



CAPD

災害マニュアル



監修

東北医科薬科大学病院

森 建文

JMS



監修のごあいさつ

2011年の東日本大震災では透析患者様も少なからず被害を受けられました。腹膜透析患者様は患者様ご自身のお力と病院、会社のご努力により、比較的被害を避けられた様です。これは腹膜透析の優れた自己管理能力と日頃の準備の賜物と思います。

私自身や家族は宮城県沖地震、阪神淡路大震災、東日本大震災を経験しました。そこで学んだことは、準備したものは非常に強く、予想できず準備できなかったものは非常に弱いということでした。宮城県沖地震や阪神淡路大震災をふまえ、準備できた家屋の倒壊や火災は東日本大震災ではかなり防げたと思いますが、予想を超えた津波には勝てませんでした。

いくら腹膜透析が震災に比較的強かったからといって、次の震災等では予想しないものがあるかもしれません。それに少しでも対処するには予想できるものに対して最小限に食い止めておくということです。震災に対し、準備してしすぎることはありません。

今回、監修の機会をいただきましたが、このマニュアルで将来の震災に対し、少しでもお役に立てればと思い、震災の時を思い返し、また台風被害や火災など私があまり経験のない震災に対しても経験者の意見や想像を取り入れ、将来の震災に腹膜透析患者様の被害が少しでも少なくなればと願い監修いたしました。

地域がらや各家庭の事情などを考慮する必要があります。このマニュアルを参考にぜひともご家族や主治医の先生、腹膜透析メーカーの担当者との間で打ち合わせいただき、日頃から非常時に備えた対応を準備いただければ幸いです。「備えあれば憂いなし」これに尽きると思います。

東北医科薬科大学病院 腎臓内分泌内科

診療科長 森 建文

はじめに

日本はまさに世界一の地震国で、3年から4年に1度日本のどこかで人命に被害を及ぼすような地震が発生しています。これに備えて地震対策を事前に進めておくということは、特に透析患者の被害を最小限に食い止めるためにも非常に重要です。

地震が発生した時は慌てずに、適切な行動をすることが大切です。

そのためにはひとりひとりが地震について関心を持ち、いざという時に落ち着いて行動できるよう、日頃から地震の際の正しい心構えを身につけておきましょう。また、過去の地震での体験を参考にして対策のポイントをつかみ、それぞれの人が必要性を認識して、具体的に取られることを願っております。

この冊子は、地震災害に関する事前の防災対策や被災後の心構え、透析生活の維持等について参考になると思われる事柄をまとめてみました。

この冊子を参考として、皆様のお役に立てて頂ければ幸いです。

株式会社ジェイ・エム・エス

もくじ

1

普段から準備しておくこと

- (1) 一般的な準備 4
- (2) 腹膜透析患者さんの準備 7

2

災害が起きたとき

- (1) まずすること 10
- (2) お腹のチューブ・カテーテルが破損、または汚れた場合 .. 12
- (3) 治療中の継続が不可能な場合 13
 - ① マニュアル 14
 - ② テデタン 15
 - ③ PD-Mini Neo 16
 - ④ PD-MINISOLA 17
- (4) 腹膜透析患者さんが特に注意すること 18

3

災害時の連絡先と連絡方法

- (1) JMS災害時の取組み 20
- (2) NTT災害用伝言ダイヤル「171」について 22

4

災害のときのお役立ち情報

- (1) 参考資料 26
- (2) 東日本大震災の時に支給された食品 27
- (3) 緊急時の連絡先を確認し、記録しましょう 28
- (4) 緊急時の透析処方について、かかりつけの病院と
相談しておきましょう 29

1



普段から
準備しておく
こと

1

普段から準備しておくこと

1 一般的な準備

1 心の準備

地震はいつでもどこでも起こり得ると考え、防災訓練などに参加し避難方法を体験しましょう。また、日頃から避難方法・連絡方法や持出し荷物の役割分担などについて、家族で話し合っておきましょう。

2 地域の危険度を理解

海岸沿いや山に近い所に住んでいる人は、より注意が必要です。

3 避難場所などの確認

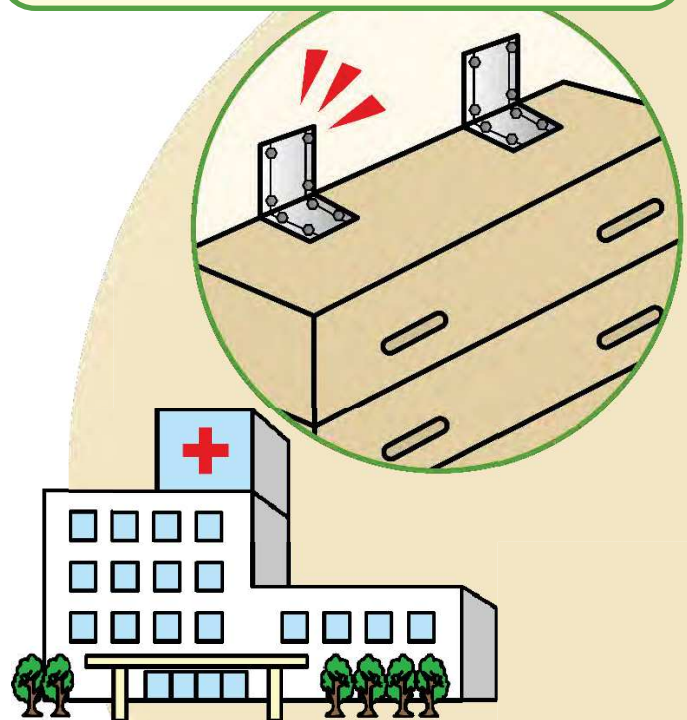
警戒宣言や災害発生時の避難場所や公共施設(老人ホーム・公民館等)、避難路、最寄りの医療救護所を最低でも2カ所以上確認し、地図に書いておきましょう。

4 家の耐震診断・ブロック塀の点検

特に昭和56年以前に建築した木造家屋・マンションは、国の補助で診断・修復の費用が出ます。自治体によって補助金の額が異なりますので、確認しましょう。また、ブロック塀の中に鉄筋が入っているか確認し、倒れる危険があれば改造を検討するとよいでしょう。

5 家具の固定

家具の下敷きによる死亡やケガが多いので、家具類は固定しその上に重い物や危険物を置かないようにしましょう。また、特に寝室の窓ガラスや本棚のガラス等に飛散防止のテープを貼ると良いでしょう。(固定具はホームセンターなどで販売しています。)



