



## コロナワクチン接種を受けるご高齢者の皆さん 会場での脱水に気をつけましょう。こまめな給水をお勧めします！

ご高齢者の皆さんを対象とした新型コロナウイルスワクチンの接種が進むなか、気温が高く、かつ湿度の高い季節の梅雨から夏を迎えて、屋内の集団接種会場での脱水症や熱中症に気をつけて下さい。脱水症や熱中症には多様な症状があり、ワクチン接種後の副反応と混同してしまうことも起こりかねません。涼しい服装で来場されて、待機中にはこまめに水分を補給しましょう。

特に、ご高齢者では、若い世代に比べて体内の水分量が少なく、同じ環境であっても脱水症になりやすく、さらに体内の水分が少なくなると汗をかきにくくなり、体温が上がって熱中症にも繋がることにもなります。また、ご高齢者の中には、ワクチンの接種会場でのトイレを心配するあまり、水分を取るのを控えたりしますと脱水症に陥ることが懸念されます。

のどが渴いたと感じるのは脱水が始まっている証拠ですので、脱水症・熱中症の予防行動として、先ずお水、麦茶、ミネラルウォーターなど、ご自身が飲みやすいものを会場に持参されて、のどの渴きを感じる前にこまめに飲まれることをお勧めします。



### 脱水症・熱中症のこんな症状にご注意下さい！

会場で待機中に、めまい、立ちくらみ、気分が悪い、ぼーっとする、吐き気、頭痛、体がだるい、手足のしびれ、脱力、けいれん、意識状態がなんとなくおかしいなど、なんか変だなと思われた時には速やかに近くの見守りの看護師にお申し出下さい。

これら一連の症状は、ワクチン接種に伴う副反応と混同する恐れもありますので、ご注意ください。

2021年6月23日

院内新型コロナウイルス感染対策本部  
本部長・院長 荒川 泰行