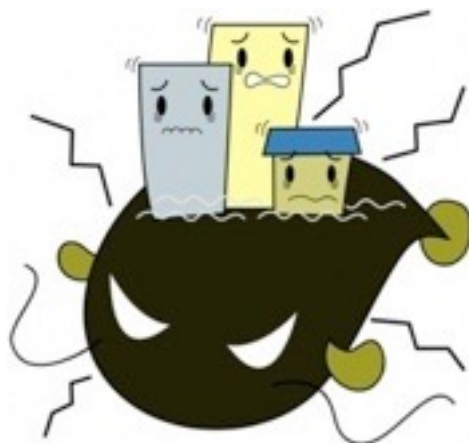


いざというときの 災害心得



もし透析中や自宅で災害にあったらどうしよう……
そんなときの対処方法を紹介いたします。

しみず巴クリニックでの災害対策

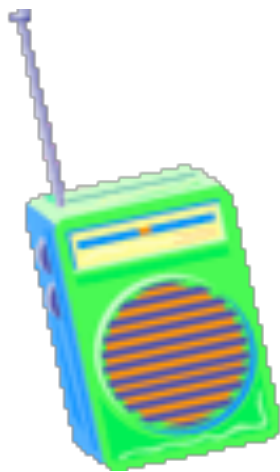
東海・東南海地震では、マグニチュード8.0～8.7、震度6強～7以上の地震が予想されています。地域によっては液状化や津波が懸念されています。

血液透析では大量の水と電気を必要とするため、被害状況によっては普段どおりの透析を行うことができなくなる恐れがあります。

東日本大震災では発災後3～4日間透析療法を受けられなかった方もいらっしゃいました。透析療法を受けることができた患者さんの多くも、十分な透析は受けられず、慣れない避難所生活で体調を崩され、自己管理が不十分となり心不全を呈した方もいらっしゃいました。

災害はいつ起こるかわかりません。日頃から災害に対する準備と自己管理が大切です。災害時にどのように行動し、どのように準備すればよいのか、その対策を考えていきましょう。

日々の注意事項を記載したため、参考にしてみてください。



1.透析のないときに地震が起きたら

大震災がおこった場合、しみず巴クリニックも被災し透析を受けられなくなる可能性があります。

A. 自分自身の安全の確保

●透析が出来ない日が続く可能性があります。

- 1) 食事をしっかり摂り、エネルギーを確保しましょう。
- 2) カリウムの取り過ぎに注意しましょう。
- 3) 塩分の取り過ぎに注意しましょう。
- 4) 水分の取り過ぎに注意しましょう。

B. 情報収集

1) 災害伝言ダイヤル

- ▶ NTT安否確認システムの『災害伝言ダイヤル 171番』を活用し、しみず巴クリニックの被災状況をお知らせします。
- ▶ ご利用方法
 - ▶ 「171」→「2」
→「054-355-1117」
 - ▶ 当院からのメッセージが流れます。
 - ▶ 当院の被災状況や透析が出来るか出来ないか、**確認でき次第録音**します。
 - ▶ 患者さん個人の安否情報の録音はしないで下さい。メッセージを録音すると、しみず巴クリニックからのメッセージが消去されてしまいます。



2) ラジオ

- ▶ **NHK 静岡第一放送** AM 882 kHz
- ▶ **NHK FM静岡** FM 88.8 MHz

★ 情報収集時の注意点

- ✓ 透析が出来るか否かの情報は常に変わります。頻回に確認して下さい。
- ✓ 避難所では自分が透析患者であることを必ず行政に伝えて下さい。
- ✓ 災害伝言ダイヤルやラジオ等を確認せずに、当院に来院したり**直接電話をするのはやめて下さい。**



- ✓ 災害伝言ダイヤルやラジオで当院の情報が得られない場合、避難所の行政の方に透析を受け入れ可能な病院を紹介してもらって下さい。

C. 災害時透析

1) しみず巴クリニックで透析が可能な場合

- ▶ 災害伝言ダイヤルやラジオで確認し、指示に従って来院して下さい。
- ▶ 午前・午後を含め、原則その曜日の患者さんのみの透析を行います。
- ▶ 被害状況によっては、曜日のパターン変更や透析時間、透析回数を短縮する場合があります。

※送迎バスは運行しません。ご家族の方による送迎をお願いします。

※他院の透析患者を受け入れる可能性もあります。

2) しみず巴クリニックで透析が出来ない場合

- ▶ 他院にて透析を行ってもらいます。
- ▶ 災害伝言ダイヤルやラジオで確認し、指示に従って下さい。
- ▶ 他院で透析を受けるため、自分の透析条件(ドライウェイトなど)やデータ、内服薬などは覚えておきましょう。
- ▶ 各自に配布している「透析カード」は常に携帯し、その内容を更新するようにして下さい。

<緊急時のために普段から心掛けておくこと>

- ✓ 自分の透析条件(基礎体重、透析時間、血流量、ダイアライザーなど)を記載した手帳を常に携帯しておいて下さい。

- 災害時食事マニュアル
- 災害手帳
- 緊急時用透析カード
- お薬手帳 (または薬剤情報提供書)



- ✓ 当クリニックへの通院が困難となる可能性があります。

- ✓ 自分の自宅や避難所から近い透析クリニックがどこにあるのか確認しておいてください。

2.透析をやっているときに地震がおきたら

地震が発生したら...