6 プロパンガスの安全対策

倒れないようにボンベを鎖で壁に固定し、感度自動遮断装置が取り付けられているか確認しましょう。

7 食料の準備(非常食数日分)

非常用の食料品は年に1回は点検し、保存期限が近付いたら入れ替えをしましょう。

8 飲料水及び防火用水の準備

ペットボトルで1人数日分(1人1日3リットルが目安)の飲料水を用意しましょう。常に浴槽に水をはっておくと防火用などに利用できます。

9 連絡リストの作成

親戚、仕事関係、学校関係など。

10 非常持出品のチェック、用意(備えておくと良いもの)

→くわしい内容は6ページをご覧ください。



10 非常持出品のチェック

すぐに持ち出せるように準備しておきましょう

- | | | | | | |
|--------------------------|----------|--------------------------|-------|--------------------------|----|
| <input type="checkbox"/> | 預金通帳・印かん | <input type="checkbox"/> | 健康保険証 | <input type="checkbox"/> | 現金 |
| <input type="checkbox"/> | お薬手帳のコピー | | | | |

● リュックに入れて準備しておきましょう

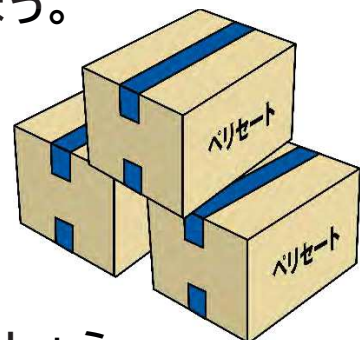
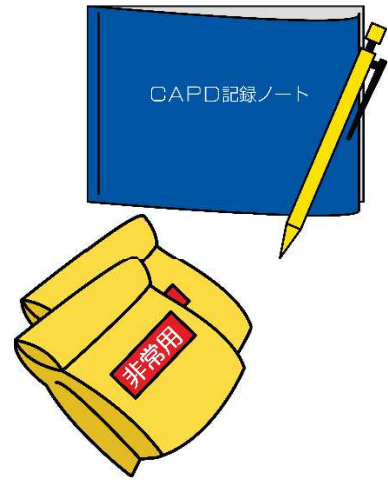
- | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------|
| <input type="checkbox"/> | 寝袋 | <input type="checkbox"/> | 毛布 | <input type="checkbox"/> | 手袋 | <input type="checkbox"/> | タオル |
| <input type="checkbox"/> | 石鹸 | <input type="checkbox"/> | 救急薬品 | <input type="checkbox"/> | トイレット
ペーパー | <input type="checkbox"/> | ウェット
ティッシュ |
| <input type="checkbox"/> | ガムテープ | <input type="checkbox"/> | マスク | <input type="checkbox"/> | 裁縫用具 | | |
| <input type="checkbox"/> | 大型の
ごみ袋 | <input type="checkbox"/> | ヘルメット | <input type="checkbox"/> | ロープ | <input type="checkbox"/> | 公衆電話用
小銭 |
| <input type="checkbox"/> | 非常用ラジオ
(自己発電できるもの) | | | <input type="checkbox"/> | 使い捨てカイロ
(体や透析液をあたためるため) | | |
| <input type="checkbox"/> | 使い捨てライター | <input type="checkbox"/> | ローソク | <input type="checkbox"/> | ナイフ | | |
| <input type="checkbox"/> | 避難経路地図 | <input type="checkbox"/> | シガーライター
ソケット | <input type="checkbox"/> | 懐中電灯
(予備電池) | | |
| <input type="checkbox"/> | 着替え・下着類 | <input type="checkbox"/> | 運動靴 | <input type="checkbox"/> | カセットコンロ | | |
| <input type="checkbox"/> | 透析用非常持ち出しセット
(8ページ参照) | | | <input type="checkbox"/> | 家族の数日分の食料(非常食)
と飲料水 | | |

非常持ち出し袋は玄関のそばや居間、屋外の物置など持ち出しやすい場所に保管し、重いものは車に保管しておくといでしょう。また、寝床に運動靴、懐中電灯、ラジオを常に置いておきましょう。



2 腹膜透析患者さんの準備

- ① 透析内容を記録ノートに記載し、すぐに持ち出せるようにしておきましょう。
- ② 服用している薬の内容を理解しておき、紙に書いて非常用袋に入れておきましょう。
- ③ 身障者手帳・緊急連絡カードの常時携帯を習慣にしてください。
- ④ 現在通院中の医療機関が透析不能になった場合に備え、自宅に近い他のCAPDを行っている施設を知っておきましょう。
- ⑤ 日常生活では体調を常に良い状態に保つように心がけ、体重の増減に注意しましょう。
- ⑥ 災害時は外部との連絡が困難となります。事前に、緊急時の所在場所や携帯電話番号などの連絡先を、病院やJMS担当者へお知らせ下さい。
また、28ページの緊急時の連絡先を記入して、事前に連絡方法を確認しておきましょう。
- ⑦ 災害と宅配日が重なった場合など、通常通り宅配されないケースが想定されます。
万一来に備え、透析液・器材や内服薬を5日分程度在庫として保管しておきましょう。



透析用非常持ち出しセット

お手持ちの物品で、オリジナルセットを作成されては
いかかでしょうか。

★この他に、透析液・器材等が必要になります。

内容物

項目	数量
<input type="checkbox"/> ※1 キャップキット	4セット
<input type="checkbox"/> ※2 バッグフリー交換セット（Yセット）	
<input type="checkbox"/> 出口部ケア用品	3セット
<input type="checkbox"/> 消毒用綿棒	3本
<input type="checkbox"/> テープ	1個
<input type="checkbox"/> はさみ	1個
<input type="checkbox"/> 懐中電灯（ライト）	1個
<input type="checkbox"/> バネ秤	1個
<input type="checkbox"/> 手指消毒剤	1個
<input type="checkbox"/> 入浴用保護パウチ	3枚
<input type="checkbox"/> S字フック	1個
<input type="checkbox"/> IDカード	1枚
<input type="checkbox"/> 収納袋	1枚
<input type="checkbox"/> シーツ	1枚
<input type="checkbox"/> 手袋	1セット

