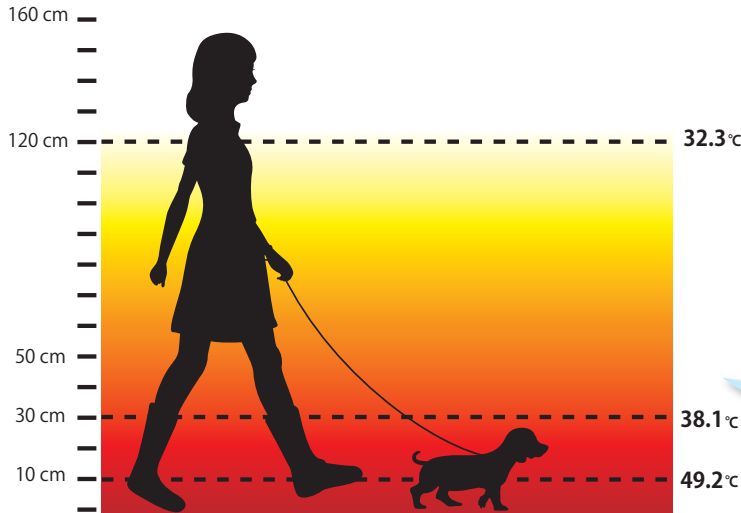


## 夏本番！お散歩から始める熱中症対策！

真夏のお散歩は熱中症になるリスクが高まります。そこで、楽しく安全に夏のお散歩を乗り切るポイントをご紹介します！



飼い主さんとワンちゃんの体感温度は違います。昼間のお散歩は大変危険です！

※温度は2014年7月30日14時に東京都新宿区アニコム損保本社にて実際に測定した値です。

## ☀️ 天気予報を上手に活用して、熱中症を予防しましょう！

獣医師で気象予報士の鈴木勝博先生(株式会社ライフビジネスウェザー)に「天気予報を上手に活用する熱中症の予防方法」をお伺いしました。



熱中症予防という観点で天気予報を見る際、やはり**気温の数字**に注目がいくと思います。実はこの気温、私たちやワンちゃんたちの**感じている数字より何℃か低い**のです。気象庁では、風通しがよく直射日光の当たらない芝生上で気温を測定しています。予想気温というのは、そういった環境の良い場所で何℃になるのか予想した気温です。直射日光や熱がこもる場所で生活する私たちは、**気象庁の気温より3℃～5℃、私たちよりも地面に近い場所を歩くワンちゃんは10℃くらい高い体感気温**となります。つまり、**気象庁が最高気温を30℃と予想した場合、日差しの強い昼間にワンちゃんをお散歩させるとなると、40℃くらいの中を歩かせることになる**のです。

また、**予想最低気温も熱中症予防に重要な情報**です。最低気温が高ければ、夜間も気温が高いことになるため、夜の熱中症の危険性が高まります。さらに、夜間気温が下がらないように、翌日の昼間は気温が上昇するため、翌日の昼間も暑くなりやすいわけですね。つまり最低気温は、翌日にかけての気温傾向を示してくれています。**予想最低気温が高い場合は、翌日いっぱい熱中症に注意が必要**だと言えるでしょう。

(株式会社ライフビジネスウェザー 鈴木 勝博)

### 犬の熱中症週間予報

8月1日 金曜日

anicom

©株式会社ライフビジネスウェザー LBW2

|     | 1日(金) | 2日(土) | 3日(日) | 4日(月) | 5日(火) | 6日(水) | 7日(木) | 凡例         |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------------|
| 札幌  | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶🍷<br>厳重警戒 |
| 仙台  | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶🍷<br>警戒   |
| 東京  | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶🍷<br>注意   |
| 名古屋 | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶🍷<br>やや注意 |
| 大阪  | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶🍷<br>やや注意 |
| 福岡  | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶     | 🐶🍷<br>やや注意 |

アニコム STOP 熱中症プロジェクトでは、「**熱中症週間予報**」を毎週金曜日に発表しています。天気予報と合わせてご活用ください。

公式 アニコム損保



<http://www.anicom.co.jp/stopheatstroke/>



TOP画面の「STOP 熱中症プロジェクト」  
バナーをクリック！



# どうぶつさんの一番の主治医は飼い主様、「あなた」です！ もしもに備えて簡単な健康チェック方法をご紹介します。

## 「T・P・R (バイタルサイン)」ってご存知ですか？

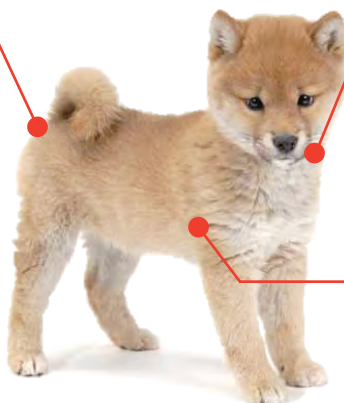
T・P・R (バイタルサイン) とは、体温 (Temperature)、心拍数 (Pulse)、呼吸数 (Respiratory rate) の頭文字のことです。元気なときのT・P・Rの数値を知っていると、どうぶつさんの状態を客観的に把握することができます。特に呼吸数と体温は、熱中症予防には有効な情報源となります。今回は、T・P・Rの測定方法をご紹介します。