A. 自分自身の安全の確保

- 1) 落下物に備え毛布をかぶり、ベット柵にしがみつки、揺れがおさまるのを待って下さい。
 - ▶ 転落防止のため、普段からベッド柵を上げておいて下さい。
 - ▶ 離床している患者さんは落下物の落ちてこない安全な場所で動かず待っていて下さい。
- 2) 慌てず、騒がず、**スタッフの指示に従って下さい**。
- 3) 揺れがおさまったところで避難します。

B. 避難

- 1) 避難の方法
 - ▶ 比較的時間に余裕がある場合 (津波警報なし)
 - ▶ 通常の返血を行います。
 - ▶ 針は残しキャップ使用し、血液回路から離脱。緊急離脱セットを腕に巻き、スタッフ誘導のもと避難開始します。
 - ▶ ただちに避難を要する場合 (津波警報発令*1)
 - ▶ **返血せず**スタッフがはさみで**回路を切断**し離脱します。
 - ▶ 緊急離脱セットを腕に巻き、スタッフ誘導のもと避難を開始します。
 - ▶ 避難場所で安全が確認された後、抜針します。
- 2) 避難場所 (状況に応じて一番安全な場所へ避難します)
 - ▶ 津波警報発令時*1はクリニック**2階患者控え室**
 - ▶ 建物の倒壊の恐れのある場合には**駐車場**
 - ✓ 必ずスタッフ誘導のもと避難して下さい。

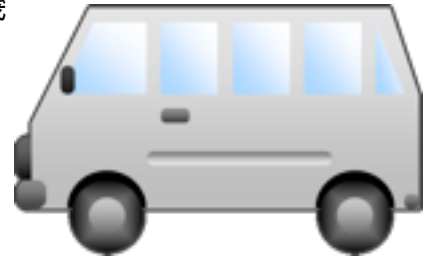
*1 2013年静岡県第4次地震被害想定(第1次報告)によれば、しみず巴クリニックの立地する場所の津波の最大浸水深度は～2mと想定されています。しみず巴クリニックの2階部分は地上より3.9mの高さです。

C. 点呼・帰宅

- 1) 避難場所に移動し点呼を行った後、針を抜きます。
- 2) 帰宅できる方は帰宅して頂きます。
- 3) 帰宅困難な方は避難所(**一次避難地は浜田小学校**)に移動します。

＜送迎バスをご利用の患者さんへ＞

- ▶ 東海地震における注意情報と予知情報が発令された場合、交通規制等により患者さんの送迎が困難になる可能性が高いため、送迎バスの運行を停止します。
- ▶ 透析を行う場合は、ご家族の方による送迎や公共機関の利用をお願い致します。
- ▶ また、透析治療中の注意情報、及び予知情報が発令した場合、ご帰宅はご家族の方によるお迎えをお願い致します。
- ▶



＜その他＞

- ▶ 当クリニックは避難所ではない為、食糧の備蓄はありません。
- ▶ 遠方に住んでいる方は・・・
 - ✓ 当院に来院出来ない場合も考え、あらかじめ近隣の透析施設を確認しておいて下さい。
 - ✓ 自宅に帰宅出来ない場合も考え、宿泊できる場所(知人や親戚等)を確保しておいて下さい。
- ▶ 緊急連絡先(携帯番号等)が変更になった場合、必ずスタッフに報告して下さい。



<避難生活の注意点>

- 避難所での生活は**食事や水分の管理**に十分注意して下さい。
 - やむを得ず透析が受けられない場合は、災害時用カリウム吸着剤を活用して下さい。
 - ✓ **災害時用カリウム吸着剤**は、任意で自費購入していただいております。
 - ✓ すすでにお持ちの方は有効期限の確認をしてください。
 - ✓ ご購入希望の方はスタッフにお申し付け下さい。
 - カリメート® 15包 1260円
 - アーガメイトゼリー 15個 1480円
 - ケイキサレートDS 15包 920円
 - *薬価は2013年度の薬価です。
 - ✓ なお、当院に薬剤のストックはありません。
-
- エコノミー症候群予防のため、避難所では体操や散歩をして体を動かして下さい。 車中泊は特に危険です
 - ✓ **エコノミー症候群**とは・・・
 - ・ 長時間同じ姿勢で座ったままの状態になっていることで、足の血管の流れが悪くなり、静脈血栓という血液のかたまりができてしまうことが原因で起こります。
 - ・ この静脈血栓ができた状態で歩き出すと、それをきっかけに血栓が血液の流れにのって体の上部、肺の動脈までいき、塞いでしまいます。
 - ・ その結果、呼吸困難や窒息状態に陥り、失神や突然死という危険性もあります。

