

腹膜透析患者 災害対策の手引き

普段からの備え

- 腹膜透析液・内服薬は、1～2週間分の在庫を常備しておきましょう。
- 内服薬は、(可能であれば)学校や職場などにも数日分の在庫を常備しておきましょう。
- 被災時(停電時)の連絡先・方法や受診先について、主治医と確認しておきましょう。
- 自動腹膜透析装置を使用中の場合、停電時の対応や治療内容を主治医と確認しておきましょう。
- 一般的な非常用持ち出しセットに加えて、以下の物品をお手元に置いておきましょう。
緊急時クリップ(2個)、はさみ、キャップ、出口部消毒用セット、速乾性の手指消毒液

災害時

●腹膜透析中に災害が生じた場合(身を守ることを最優先)

- ・ 緊急避難が必要な場合
 - ① 全てのクランプを閉じてください。
 - ② 透析液側のチューブを2箇所クリップで止めた後、クリップよりさらに透析液側をはさみで切断して避難してください。安全な場所が確保でき次第キャップをしてください。
- ・ 避難指示がなく、自宅の安全が確保されている場合
いつものように切り離しを行ったうえで避難に備えるか、情報に注意しながら治療を継続してください。

●病院との連絡

- ・ 災害時は電話が非常につながりにくく、医療機関との連絡が困難となる状況が予想されます。
- ・ 電子メールは電話と比較して災害の影響を受けにくく、被災後の連絡手段として有用なことがあります。
- ・ 電話がつながらない場合は、NTTの災害対策ダイヤル『171』を利用しましょう(ガイダンスに従い、伝言を録音してください)。

●腹膜透析について(避難場所で行う場合)

- ・ 避難場所で腹膜透析を行う場合には、腹膜透析中であることを伝えて、可能な限り安全で清潔な場所の確保をお願いしてください。自家用車内も比較的安全です。
- ・ 腹膜透析操作や出口部ケアの際の感染に注意し、手洗い(できない場合は手指消毒)を必ず行いましょう。
- ・ 腹膜透析の温め(停電時)
外袋のままビニール袋に入れ40℃以下のお湯で温める、透析液を抱いて体温で温める、使い捨てカイロの使用(2L液バッグに8個使用し、約1.5時間で温まる)

●避難中の食事

通常と同様の腹膜透析ができない場合には、カリウム・塩分・たんぱく質の摂りすぎ、除水量不足(特に排尿がない患者さんの場合)に注意が必要です。いっぽうで、エネルギー(カロリー)が足りないと、体内の蛋白が分解され老廃物が体内に蓄積することになるため、入手できる範囲で上手に調整して食べる必要があります。

- ・ 飲水量は通常の半分程度が目安ですが、過剰な制限は危険であり、特に暑い時期には適正に摂取してください。
- ・ 可能な限り避けたい避難食: 果物(バナナなど)、野菜ジュース、即席めん、チョコレート、牛乳など
- ・ ミルクは通常の1/2に薄めてください。8806Hミルクを使用中で、普通ミルクで代用する場合には、1/4程度に薄めてください。