

透析を受けているみなさま

災害時・停電・断水時に備えて

病気や障害の種類にもよりますが、透析を受けている方は、

- ①停電と断水などのインフラ停止により、災害拠点病院を始めとしたごく一部の施設でしか、発災直後から透析を実施することができない可能性が高いことから、通常通り透析を受けることができないことへの心配
- ②予定されている透析をやむなく時間短縮や延期し、食事内容などに注意しつつ1~2日は透析なしで切り抜ける必要がある場合への心配
- ③被災地で支給される食事では、簡単に調理したものも多く、タンパク質・塩分・カリウムなどが多めに含まれていることが予想されるため、適正に加減する必要がある
- ④腹膜透析（CAPDまたはAPD）、在宅血液透析（HHD）を受けている場合、停電のためにバッグ交換機を手動で使用する必要や、資材不足のために通常通り透析できない場合への心配
などがあり、起こりうる課題に対する備えが必要です。

想定される状況 身近な方と共有し、日ごろからの備えを考えましょう

- 大地震が透析中に発生したら、穿刺針が抜けないように血液回路をしっかり握り、ベッド柵につかまって、振り落とされないようにする。頭部に毛布等をかぶり、ベッドの柵につかまって揺れが収まるのを待つ。
- 揺れが収まったら屋内にとどまるか、屋外に退避するかスタッフの指示をうけ、落ち着いて行動する。
- かかりつけの透析施設が被災すると、いつも通りの治療を受けられなくなる。被災状況・透析情報を正確に施設スタッフから入手するようにする。
- 災害後の数日は、受け入れ施設の状況により、3日に1回、2~3時間しか透析を受けられないこともある。普段通りの治療はできないことを理解し冷静に行動する。
- かかりつけの透析施設からの紹介状なしに、他の病院に行って患者自身の持っている情報のみで透析治療を受けなければならない場合があるため、常時「透析者カード」を携帯しておく。
- 施設ごとにまとめて支援透析を受けに行く場合もあり、指示されたスケジュールに合わせて行動する必要がある。
- 広域災害時には、遠方の透析施設での支援透析を受けることがある。
- 避難先または治療先では、自分が「透析患者である」ことを名乗ることが重要。
- 復旧や生活再建まで、一時的に被災地を離れての療養生活も選択の一つである。
- 持病のある方、高齢者等は、生活に支障が出たり、体調が崩れやすくなる傾向にある。
- 災害後はいつも以上にカリウム、塩分、水分の摂取に気をつけて過ごす必要がある。
- 透析食などの保存食の備蓄があれば配食と併用しながら食事ができる。
日常的に少し多めの透析食を購入・保管し、活用する（ローリングストック）。
- 衛生的な環境が整わない可能性があるため、特に感染症に注意する必要がある。
- CAPD（腹膜透析）液は、災害時に備えて一週間分くらいは在庫を確保する。
- 災害時でも8時間以内に、在庫のCAPD液を使って交換する。