小児科だよりvol.95

未就学児の熱中症

2024.8.1発行

　こんにちは。連日、夏らしく蒸し暑い日が続いています。こまめに水分（特に糖分や塩分を含んだもの）を摂るように心がけ、クーラーなども有効に活用し、睡眠をしっかりとって体調を整え、今年も楽しい夏の思い出を作りましょう。

さて、今月の小児科だよりは、『未就学児の熱中症』についてです。2020年7月に『子どもの熱中症（小児科だよりvol.47）』で、概要を書いておりますが、今回は特に未就学児にフォーカスしたいと思います。前提として、小児は解剖学的・生理学的な要因により、『熱中症弱者』であり、重症な熱中症での小児の死亡率は、1～15%と非常に予後不良であることを忘れてはいけません。

日本の夏の平均気温は様々な変動を繰り返しながら上昇し、長期的には100年で1.25℃の割合で上昇しています。コロナ禍でいったん減少した熱中症の救急搬送数は、令和4年からは増加に転じ、令和4年は15歳未満の死亡例が7名で、うち6名が0～4歳と未就学児でした。

1年を通して自身では脱出できない子どもの車内閉じ込め事故が発生しており、夏季に起これば即熱中症の危険が伴います。JAFが実施した車内温度の検証テストによれば、気温35℃の炎天下に駐車した車内のWBGT（暑さ指数、小児科だよりvol.47参照）は、窓を閉め切った状態でエアコン停止後、わずか15分で31℃以上の危険レベルに達するとされています。米国では車内閉じ込めにより年間平均38人が死亡しており、その88%は3歳以下であるとされます。また、車内に置いてきたことを保護者が認識していたケースが15%もあったとされています。

年齢別の死亡率の高さからわかるように、未就学児は、『体温調整』と『水分バランス調整』の未熟性による影響が強く、子どものなかで最も脆弱です。また、ドアを開ける、窓を開けるなど、自ら危険を回避する力も持たず、周囲に知らせる、電話をかけるなどコミュニケーションの手段も持ち合わせておりません。早期発見では手遅れになる可能性もあり、置き去り・放置は、認識を正すだけでなく、短時間でも死に至ることまで十分理解する必要があります。

熱中症は防ぎえる疾患であり、家族の見守り、教師や管理者の認識、指導が発生予防・重症化予防において重要です。とくに未就学児の熱中症死亡数0に向けて、熱中症リスクの更なる意識づけと、現行の予防対策による効果の検証が今後の課題と言えます。