

◆ バイタルサイン

バイタル(生きている)サイン(徴候)は、人間の生命の基本的な徴候のことで、一般的には脈拍、呼吸、体温、血圧の4つをさします。正確なバイタルサインの把握は医療現場のみならず、一般家庭においてもきわめて重要であると言われています。

体温：成人で 36～37℃（腋窩）。直腸は、腋窩より 0.5℃高く、口腔は両者の中間です。（年齢差、個人差、行動差等の個人の状態によって変わってきます。また、体温は一日の内で午前 4～6 時頃がもっとも低く午後 2～7 時頃がもっとも高くなります） 微熱：37～37.5℃、高熱：39～41℃



脈拍：全身の動脈で拍動として触知できる脈波をいいます。脈拍を知ることで、心臓の心拍数を数えることができます。（激しい運動や、精神的興奮、入浴等によって体温の上昇とともに、脈拍数が、増加します）

老人：60～70 回／分

頻脈：100 回以上／分

成人：60～80 回／分

叙脈：60 回以下／分

思春期：70～80 回／分

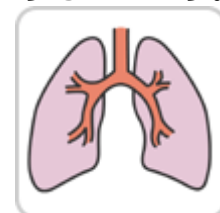


呼吸：生体が体内に酸素を取り入れたり、体内での代謝で生じた炭酸ガスを排出することです。

成人：16～20 回／分

頻呼吸：24 回以上／分

学童：20～25 回／分



血圧：心臓の血液を押し出す拍出力が血管壁に及ぼす圧力をいいます。（体位や年齢、食事、運動等により血圧の変化が生じ、また、飲酒、入浴によっても変化します。

	最高血圧(収縮期)	最低血圧（拡張期）
成人	110 ～ 130	60 ～ 90
70 歳代	150 ～ 160	90
80 歳代	160 ～ 170	90



治療開始値 160/90mmHg 以上