

ない ぶ しょうがい かた ～内部障害のある方～

さいがい お さいがいはっせいじ しょうがい かた おお せいかく
災害はいつ起こるかわかりません。災害発生時には、障害のある方の多くは正確な情報収集や自力での避難が困難なため、大きな被害を受ける可能性が高くなる
じょうほうしゅうしゅう じりき ひなん こんなん おお ひがい う かのうせい たか
ことが想定されます。

ひ そな じゅうぶん おこな じぶん いのち じぶん まも かんてん
日ごろの備えを十分に行うことは、「自分の命は自分で守る」という観点から
たいせつ
とても大切なことです。

1. ひなん としき もの 避難する時の持ち物

- ◎ 普段飲んだり使ったりしている薬、そのための用具
- ◎ お薬手帳や薬の説明が書いてある紙
- ◎ 障害者手帳、健康保険証など
- ◎ 治療食、特別食
- ◎ ノート・筆記用具、スマートフォン、ICレコーダーなど記録のための補助ツール



しょうがいべつ ちゅうい てん 〔障害別の注意点〕

じんぞう しょうがい かた ばあい 【腎臓に障害のある方の場合】

- 透析用の薬や用具、機材の予備電源
- 緊急時に対応してくれる医療機関や相談窓口の連絡先 など

しんぞう しょうがい かた ばあい 【心臓に障害のある方の場合】

- ペースメーカーについて対応してくれる医療機関や業者の連絡先 など

こきゅうき しょうがい かた ばあい 【呼吸器に障害のある方の場合】

- アンビューバッグ ○ ネブライザー
- 予備バッテリー ○ 手動式吸引機
- 酸素濃縮器 ○ 液体酸素ボンベ
- 携帯用酸素ボトル など

ちやくちよう しょうがい かた ばあい 【ぼうこう・直腸に障害のある方の場合】

- ストーマ用具 ○ ウエットティッシュ、ティッシュペーパー
- 剥離剤 ○ 消臭スプレー ○ カット用ハサミ
- 廃棄用ビニール袋 ○ 導尿に必要な器具(カテーテル) など



2. 普段からの備え

- ◎無理のない範囲で、周囲の人に障害があることを知っておいてもらいましょう。
- ◎避難訓練に参加し、避難経路や避難場所を確認しておきましょう
- ◎通れなくなる道路もあるため、避難経路は複数考え、どう避難するかも考えておきましょう
- ◎自分の疾病に応じて、緊急時に対応してくれる医療機関・相談窓口などの情報を集めておきましょう
- ◎薬や治療食などの備え、災害時の対応について、主治医と相談しておきましょう。
- ◎学校、職場、施設など出先で災害にあったらどうするか、避難場所や緊急連絡方法などを確認しておきましょう。

〔障害別の注意点〕

【腎臓に障害のある方の場合】

- 透析ができない場合の対策を主治医と相談しておきましょう。
- 自分の透析条件をわかるようにしておきましょう。

【心臓に障害のある方の場合】

- 薬が飲めなかった時の対応について、主治医と相談しておきましょう。

【呼吸器に障害のある方の場合】

- 緊急時の対応について、家族や主治医、酸素供給業者などと相談しておきましょう。
- 酸素チューブの配管は、非常時にかまさないようにしておきましょう。
- 酸素濃縮器や液体酸素ポンプは、火の気のない場所に保管しておきましょう。災害時に引火して火災が発生する恐れがあります。

【ぼうこう・直腸に障害のある方の場合】

- ストーマ用具のメーカーやサイズ、販売店の連絡先などがわかるようにしておきましょう。

3. 災害が起きたら

- ◎あわてて無理な行動をすると、病状が悪化するおそれがあります。まずは状況を
確認し、安全を確保しましょう
- ◎避難するときは、周囲の人に協力を求めましょう。
- ◎体調が悪いときは我慢せず、周囲の人に伝えて医療機関に連絡してもらいまし
よう

〔障害別の注意点〕

【腎臓に障害のある方の場合】

○薬や透析が継続できるように、避難所では移動手段や医療機関を確保してもらいましょう。

【心臓に障害のある方の場合】

○ストレスなどで血管の収縮や血圧の上昇が起こることがあるため、できるだけ落ち着いて行動してください。

○避難所では、早めに医療機関に連絡を取ってもらうようにしましょう。

【呼吸器に障害のある方の場合】

○不安や恐怖からパニック状態になると、酸素消費量が増えてしまうため、できるだけ落ち着いて行動してください。

○避難所では、早めに医療機関に連絡を取ってもらうようにしましょう。

【ぼうこう・直腸に障害のある方の場合】

○洗腸している人は、自然排便に慣れておきましょう。災害時は断水や洗腸場所の確保が困難になることがあります。

○避難所では、オストメイトであることを伝え、支援を求めましょう。

○早めにストーマ用具の販売店や日本オストミー協会などに連絡を取ってもらうようにしましょう。