

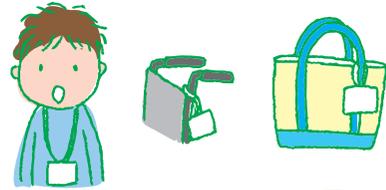
# 災害に備える 在宅医療

在宅医療の患者さんに対する災害への備えは事前の準備が重要です。  
 機材の準備だけでなく、電力会社・在宅酸素取り扱い会社・医療機関への平時に相談や  
 患者家族同士で SNS グループの活用なども考えておきましょう。  
 また、電話が通じないときの来院方法について、かかりつけ医療機関に事前に相談しておきましょう。

## ヘルプカードを作る

発災時に困った時、**病気を理解してもらうため**にも、  
 携帯できるよう「ヘルプカード」を作りましょう。  
 カードには、家族の連絡先、医療機関の連絡先、疾患名、  
 お薬情報、薬剤の保管方法、必要な手助け、緊急時の配慮、  
 記入日を記載しておきます。  
 好きなこと（遊び、歌、言葉、食べ物）、  
 苦手なこと（音、触り方、食べ物など）も。

日本小児科学会 [https://www.jpeds.or.jp/uploads/files/iryohitsuyo\\_na\\_bosaitaisaku.pdf](https://www.jpeds.or.jp/uploads/files/iryohitsuyo_na_bosaitaisaku.pdf)



静かな場所で  
休ませてください  
など

### あなたの手助けが必要です

名前（よみがな）

家族の連絡先

かかりつけの医療機関

記入日

普段は個人情報  
隠したい場合は  
マスキングテープで  
隠すという方法も

### 病気の情報

- 疾患名
- お薬情報
- 必要な手助け
- 緊急時の配慮

### 本人の情報

- 好きなこと
- 苦手なこと

好きな歌  
好きな手遊び  
大きな音が苦手  
など

## 薬の確保

抗てんかん薬など毎日服用しなければいけない薬が  
 津波に流されたり、家屋の倒壊で失われることも。  
 失った場合にその日のうちに**どのように入手するか**に備えておきましょう。  
 薬は**普段から少し多めに処方**してもらいましょう。



## 防災Check!

薬の入手方法

- ヘルプカードを作る
- 避難物品のチェック
- 母子手帳（コピーでも）
- お薬手帳（コピーでも）



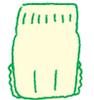
## 避難の際必要な 必要物品・生活必需品

最低3日分は準備しましょう。

高齢者用のおむつや新生児用のおむつは救援用として供給されやすいですが、  
**中間サイズ(体重15~35kg用)が手に入りやすくなります。**

事前に多く常備しておきましょう。

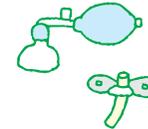
また、食べ物をうまくかんだり飲み込めない子は支給される食べ物を食べられないことも。  
 その子に合わせた**食料や経管栄養のための物品を備蓄**しておく必要もあります。



中間サイズが  
入手しにくい!

### 医療的ケアグッズ

- 蘇生バッグ
- 予備の呼吸器回路
- 気管カニューレ
- 人工鼻
- バッテリー・発電機
- 手動/足踏み式吸引器
- 吸引チューブ
- 50ml注射器（喀痰吸引やカフエアの調整用）
- 滅菌水
- 交換用の胃ろうチューブ
- 消毒用アルコール綿
- Yガーゼ
- 滅菌グローブ
- 人工呼吸器の設定リスト



### 生活必需品

- おむつ（特に中間サイズ）
- 専用の食べ物
- ライト（LEDヘッドランプ）
- ウェットティッシュ
- 延長コード
- ポリ袋
- 保険証
- 母子手帳（コピーでも）
- お薬手帳（コピーでも）



参考文献：  
 被災地の避難所などで生活をする赤ちゃんのための Q&A 未熟児新生児学会災害対策委員会版  
 厚生労働省、授乳・離乳の支援ガイド 2007  
 日本栄養士会、避難生活で母子に生じる健康問題を予防するための栄養・食生活について  
 医療が必要な子どもたちの防災対策 日本小児科学会災害対策委員会  
 田中総一郎、災害と子どもたち、Neonatal Care 25:510-513,2012  
 American Academy of Pediatrics ウェブサイト、Clinician Recommendations Regarding Return of Children to Areas Impacted by Flooding and/or Hurricanes