※1 HOTNAVI®はTCDウエハーになります。

※2 APD装置を使用の場合です。



2

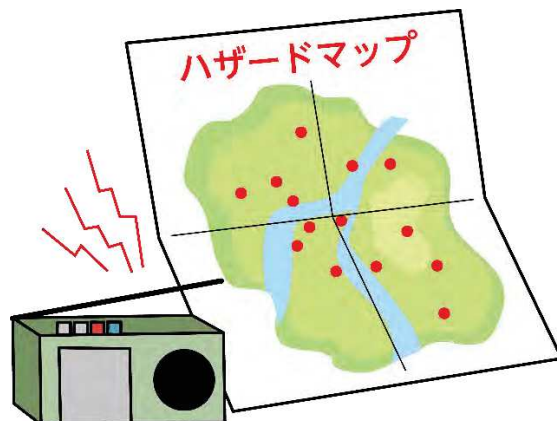


災害が 起きたとき

1 まずすること

①情報を確かめる

ラジオ、テレビで情報を確認しましょう。
市町村、自主防災組織の情報を確認しましょう。



②火の始末をする

ガスの元栓を閉止し、電気器具のコンセントを抜きましょう。
火を使うときは十分に注意して下さい。



③学童などの引き取り

保護者が迎えに行くなど、あらかじめ決められた方法で引き取ります。

④家の整理

家族で決めた役割に従って行動しましょう。
家具等の転倒防止のため、棚の上から物をおろしましょう。
出入口の確保をし、窓ガラスなどに養生テープを貼るとよいでしょう

⑤水と消火の準備

飲料水の確保、消火器、バケツの用意をしましょう。

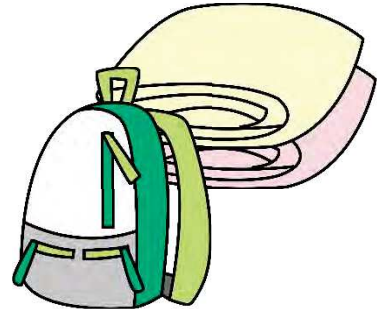


⑥身軽な服装に着替える

活動しやすい服や靴にして、頭を保護する防災ずきんなどをかぶりましょう。

⑦非常持出品の確認

必要な物が入っているか確認しましょう。毛布、寝袋などを用意しましょう。



⑧避難所へ避難

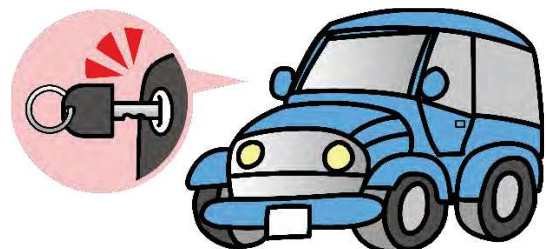
市町村の指示にもとづき、避難命令が発令されたら非常持出品を持って避難所へ避難して下さい。

⑨一般の地域は避難の準備

主な出入口をあけ、逃げ道を作っておきましょう。すぐに戻らない家族への伝言があれば、書いておくとういでしょう

❖警戒宣言が出た時、走行中の自動車は？

- ① ゆっくり走って下さい。(一般道路20km/h、高速道路50km/h)
- ② カーラジオで情報を確認し、情報に従って運転して下さい。
- ③ 警察官の指示に従って下さい。
- ④ 避難が必要な場合は、道路の外に車を止めて下さい。
- ⑤ やむをえず道路に止めたまま避難する時はキーをつけ、窓を閉めておきましょう
- ⑥ 貴重品は車内に残さないようにして下さい。
- ⑦ ガソリンスタンドに行列ができた場合、透析患者さんは優先的にガソリン補充ができるように配慮されることがあります。ガソリンは普段から半分以上にするよう、心がけましょう。

