

5 — 慢性疾患・基礎疾患のある 避難者への対応

慢性疾患・基礎疾患は避難所では悪化する。

【ハイリスク】

高血圧／糖尿病／高脂血症／痛風／慢性閉塞性肺疾患／
心不全／不整脈／腎不全／ロコモティブ症候群

【悪化する要因】

- ストレス・不眠・疲労.
- 不規則で炭水化物主体の支援食.
- 治療薬の紛失・飲みきる・使いきる.
- 避難者同士のトラブル.
- 硬い床・床に直接寝ている状態が続く.
- 防寒具の不足・着替えができない.
- 水・食糧の不足.
- トイレが困難.
- 天候・ほこりなどによる環境悪化・換気不良.

MEMO ロコモティブ症候群

骨、関節、筋肉などの運動器の働きが衰えると、暮らしのなかの自立度が低下し、介護が必要になったり、寝たきりになったりする可能性が高くなります。運動器の障害のために、要介護になったり、要介護になったりする危険が高まります。

1 血圧の異常がある人

【血圧が高いとき】

- これまでに高血圧と言われたことがあるのかを尋ねる。
- 高血圧と言われている人には、降圧薬の持参の有無と何日分の薬を持参しているかを尋ねる。
- 紛失したり、持参していない人に関しては、災害医療班などの来訪時に受診するように勧める。
- 交通手段が確立している場合には、医療機関への受診を手配する。
- 血圧測定を希望し血圧を測った場合で、降圧薬を持参していない人がいる場合や医療班がまだ来ていない場合、非常に高い血圧でも、そのままの数値を伝えても、さらに血圧を上げるだけなので、少し高めの数値だと告げて安静にしてもらう。
- 医療班が定期的に訪問・医療機関への搬送ができる場合には、降圧薬の服薬を勧める・医療班の診察を受ける・降圧薬を手に入れて服薬してもらう。

【血圧が低いとき】

- 横になってもらう。
- 心不全などの徴候をチェックする。



POINT

正常範囲（140mmHg以下）内なら、心配ないですよと話しましょう。

【注意を要する症状】

- 脳卒中の可能性
 - ・ろれつが回らなくなる。
 - ・よだれを垂らしている。
 - ・どちらかの手足が手も足も共に動かなくなる。
 - ・起床時間/活動時間になっても起きてこない。
 - ・ひどい頭痛を訴えている。

以上は、脳卒中の可能性がある。至急、脳卒中専門医の診察や治療を受ける必要がある。

- 心疾患の可能性
 - ・強い胸の痛みが続いている。
 - ・ひどい動悸が続いている／脈も乱れている。
 - ・顔面にチアノーゼが出現している／脈が弱い。

以上は、心疾患の可能性がある。循環器の専門医の診察や治療が必要。

② ワーファリン内服者

まず、ワーファリン内服者がいるかどうかを聞く。