物流Weekly
2017年（平成29年）12月11日（月曜日）(15)

運送業界の健康支援を生きがいに

150 運転業務とヒートショック

いよいよ年の瀬も押し迫りましたが、最近は異常気象が続き、暦上の気温感と実際の気温が大きく異なる日が続いています。11月には真冬の寒さが到来し、震え上がったものでした。この急激な寒さや温度差、実は心筋梗塞や脳血管障害の大敵であることを、ご存じでしょうか。

「ヒートショック」という言葉を聞かれたことがあるかと思いますが、ヒートショックによる死亡者は交通事故死亡者の約2倍という推計があります。一般的には暖房のきいた温かい部屋から、寒い風呂場やトイレへの移動による急激な温度変化、つまり家庭内で起こる血圧の急上昇・急降下からの血管への過度な負担による脳・心臓疾患への発症ケースを言いますが、ヒートショックを起こすのは決して家庭内だけではありません。暖房のきいた運転席から、ドライブインでのトイレ休憩やコンビニ駐車場など外気に当たった際の、「ブルブル」という寒さも、実はヒートショックを起こす原因になります。

もともと高血圧の人は、決して他人事と考えず、運転席からのヒートショックに注意する必要があります。

●40歳代では5割が高血圧

しかし、残念ながらトラックドライバーの高血圧率は5割以上にも及びます。全ト協の受託事業として当法人が全国のトラック事業者30社2179人の定期健康診断の分析（「運輸ヘルスケアナビシステム」による健診結果の見える化を目的とした実証実験）を行ったところ、40歳代ドライバーの5割が高血圧で、しかも当然ながら、年代が上がるにつれてその確率がアップしています。

●見えていないことの恐ろしさ

その中には、273／134という、今にも血管が破れそうな数値のドライバーもいました。このような人は、いつ、脳・心臓疾患が起きても不思議ではなく、しかも、それが運転中なら、他者をも巻き込む大惨事にもなりかねません。実は、このような恐ろしい数値を持ち合わせるドライバーが、システム化で数多く浮上しました。そして事業主や運行管理者には必ずこの実態を知っていただき、ぜひ発症前に安全配慮を行って頂かなければなりかねません。

「定期健康診断の受診は義務だけど、その後は個人任せ」という、事業主がおられたら、すぐに運輸ヘルスケアナビシステムを活用した、受診後のフォローを開始してください。高血圧は投薬や生活習慣の改善などでコントロールが可能なのですから、放置しないことが何よりも重要です。

（次回は1月15日号に掲載）

《全日本トラック協会 SAS 検査受託機関》
NPO 法人 ヘルスケアネットワーク（OCHIS）
副理事長 作本 貞子
「安全と健康を推進する協議会（両輪会）」代表
国土交通省健康起因事故対策協議会委員
TEL：06-6965-3666
FAX：06-6965-5261
東京オフィス TEL：03-3295-1271
E-mail sakumoto@ochis-net.com
HP http://sas.ochis-net.jp/