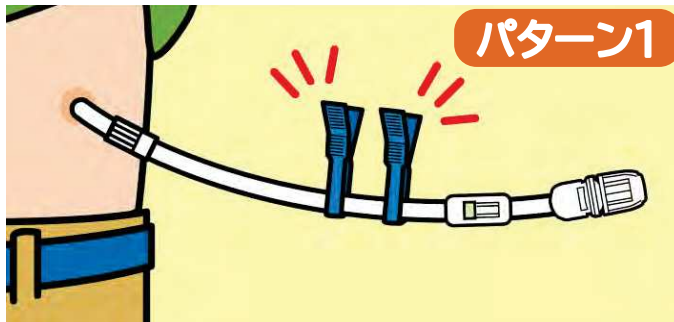


2 お腹のチューブ・カテーテルが破損、または汚れた場合

① お腹のチューブを閉めて下さい。

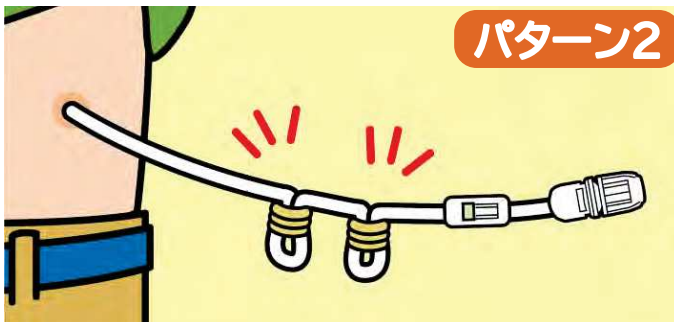
パターン1

- ストッパーを使用します。



パターン2

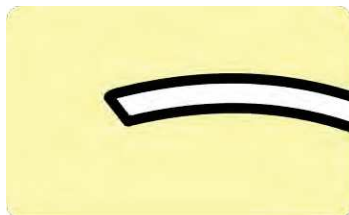
- 輪ゴムでしっかりしばります。



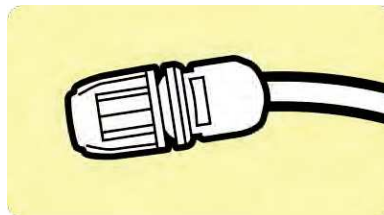
① 速やかにかかりつけ病院へ連絡してください。

● HOTNAVI®とZERO SYSTEM®先端形状

HOTNAVI®



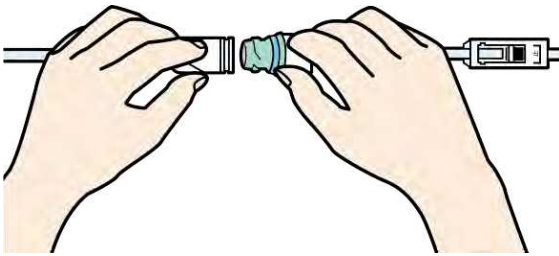
ZERO SYSTEM®



3 治療中の継続が不可能な場合

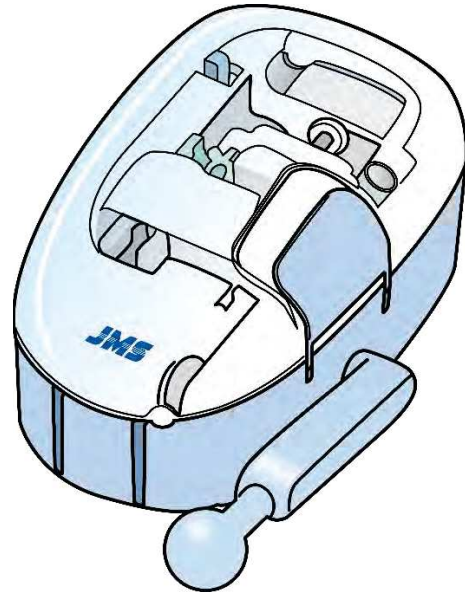
◎あなたのシステムを確認しましょう！

①マニュアル



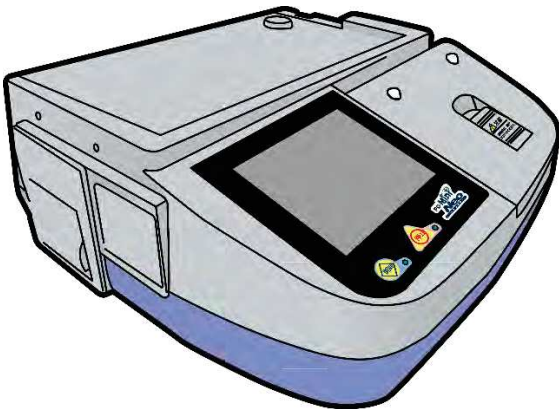
→ 14ページへ

②テデタン



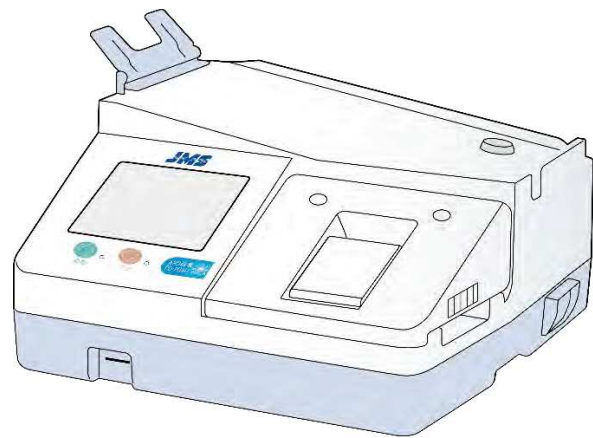
→ 15ページへ

③PD-Mini Neo



→ 16ページへ

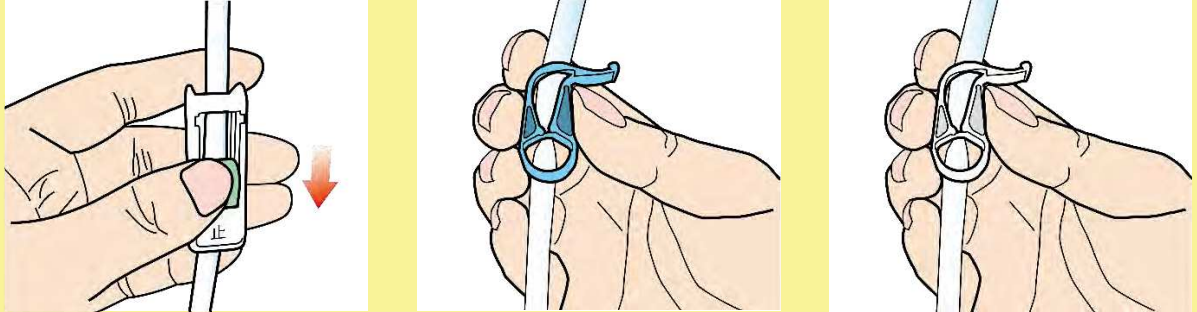
④PD-MINISOLA



→ 17ページへ

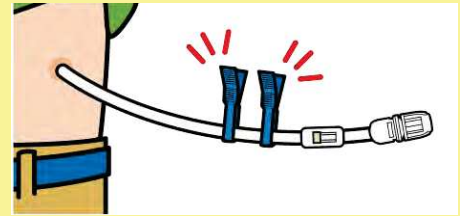
①マニュアル

お腹のクランプと透析液のクランプ(青・白)を閉じる。



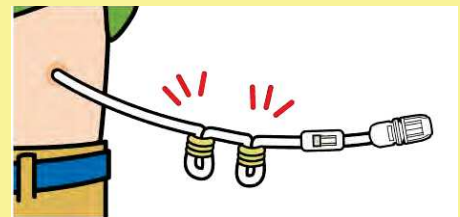
パターン1

汚染された透析液が体内に入らないように、体に近いところでストッパーを装着する。



パターン2

チューブを2つ折りにし、輪ゴムで止める



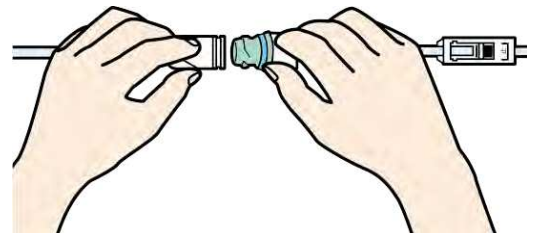
家屋の倒壊・火災などの身の危険がある場合