### ◆ 体温 (Temperature)

一般的にワンちゃん・ネコちゃんの体温は、肛門に体温計の先を入れ、直腸温を計測をします。おうちで測るときは、体温計の先にラップやビニールをつけて衛生的です。また、どうぶつさんが暴れてしまうこともあるため、2人で行いましょう。40度以上の高熱があるときは、耳の付け根を触ることで体温が高いことを簡易的に知ることができます。

ワンちゃんの平熱 ※すべて直腸温で計測した場合

|     |                     |
|-----|---------------------|
| 35℃ | } 低体温 (35 ~ 36℃)    |
| 37℃ |                     |
| 39℃ | } 平熱 (37 ~ 39℃)     |
| 41℃ |                     |
| 42℃ | } 微熱 (39 ~ 40℃)     |
| 43℃ |                     |
| 41℃ | } 高熱 (40 ~ 41℃)     |
| 42℃ |                     |
| 42℃ | } 超高熱 (41 ~ 42℃)    |
| 43℃ |                     |
| 43℃ | 多臓器不全→死亡 (42 ~ 43℃) |



### ◆ 呼吸数 (Respiratory rate)

呼吸数を測る時には、運動後や食後は避け、睡眠時やじっとして落ち着いている時に行いましょう。呼吸をする際の胸部の動きを見て、15秒間計測を行い、4倍することで1分間に呼吸する数値を出すことができます。

### ◆ 心拍数 (Pulse)

足の付け根の内側にある股動脈に指で軽く触れることで脈拍を感じることができます。この脈拍を15秒間計測し、4倍することで1分間の心拍数がわかります。

### ◆ 標準値

|     | 体温 (度)      | 呼吸数 (回) / 分 | 心拍数 (回) / 分 |
|-----|-------------|-------------|-------------|
| 大型犬 | 37.5 ~ 38.6 | 15 ~ 20     | 60 ~ 80     |
| 小型犬 | 38.6 ~ 39.2 | 20 ~ 30     | 60 ~ 120    |
| 猫   | 38.0 ~ 39.2 | 20 ~ 30     | 110 ~ 130   |

どうぶつさんは具合が悪いとき、言葉で伝えることができません。常にスキンシップを取り、「T・P・R」を意識することで、ささいな変化に早めに気づいてあげましょう。

## 真夏のお散歩に関する Q&A

### Q1 お散歩のおすすめの時間帯は？

**A** 早朝の5時～6時です。日が沈んだ後の散歩でも、アスファルトの温度は非常に高く、素足で歩くワンちゃんのパッド (肢の裏の肉球) の火傷事故は非常に多いです。そのため、アスファルトの温度が下がり、気温が比較的低い早朝をおすすめします。

少しでもおかしいな?と思ったら、できるだけ早めに動物病院に連れて行き、獣医師の先生の指示に従いましょう!



### Q2 熱中症が疑われる場合、どんな症状がありますか？また病院に行くまでにできる応急処置は？

**A** 熱中症が疑われるときは、以下の症状等がみられます。

- 浅くて速い呼吸が続いている
- ぐったりして、起き上がれない
- よだれ、吐き気、嘔吐、下痢
- 意識を失う、痙攣をおこす

おうちでできる応急処置を2つご紹介します。

#### 体を冷やしましょう！

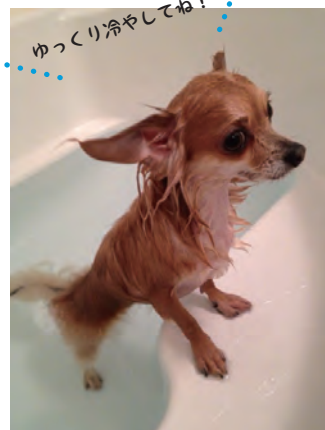
すぐにできることは、直接体にお水をかけることです。散歩中であればペットボトルのお水を、在宅中であればシャワーのお水を体につけて、体温を低下させましょう。こまめに体温測定を行い、39℃まで下がったら冷やすのをやめてください。病院に行くときは、首・股・脇などに保冷剤を挟んで車に乗せましょう。



