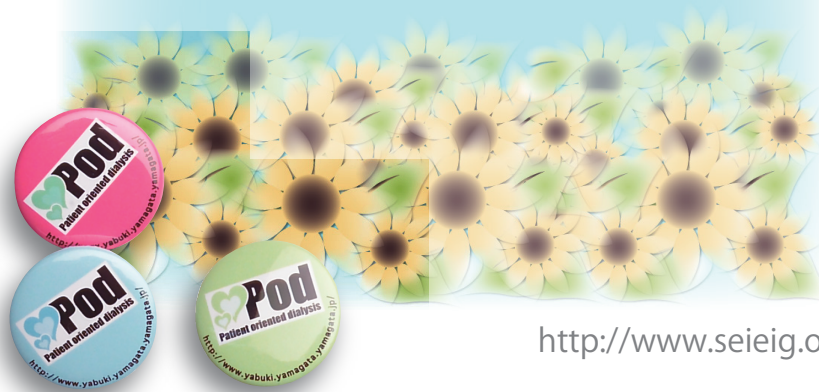


第12号の内容

ごあいさつ 1
 震災特別企画..... 2
 透析に必要な情報..... 3
 カレンダー素材募集..... 3
 透析中に地震に遭ったら... 4
 災害時の食事..... 4



<http://www.seieig.or.jp/>

@yabuki

あつとやぶき



医療法人社団清永会

CKD
meeting

3月11日の大災害から5ヶ月以上が過ぎようとしています。季節がすっかり変わってしまい震災の記憶が薄れてきているかも知れません。しかし、被災地では未だに避難所生活を続けている方が沢山います。今回の災害は東日本全域に及ぶ広域なものでした。津波による災害、原発事故により私たちの透析医療は大きな影響を受けました。今回の@yabukiは震災特別企画として、災害時の対応などについて特集しました。日ごろから災害への準備をしておきましょう。

CKDミーティング 委員長 伊東 稔

被災地での 透析

地震発生
3月11日 午後2時46分



今回の震災で宮城県は最も大きな被害を受けました。沿岸部ではクリニックごと津波で流されてしまったところがありました。仙台市内では停電、断水が続き透析を行えない施設が多くありました。地震直後から透析を行うことが出来た基幹病院には、透析不能となった施設から患者さん殺到しました。仙台市のある施設では2.5時間の透析を8クール、24時間体制で行ったそうです。また、多くの患者さんに遠隔地への避難をお願いして被災地の負担を軽減するという措置も取られました。福島県では地震、津波の被害に加えて原発事故がありました。原発に近い病院では避難区域に入ったために医療を行なえず、また風評被害のために道路や水道の修理が進まず透析を行えないという施設もありました。福島県からは東京や新潟に多くの患者さんが移動したというニュースは皆さんも御存知だと思います。

被災地では稼働できる施設で出来る限り透析を行った面と、安全な地域に患者を移動させて透析を行ったという二つの面がありました。山形県でも宮城県、福島県から多くの患者さんを受け入れました。

山形県での 透析

山形県では地震の被害は小さく、地震翌日の3月12日には全県で停電が復旧しました。3月13日には県内全施設での透析が可能となり大きな影響を受けずに済みました。震災直後からは物流が止まってしまったために、透析に使う資材不足が心配された時期がありました。これに対し県内の透析室スタッフや医療機器メーカー、卸業者が協力して資材を手配してくれました。お陰で資材不足のために透析が出来ないということはありませんでした。それから、ガソリン不足が患者さんや医療スタッフの足に影響しました。ガソリンスタンドに長時間並んでガソリンを確保した方もいたのではないのでしょうか。4月の上旬にはガソリン不足は解消しほぼ通常通りの生活に戻りました。被災を受けた近隣の県に比べると恵まれた状況だったと言えるでしょう。

災害への準備 阪神大震災や新潟・中越地震の情報によって透析医療における災害対策についていろいろな準備がされていました。しかし、今回の災害はこれまでの予想を大きく上回るものでした。今回の災害を通して感じたのは、医療スタッフだけでなく患者さんにも災害対策に積極的に参加してもらわなければならない、ということです。宮城県や福島県から多くの透析患者さんが遠隔地へ避難しましたが、これは被災地の医療負担を減らし復興を早めたと考えられています。また、透析を受ける患者さんが自分の透析に関する情報を把握しておくということも重要です。山形県は災害の少ない地域ですが、今後も全く災害が起こらないとは限りません。日頃からの災害への準備が必要であることは言うまでもありません。みんなで知恵を出し合い、協力して対策を立てていきたいと考えています。