身の危険がない場合

透析液を抱きかかえて避難する。

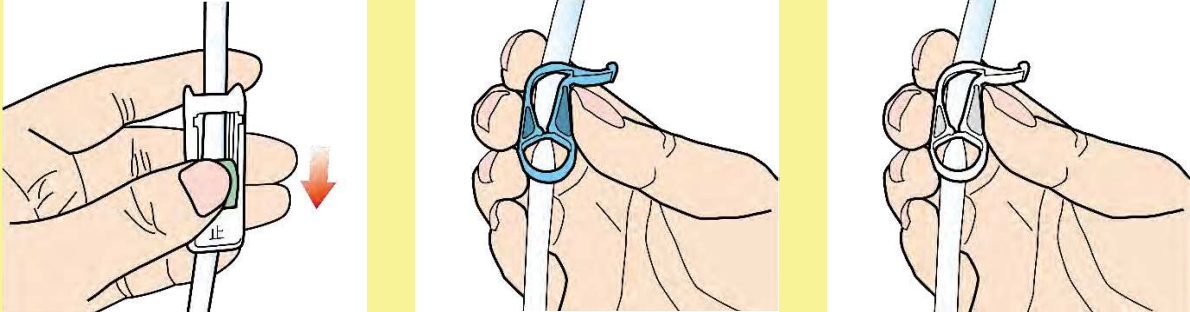
揺れがおさまったら、新しいキャップをつける。

安全な場所で落ち着いてから、キャップを装着する。



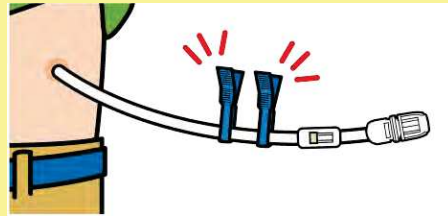
②テデタン

お腹のクランプと透析液のクランプ(青・白)を閉じる。



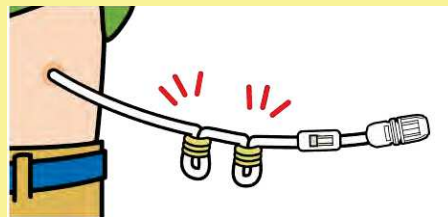
パターン1

汚染された透析液が体内に入らないように、体に近いところでストッパーを装着する。



パターン2

チューブを2つ折りにし、輪ゴムで止める



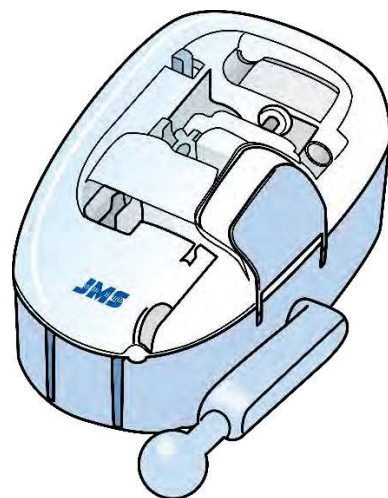
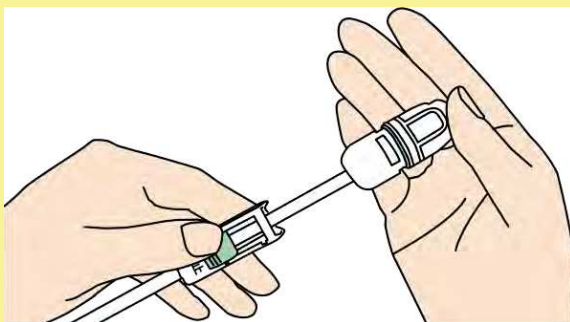
家屋の倒壊・火災などの身の危険がある場合

身の危険がない場合


透析液を抱きかかえて避難する。

揺れがおさまったら、
テデタンで切り離しをする。

安全な場所で落ち着いてから、
キャップを装着する。

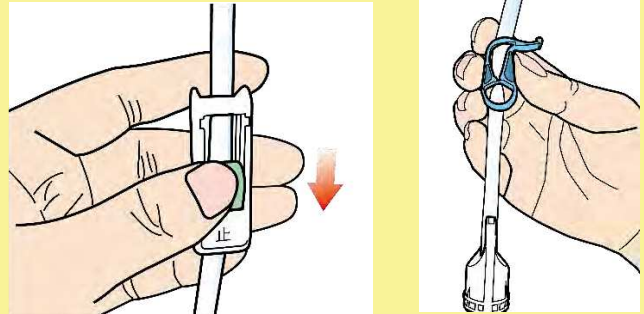


③PD-Mini Neo

停止スイッチ  を押す。

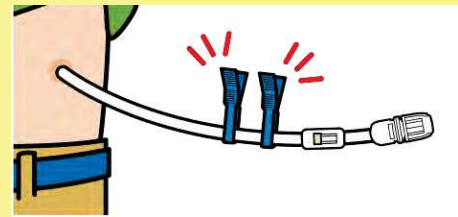


お腹のクランプと腹膜ラインのクランプを閉じる。



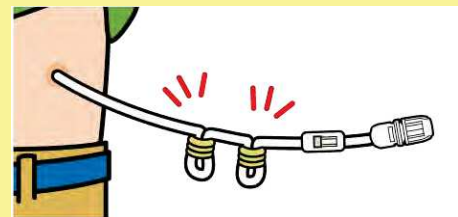
パターン1

汚染された透析液が体内に入らないように、体に近いところでストッパーを装着する。

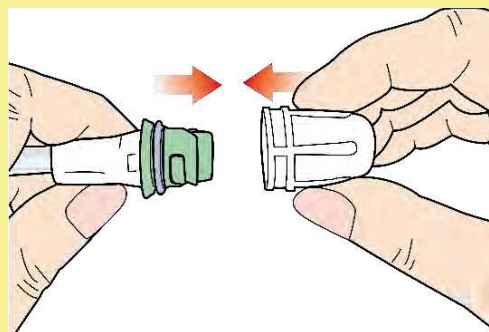
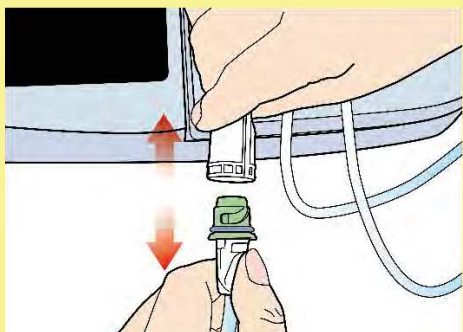


パターン2


チューブを2つ折りにし、輪ゴムで止める

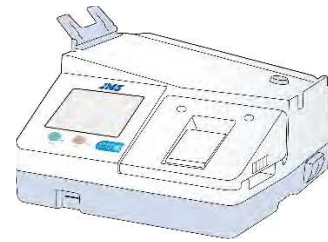
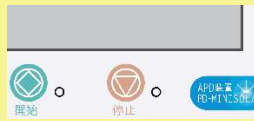