氷水で急激に体を冷やすと血管が収縮してしまい熱をうまく発散できなかったり、ショック症状を起こす危険があるので、常温のお水でゆっくりと冷やしましょう。

#### 水分補給をしましょう！

お水を飲むことができる状況であれば、水分補給を行ってください。ただし、意識がもうろうとしている時は、無理に飲ませる必要はありません。



# 熱中症経験記 ～真夏編～

うさぎさん・ネコちゃんも  
熱中症に気をつけましょう！

熱中症を経験されたアニコム損保のご契約者にお話を伺いました。  
ネコちゃん、うさぎさんにも熱中症事故は、増加しています。状況や予防策を参考に、事故を未然に防ぎましょう。



純太ちゃん  
(ポメラニアン)  
年齢:6歳  
(熱中症発生時:5歳)

## 「日中のドッグランに連れて行って・・・」

### 状況

日中のドッグランで普段よりも長く遊ばせた。帰宅後、普段は食いしん坊なのにご飯が進まず元気もなく、しばらくすると嘔吐、下痢の症状が始まった。翌日通院したところ、体温が40℃を超えていたのですぐに入院し、点滴、冷水浣腸などの治療を行った。

### 予防策

- 日中は、ドッグランに連れて行かないようにしている。

|       |          |
|-------|----------|
| 事故発生月 | 2013年5月  |
| 診療回数  | 通院1日     |
| 診療総額  | 約21,000円 |



みいちゃん  
(日本猫)  
年齢:9歳  
(熱中症発生時:8歳)

## 「エアコンはつけずに、夜までお留守番を・・・」

### 状況

エアコンはつけずに、夜までお留守番をさせていた。暑さ対策のために金属のマットをひいていたが、帰宅するとぐったりしていたため、すぐに病院に連れて行った。点滴などの治療を行い、年齢も高齢であったことから、10日ほど入院をした。

### 予防策

- 冷風機(水を入れて首が振れるタイプ)の使用。エアコンだと寒すぎた場合に逃げ場がないので、自分で動いて調整できるようにしている。
- 部屋の日当たりが良いため、雨戸を半分しめて部屋の温度が上昇しないように調整している。

|       |          |
|-------|----------|
| 事故発生月 | 2013年7月  |
| 診療回数  | 入院10日    |
| 診療総額  | 約97,000円 |



マロちゃん  
(ネザーランドドワーフ)  
年齢:1歳  
(熱中症発生時:  
0歳8ヶ月)

## 「猛暑日が続いて・・・」

### 状況

普段からエアコンをつけて室温管理には注意していたが、数日前から猛暑が続いていたせいか、その日はぐったりして部屋のすみで丸くなっていた。すぐに病院に連れて行き、熱を測ったら体温がとても高かった。早期治療を受けたおかげで、家に帰ったら徐々に調子が回復していった。

### 予防策

- エアコンと扇風機の併用。
- 手遅れになる前に調子が悪い時は、早く病院に連れて行く。
- 急な通院に備えて休日に診察してくれる病院を把握している。

|       |          |
|-------|----------|
| 事故発生月 | 2013年7月  |
| 診療回数  | 通院1日     |
| 診療総額  | 約27,000円 |

# 熱中症対策グッズを上手に利用しましょう！

真夏のお散歩は、特に熱中症への注意が必要です！そこで、今月はお散歩に役立つアイテムをご紹介します！

取材協力：当社代理店



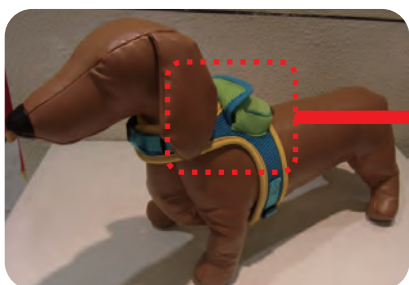
## ★クールバンダナ

バンダナを水に濡らして首の周りに巻くことで、一定の時間内であれば、体温の上昇を防ぐ効果があります。

## ★クールウェア

お洋服を水に濡らして着せてあげると、体全体を効果的に冷やすことができます♪体毛が黒いワンちゃんは太陽の光を吸収しやすいので、クールウェアを上手に利用したいですね。

※洋服が乾くと、熱を蒸発させにくくなることもあるので、こまめに水に濡らして使用する等、工夫をしてあげましょう。



## ★ポケット付きハーネス

保冷剤をいれることができる便利なポケットのついたハーネスです♪少しでも快適にお散歩ができるといいですね！

## ★クールタオル&スプレー

クールスプレーをお散歩中に使用したり、クールタオルで体を拭いてあげること、ひんやりと気持ちよく

過ごせるかも  
しれません♪



いろいろなグッズを上手にとりいれて、楽しく安全に夏のお散歩をしましょう♪



ご利用の際には、販売元のスタッフの方とご相談の上、飼主様の判断にてご利用いただくようお願い申し上げます。また、商品に関するお問い合わせにつきましては、弊社では対応致しかねます。何とぞご理解くださいますようお願い申し上げます。