矢吹病院 副院長 伊東 稔

透析に必要な情報を知っておきましょう！

地震などの災害は、いつどこで起こるかわかりません。そのため、透析中に災害にあったり、かかりつけの透析施設へ通院できなくなることも考えられます。そこで、災害時であっても安全に透析が受けられるように、日頃から自分の透析について知っておきましょう。これだけは、最低限覚えておいてほしいという2項目をあげてみました。

1.ドライウエイト

おおよその体格がわかり、適量切な徐水量をすぐに決定することができます。

2.感染症の有無

多くの医療施設では、感染対策をおこなっています。

上記の2つの他に、シャントの場所、日頃の透析状態(血圧低下の有無、気分不良の有無など)内服薬の種類(禁忌薬など)も知っているるととても役に立ちます。

自施設では、愛Podノートの表紙の裏に、個人情報記入する欄があるので災害時は必ず持参するようにして下さい。

天童温泉矢吹クリニック 関 明子

清永会ではオリジナルのカレンダーを作成しており、来年は皆様の作品をカレンダーに掲載したいと思います。

右記の通り作品を募集いたします！

あなたの作品をカレンダーにしませんか？

- 募集内容：絵画、写真、書道、その他(立体作品の写真など)
- 応募期限：10月31日まで
- 応募方法：作品をスタッフにお渡しください。

デジカメ写真はデータをお渡しください。

※作品は12月ごろにご返却いたします。

もし、透析中に地震に遭遇したら!?

落ち着いて、揺れがおさまるまで待ちましょう。ベッドから落ちないように、ベッドの一部につかまって下さい。病院スタッフ(医師、看護師、技士など)の指示に従って下さい。

①<<透析を継続できる場合>>

ベッドの上で待機してもらいます。透析装置は、血液が凝固しないように血液を循環し続けます。スタッフが、安全を確認でき次第透析を再開します。



避難訓練の様子

②<<避難しなければならない場合>>

透析終了となります。返血操作をスタッフが行います。スリッパなどを履いて指示を待って下さい。

※スタッフが、患者さんに危機が迫っていると判断した場合(火災発生や建物の倒壊など)は返血を行わず、すぐ抜針を行うこともあります。

*歩行可能な方はスタッフの指示に従って避難して下さい。歩行不可能な方はスタッフが介助します。そのまま待機して下さい。

避難の際は、貴重品以外は持たないで下さい。

単独行動をとらず、避難場所で次の指示を待って下さい。次回の透析の日時を連絡致します。処置が必要な方は、手当てを行います。

※緊急時に備えて、透析の開始前に、止血ベルトをオーバーテーブルに出しておいて下さい。

矢吹病院 透析室 佐々木信弥

災害時 食事はどうする?

食事の基本は生きるためのエネルギー確保、災害時でも食べ物で体を養わなければ、命は支えられません。限られた材料で状況に応じた食事をとりましょう。保存性の高い野菜や芋、缶詰、乾物などは備蓄しておけば安心です。普段はカリウム、リンが多いと敬遠されがちですが、命を支えるためには、いろいろな栄養素が必要だからです。

そのために、まずは命の糧、炭水化物として米、もち、乾麺、芋、長期保存パンなど、次に鶏卵、魚・肉の缶詰、ドライパックや缶詰の大豆やひよこ豆、高野豆腐、スキムミルクなどのタンパク質、そしてひじきやわかめなどの海藻は野菜不足の助っ人になり、マグネシウムや亜鉛、鉄などが豊富で代謝にはかかせない栄養素です。フルーツの缶詰やあめ、クッキーなどの菓子もホッとでき、元気復活になります。

ただし、通常の透析ができないことも想定し

- ① いつも以上に塩分量は注意し、塩辛いものは控える
 - ② 薬(特にカリウムやリンを下げる薬)は携帯し、服薬する
- 以上の2つは最低限守ることです。



臨床栄養室