腹膜ラインをはずし、お腹のチューブに新しいキャップをつける。

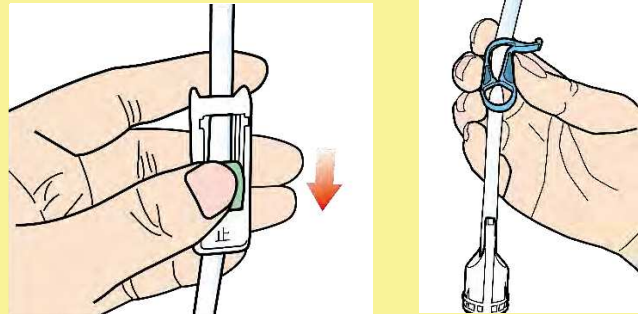


④ PD-MINISOLA

停止スイッチ  を押す。

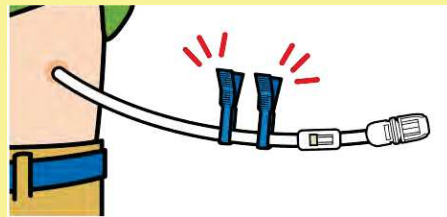


お腹のクランプと腹膜ラインのクランプを閉じる。



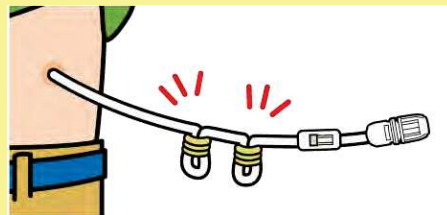
パターン1

汚染された透析液が体内に入らないように、体に近いところでストッパーを装着する。

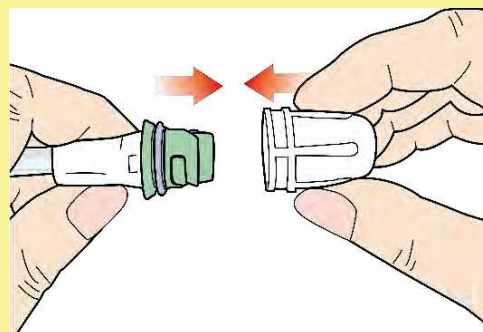
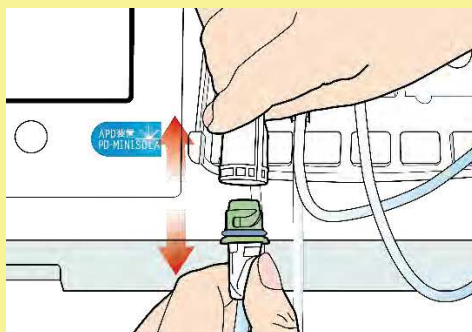


パターン2

チューブを2つ折りにし、輪ゴムで止める



腹膜ラインをはずし、お腹のチューブに新しいキャップをつける。



2 腹膜透析患者さんが特に注意すること

◎移動のとき(避難・通院)

乗用車はできるだけ自粛し、徒歩、自転車、バイクで通院して下さい。

やむをえず道路に止めたまま避難する時はキーをつけ、窓を閉めておきましょう。貴重品は車内に残さないようにして下さい。(11ページ参照)

◎透析液などの持ち出し

家族等と協力して、必要となる透析液、バッグ交換セットなど持っていきましょう。通常PD-MINISOLAで治療されている場合は、CAPDへ切り替えましょう。

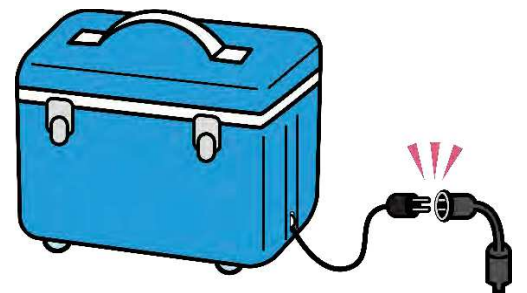
◎避難所の生活

腹膜透析患者であることを周囲に告げて協力してもらいましょう。情報等についてはラジオ等で常に把握して下さい。

◎透析液の加温

加温器はあるが、使用できない場合

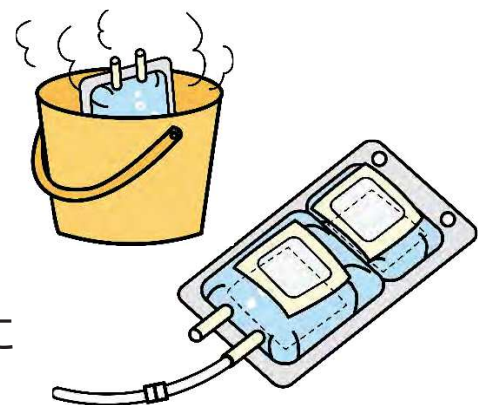
- シガーライターソケットを使用します。シガーライターソケット用電源コンセントを用意しておくとう便利です。



加温器がない場合

パターン1 透析液を40℃のお湯で外袋のまま温めます。

パターン2 透析液の大・小室、表・裏に温めたカイロを貼ります。



3



災害時の 連絡先と 連絡方法

1 JMS災害時の取組み

JMSでは、地震は震度6弱、その他の大規模な自然災害が発生した場合に、**安否確認**のご連絡をさせていただきます。

緊急時の連絡先を確認し、記録しておきましょう。

- 安否確認・健康状態
- 手配物品の有無・数量の確認
- 宅配業者の手配
- 装置等の使用状況
- 転居の場合は、転居先



患者さん

下記の場合は
ご連絡をお待ちしています

- 使用物品がない場合
- 電話不通でJMSから5日以内に連絡がない場合
- 避難所で住所変更になった場合
- 安否情報の報告
- 手配物品の内訳を報告

The logo for JMS, consisting of the letters 'JMS' in a bold, blue, sans-serif font with horizontal lines through the letters.

