

# 大震災(災害)の時 透析者が生き延びるために



編集・発行 相模原市腎友会  
医療監修 北里大学病院  
腎臓内科 科長 鎌田貢壽  
印刷 北村印刷  
発行年月 平成 24 年 6 月

相模原市腎友会

## 目 次

### <災害が起きた時に>

1. まず、自分の透析施設に連絡をとりましょう ..... 1 頁
2. 施設と連絡がとれない場合は ..... 2 頁
3. 透析施設への交通手段の確保について... 3 頁
4. 市内・近隣で透析できない場合は..... 4 頁
5. 自分の施設以外で透析を行った場合は... 4 頁
6. 透析を3~5日間出来ない場合への対応 5 頁

### <事前の備え>

7. 大震災(災害)への日頃の備えは ..... 7 頁

### <役に立つ情報>

8. 災害伝言ダイヤル 171 の使い方は ..... 9 頁
9. 市内及び近隣施設の電話番号 ..... 10 頁
10. 「日本透析医会  
災害情報ネットワーク」について ...12 頁

### <災害が起きた時に>

#### 1. まず、施設(病院・クリニック) に連絡をとりましょう

ア、災害用伝言ダイヤル 171 を回して、施設からのメッセージ・指示を聞き、次の行動を起こしましょう。

イ、災害用伝言ダイヤル 171 の設定の無い場合は通常電話にて連絡をとりましょう。

ウ、災害用伝言ダイヤル 171 にしても通常電話にしても公衆電話がつながりやすいです。  
この場合はコインが必要です。

透析中の場合は、施設(病院・  
クリニック)の指示に従ってね!!



<災害が起きた時に>

## 2. 施設と連絡がとれない場合は

状況を判断し、次の行動のうち適切なものを選びます。

ア、自分の施設へ出向き、状況を知ると同時に指示を仰ぎましょう。

イ、近隣の透析施設へ行き、透析を依頼しましょう。

ウ、避難所へ行き、透析可能施設の情報を得ましょう。

エ、保健所、市の相談窓口で透析可能施設の情報を得ましょう。

なお、「日本透析医会災害情報ネットワーク」をパソコンで見て、自分の施設の状況を知ることも出来ます。また、テレビ・ラジオからの報

道などで自分の施設の状況を知ることが出来る場合もあります。

<災害が起きた時に>

## 3. 透析施設への 交通手段確保について

原則は自助努力で通院することになりますが、身体が不自由とか高齢であるとかで、また、通常使用している送迎車が来ないとかの場合は、避難所・保健所などの市行政に送迎を依頼しましょう。



### <災害が起きた時に>

#### 4. 市内・近隣で 透析できない場合は

市内・近隣が壊滅状態で殆どの施設が透析不可の場合は、被災地外の遠隔地で透析することになりますが、その場合は市行政にお願いしましょう。

### <災害が起きた時に>

#### 5. 自分の施設以外で 透析を行った場合

必ず、何処何処の施設で何日に透析は受けた、そして、その後の状況を必ず自分の施設に連絡しましょう。

### <災害が起きた時に>

#### 6. 透析を3～5日間 出来ない場合への対応

状況によっては3日～5日間透析が出来ない状態が発生することも考えられますので次のとおり、自己管理を徹底して透析を待ちましょう。

ア、カロリー補給：1日当り1,600～2,200kcal

目安。体重1kg当り30～35kcalこの為に、乾パン、夢ご飯などを備えておきましょう。

イ、蛋白制限：1日当り40～50g目安。体重1kg当り0.6～0.8g

ウ、塩分制限：1日当り5g以下

エ、カリウム制限：可能な限り少なくしましょう。果物摂取は禁止。生野菜摂取は禁止。摂取が必要な場合は、湯がいた野菜を少量、

この場合でもカリウム吸着薬を服用しましょう。

オ、**水分制限**：食事以外の水分摂取量は、1日の尿量と同じにしましょう。従って尿がゼロの人は食事に含まれる水分以外の摂取はゼロです(薬服用の水は可)。

カ、**重炭酸ナトリウム**：身体が酸性になることを予防する為に重炭酸ナトリム、所謂重曹0.5gを2～4回／1日服用しましょう。なお、重曹1gには塩分0.7gが含まれていることを考慮して下さい。