井上美保子：災害と子どもの在宅ケア、チャイルドヘルス vol.17(2):121-123,2014  
 徳田浩一：災害時における感染症の予防、小児科臨床、vol.67(4):735-740,2014  
 疾病対策センター：災害時行動マニュアル  
 日本小児科学会災害対策委員会：医療が必要な子どもたちの防災対策  
 日本コニセフ協会、子どもにやさしい空間ガイドブック、2013

# 災害に備える

在宅医療

## 被災時の電源の確保の確認

在宅人工呼吸器、酸素濃縮器、吸引器などを日常的に使用している場合、**電源確保**が課題です。内部バッテリーは時間が経つと劣化します。電源確保の方法として、

**車載インバーター (DC/AC変換器)**  
**カセットボンベタイプの自家発電機**などがあります。

発電機は、**室内で使うと一酸化炭素中毒のリスク**があります。

発電機はバイクなどのエンジンと同じです。カセットボンベタイプの発電機でもカセットコンロと同じと考えてはいけません。**屋外で発電して、屋内に電気を引く必要がある**ので発電機を購入する際は**電源コードリールも一緒に準備**しましょう。

また、ハイブリッド自動車や電気自動車にケーブルを付け、発電する方法もあります。



**発電機を  
屋内で使うのは  
危険です!**



## 在宅人工呼吸器

在宅人工呼吸器内蔵の**バッテリーの稼働時間は4~10時間**。加温加湿器は湯沸かし器なので120~300Wと大きな電力を消費します。人工鼻や呼吸器回路用人工鼻で保湿する方法もあります。

**事前に** 電力会社・最寄りの消防署に事前に連絡



### 準備 ●アンビューバッグの使い方に慣れておく

地震の揺れで飛ばないように紐をつけてベッドや人工呼吸器の近くに結んでおきましょう。

### 災害時 ●人工呼吸器の正常作動の確認

- 異常な音や変なにおいが出ていないか
- 回路の破損はないか
- 呼吸回路の各接続部に緩みはないか
- 設定値が変わっていないか



## 防災Check!

- 発電機
- 大容量バッテリー
- コードリール
- LEDヘッドランプ
- 災害時の対応について確認
- 電力会社
- 最寄りの消防署
- 在宅酸素を取り扱う会社
- 医療機関
- 稼働時間を確認
- 電源…ガソリン/カセットボンベ
- 人口呼吸器…4~10時間
- 酸素ボンベ…S最大2時間45分・M最大5時間
- 吸引機…電源使用/不使用



## 在宅酸素療法

**事前に** 電力会社・最寄りの消防署に事前に連絡  
在宅酸素を取り扱う会社・医療機関に  
災害時の供給システムについて確認



### 準備

●**酸素ボンベ (液化酸素装置)** **電源不要** **大きい**  
電力を必要としないので災害時に有用ですが、**設置にプロパンガス並みの面積が必要**。地震の揺れで飛ばないように紐をつけてベッドや人工呼吸器の近くに結んでおきましょう。

●**酸素濃縮装置** **メンテナンス容易** **電源必要**  
メンテナンスは容易ですが**電源が必要**なため、停電時は携帯型酸素ボンベに付け替えます。

Sサイズ(1.1L)  
最大  
2時間45分

●**携帯型酸素ボンベ**  
**供給時間を把握**しておきましょう(1L/分で投与した場合)。  
Sサイズ(1.1L)で最大2時間45分、Mサイズ(2L)で最大5時間供給可。

Mサイズ(2L)  
最大  
5時間

●**両手が使えるライト (LEDヘッドランプ)**  
停電中も切り替えられるようにライトをボンベの近くに常備しておきましょう。  
(両手が使えるのでLEDヘッドランプが便利)  
酸素ボンベの近くに置くため、**熱くなる懐中電灯やろうそくは引火のリスクがあり厳禁**です。



## 吸引器

電源を使わない吸引器の用意や、**シリンジ+吸引カテーテルも**平時にぜひ試してみてください。

### 準備

●**電源を使う吸引器**  
多くは3way方式(家庭用コンセント・シガーライター・内蔵バッテリー)。災害時は**シガーライターを通じて車から電源**を取れる。

●**電源を使わない吸引器**  
足踏み式と手動式があります。  
**手動式は持ち運びしやすく、安価**。3000円程度。  
**足踏み式は両手が使えて便利**。13000~20000円くらい。  
吸引カテーテルに20~50mlの注射器をつけて吸引する方法も。