災害が発生したら

災害が起こったらず、安全確保

身体に被害がある場合

身体に被害がない場合

治療のために病院へ

自宅が倒壊

自宅が無事

透析液・器材・機械の状況確認

自宅で治療を継続

使用不可

使用可能

JMSへ連絡

JMSが上記避難先へ搬入

避難先で治療を継続

かかりつけの病院に状況報告

● 身体に被害がある場合



病院

1 NTT災害用伝言ダイヤル「171」について

◎災害用伝言ダイヤル(171)とは？

地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

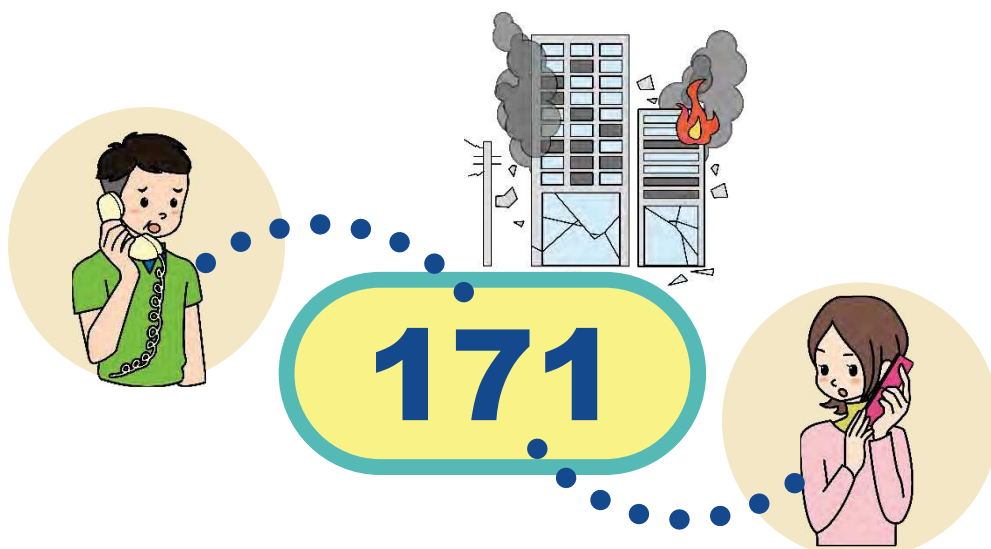
◎提供開始

地震等の災害発生時に、被災地の方の安否を気遣う通話が増加し、被災地への通話がつながりにくい状況(ふくそう)になった場合、NTT東日本・西日本から速やかにサービスが提供されます。

- ▶ 提供の開始、登録できる電話番号、伝言録音時間や伝言保存期間など運用方法・提供条件については、状況に応じてNTTが設定し、テレビ・ラジオ・NTT東日本・西日本の公式ホームページ等を通じて皆様にお知らせいたします。

◎伝言録音時間・伝言保存期間・伝言蓄積数

- ◎ 伝言録音時間 … 1伝言あたり30秒以内
- ◎ 伝言保存期間 … 災害用伝言ダイヤル(171)の運用期間終了まで
- ◎ 伝言蓄積数 … 1電話番号あたり1～20伝言
(提供時にお知らせいたします。)



◎ご利用できる電話

災害用伝言ダイヤルがご利用可能な電話は、加入電話、INSネット※、公衆電話、ひかり電話※及び、災害時にNTTが避難所などに設置する災害時用公衆電話になります。携帯電話・PHSからも利用できますが、詳しくはご契約されている通信事業者へご確認をお願いします。

- INSネット及び、ひかり電話でダイヤル式電話をお使いの場合には、ご利用になれません。



◎ご利用料金

NTT東日本・西日本の電話サービスから伝言の録音・再生をする場合の通話料は無料です。

(伝言録音等のセンタ利用料は無料)

- 被災地に設置する災害用公衆電話からのご利用は無料となります。

◎利用方法

伝言の録音	伝言の再生
「171」をダイヤル	「171」をダイヤル
↓	↓
①を選択	②を選択
↓	↓
被災地の方の電話番号をダイヤル	被災地の方の電話番号をダイヤル
↓	↓
ガイダンスにしたがい操作	ガイダンスにしたがい操作
↓	↓
ピッ!の合図で録音開始[30秒以内]	伝言を再生
↓	↓
伝言を残して、電話を切る	・ 次の伝言がある場合 ➡ガイダンスにしたがい操作 ・ 伝言がない場合 ➡ 電話を切る

4



災害のときのお役立ち情報

1 参考資料

■ 総エネルギー量

あなたの
総エネルギー
量

標準体重

kg×31kcal =

1

kcal/日

■ 腹膜吸収エネルギー量

腹膜透析液から吸収される1日の
およそのエネルギー量(理論値)
6~8時間貯留

		1袋/
ペリセート360N	1,500mL	40kcal
ペリセート360N	2,000mL	53kcal
ペリセート400N	1,500mL	89kcal
ペリセート400N	2,000mL	118kcal

計算の例

ペリセート360N 1,500mL1袋

ペリセート400N 1,500mL3袋を使用する方の場合

1回目 40 kcal

2回目 89 kcal

3回目 89 kcal

4回目 89 kcal

307

kcal/日

あなたの
腹膜吸収
エネルギー量

1回目 kcal

2回目 kcal

3回目 kcal

4回目 kcal

2

kcal/日

■ 食事摂取エネルギー量の目安

①食事摂取エネルギー量(kcal) = 総エネルギー量 - ②腹膜吸収エネルギー量

あなたの
食事摂取
エネルギー量

1

 kcal

総エネルギー量

-

2

 kcal

腹膜吸収エネルギー量

=

kcal/日

■ 蛋白質摂取量の目安

あなたの
蛋白質量

標準体重

kg× 1.2 =

g/日

■ 塩分摂取量の目安

あなたの
塩分量

1

 g

塩分除去量(除水量)

-

2

 g

塩分除去量

=

g/日

2 東日本大震災の時に支給された食品

	食品名(g)	エネルギー(kcal)	蛋白質(g)	カリウム(mg)	水分(mL)	食塩(g)
ごはん パン	おにぎり1個(120)	179	3.1	32	78	1~1.5
	アンパン1個(80)	213	4.9	44	28	0.2
	クリームパン1個(75)	206	4.4	53	27	0.3
	ジャムパン1個(75)	210	3.2	41	24	0.3
飲み物	牛乳1本(200)	120	5.8	300	177	
	野菜ジュース1缶(190)	40	1.3	475	177	
弁当類	副菜	659	20.1	364	239	6.3
	鮭弁当	401	21.1	613	323	4.3
	唐揚げ弁当	862	37.4	496	320	4.3

東日本大震災時の状況

震災後、避難所では菓子類が豊富で制限なく食べられました。また、全体的に野菜が少なく、肉・魚・卵・牛乳等の蛋白源も少ない反面、炭水化物中心の食事が長期間続き、栄養バランスに配慮した食材の調達が行われにくいという環境にありました。