キ、**薬の服用**：常用薬を必ず服用しましょう。



## <事前の備え>

### 7. 大震災(災害)への 日頃の備えは

ア、自分の施設以外のところで透析する場合に備えて透析のための諸データを記した「透析カード」を、施設にお願いしてつくって貰いましょう。

イ、常用薬リストを常時最新状態にしておきます。また手持ちの常用薬をいつでも持ち出せるようにしておきましょう。

ウ、食事管理等自己管理を励行しましょう。災害時、3日～5日透析できない場合、厳しい自己管理が強いられることがあるからです。

- エ、災害用伝言ダイヤル 171 の練習日である毎月 1 日・15日に練習しましょう。
- オ、公衆電話の在り場所を確認しておきましょう。災害時に公衆電話はつながりやすいです。但し、コインが必要です。
- カ、自分の避難場所を特定しておき、その避難場所まで行き、確認しておきましょう。
- キ、近隣の透析施設の所在、電話番号、交通手段を確認しておきましょう。
- ク、懐中電灯、ラジオ、運動靴、水（避難中、脱水症状に陥りやすい）、乾パン、夢ご飯（避難中のエネルギー補給用）を用意しておきましょう。



## ＜役に立つ情報＞

### 8. 災害用伝言ダイヤル 171 の使い方は

災害用伝言ダイヤル171にて、次の方で施設のメッセージを聞くことが出来ます。

1 7 1 にダイヤルする  
携帯電話の場合 通話 を押す  
「伝言センターです。」の声

2 にダイヤルする

施設の 1 7 1 災害伝言ダイヤルの電話番号を押します

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	---	----------------------	----------------------	----------------------	---	----------------------	----------------------	----------------------

施設のメッセージが聞こえます。

事前に練習しておきましょう。  
毎月 1 日と 15 日が練習日です。

## 9. 市内及び近隣施設の電話番号

- |               |                                 |                      |
|---------------|---------------------------------|----------------------|
| ・相原病院         | 災害用伝言ダイヤル<br>171-2-042-772-3130 | 通常電話<br>042-772-3100 |
| ・相模原協同病院      | 未設定                             | 042-772-4291         |
| ・橋本みなみ内科      | 171-2-042-700-3711              | 042-700-3711         |
| ・橋本クリニック      | 171-2-042-773-1571              | 042-773-1571         |
| ・相模原クリニック     | 171-2-042-751-1518              | 042-758-6521         |
| ・第二相模原クリニック   | 171-2-042-730-7312              | 042-730-7301         |
| ・セントラルクリニック   | 緊急用 090-3133-9922               | 042-758-3888         |
| ・社会保険相模野病院    | 未設定                             | 042-752-2025         |
| ・淵野辺総合病院      | 171-2-042-754-2222              | 042-754-2222         |
| ・阪クリニック       | 171-2-042-776-7796              | 042-776-7709         |
| ・森下記念病院       | 171-2-042-742-6702              | 042-742-9162         |
|               | 緊急用 042-746-5054                |                      |
| ・東芝林間病院       | 未設定                             | 042-742-3577         |
| ・さがみ循環器クリニック  | 171-2-042-746-2211              | 042-746-2211         |
| ・さがみ松ヶ枝クリニック  | 171-2-042-767-7887              | 042-767-7887         |
| ・北里大学病院       | 未設定                             | 042-778-8111         |
| ・津久井赤十字病院     | 171-2-042-784-2200              | 042-784-1101         |
| ・広瀬病院         | 171-2-042-782-3021              | 042-782-3021         |
| ・相武台ニーレンクリニック | 171-2-046-298-2552              | 046-298-2552         |
| ・相模台病院        | 171-2-046-256-0985              | 046-256-0985         |
| ・相武台病院        | 未設定                             | 046-256-5111         |
| ・腎健クリニック      | 未設定                             | 046-231-8151         |
| ・海老名クリニック     | 171-2-046-235-0290              | 046-235-0290         |
| ・中央林間病院       | 緊急用 046-271-5511                | 046-275-0110         |
| ・あけぼの病院       | 171-2-042-728-1120              | 042-728-1111         |

## <役に立つ情報>

### 10. 「日本透析医会災害情報 ネットワーク」について

大震災時に透析患者を救済する為に全国の医師間で迅速で性格な透析施設情報の収集・提供・交換を行う為の情報ネットワークです。パソコンにて「日本透析医会災害情報ネットワーク」を検索すると次の情報を知ることができます。

#### <被災地の透析施設>

- ①被災地の透析施設の被災状況
- ②透析の可否
- ③他施設へ透析要請
- ④主な不足物品

#### <被災地外の透析施設>

- ①透析施設の受入れ可能人数
- ②透析室貸し出し可能状況

## Memo