厚生労働省「東日本大震災の対応状況(栄養・食生活支援)等について」参照

◎避難所生活での食事について

●エネルギー

エネルギー過剰については、震災後一週間以内はあまり影響が少ないです。それより、震災時のエネルギー不足により、栄養障害にならないよう、注意が必要です。

●蛋白質

透析不足の場合は蛋白質制限が重要になりますが、震災時の一週間以内の摂取量を考えると蛋白質は多くなるケースは少ないと考えられます。

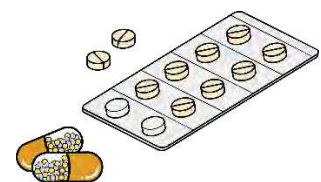
●塩分

支給される前の家にある保存食品には塩分が多いので、一週間以内であれば減塩は意識しておく必要があります。

●内服薬について

薬によっては禁忌の飲食物があるので注意しましょう。

例:ワーファリン+納豆、鉄剤+お茶 など



! Point

非常時、マヨネーズは腹膜透析患者さんの栄養源になります。

3 緊急時の連絡先を確認し、記録しましょう。

◎かかりつけ病院

病 院 名		主治医	
代 表 電 話			
透 析 室 電 話			
緊 急 携 帯 電 話			
メ ル ア ド レ ス			

4

◎関連協力病院、災害時拠点病院

病 院 名	
電 話 番 号	

◎JMSの連絡先

J M S 担 当 者	
J M S コ ー ル セ ン タ	0120-503-956
東 京 本 社	03-6372-9120
広 島 本 社	0120-200-517

4 緊急時の透析処方について、 かかりつけの病院と相談しておきましょう

◎日常の処方

処方内容			
液の種類		容量(mL)	数
360・400	N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000	
360・400	N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000	
360・400	N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000	
360・400	N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000	
お腹チューブ		ZERO SYSTEM®・HOTNAVI®	
H D 併用		あり・なし	
シャント		あり・なし（ありの場合：右・左）	

APD治療内容	
療法	NPD・CCPD・CCPD+マニュアル TD・TD+マニュアル
注液量	mL
サイクル数	回
貯留時間	分

◎緊急時の処方

処方内容			
液の種類		容量(mL)	数
360・400	N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000	
360・400	N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000	
360・400	N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000	
360・400	N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000	

災害時の連絡先と連絡方法

◎JMS災害時の取組み

JMSでは、地震は震度6弱、その他の大規模な自然災害が発生した場合に、安否確認のご連絡をさせていただきます。

緊急時の連絡先を確認し、記録しておきましょう。

- 安否確認・健康状態
- 手配物品の有無・数量の確認
- 宅配業者の手配
- 装置等の使用状況
- 転居の場合は、転居先



身体に被害がある場合

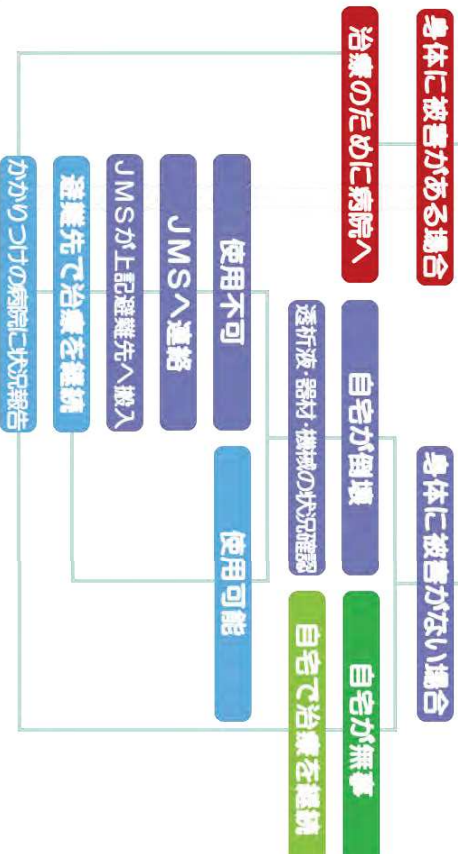
下記の場合は
ご連絡をお待ちしています

- 使用物品がない場合
- 電話不通でJMSから5日以内に連絡がない場合
- 避難所で住所変更になった場合
- 安否情報の報告
- 手配物品の内訳を報告



災害が発生したら

災害が起こったらまず、安全確保



◎ かかりつけ病院

病 院 名	主治医
代 表 電 話	
透 析 室 電 話	
緊急用携帯電話	
メールアドレス	

◎ 関連協力病院、災害時拠点病院

病 院 名	
電 話 番 号	

◎ JMSの連絡先

JMS担当者	
JMSコールセンター	0120-503-956
東京本社	03-6372-9120
広島本社	0120-200-517

NTT災害用伝言ダイヤル「171」について

◎提供開始

地震等の災害発生時に、被災地の方の安否を気遣う電話が増加し、被災地への通話がつながりにくい状況(ふくそう)になった場合、NTT東日本・西日本から速やかにサービスが提供されます。

◎伝言録音時間・伝言保存期間・伝言蓄積数

- ◎ 伝言録音時間 … 1伝言あたり30秒以内
- ◎ 伝言保存期間 … 災害用伝言ダイヤル(171)の運用期間終了まで
- ◎ 伝言蓄積数 … 1電話番号あたり1~20伝言(提供時にお知らせいたします。)

◎ご利用料金

NTT東日本・西日本の電話サービスから伝言の録音・再生をする場合の通話料は無料です。(伝言録音等のセンタ利用料は無料)

▶ 被災地に設置する災害用公衆電話からのご利用は無料となります。

◎利用方法

伝言の録音

- 「171」をダイヤル → ①を選択
- 被災地の方の電話番号をダイヤル
- ガイダンスにしたがい操作
- ピッ!の合図で録音開始[30秒以内]
- 伝言を残して、電話を切る

伝言の再生

- 「171」をダイヤル → ②を選択
- 被災地の方の電話番号をダイヤル
- ガイダンスにしたがい操作 → 伝言を再生
- 次の伝言がある場合 → ガイダンスにしたがい操作
- 伝言がない場合 → 電話を切る

東日本大震災の時に支給された食品

食品名(g)	エネルギー(kcal)	蛋白質(g)	カリウム(mg)	水分(mL)	食塩(g)
おにぎり1個(120)	179	3.1	32	78	1~1.5
ごはん	213	4.9	44	28	0.2
パン	206	4.4	53	27	0.3
飲み物	210	3.2	41	24	0.3
飲料	120	5.8	300	177	
野菜ジュース1缶(190)	40	1.3	475	177	
副菜	659	20.1	364	239	6.3
弁当類	401	21.1	613	323	4.3
唐揚げ弁当	862	37.4	496	320	4.3

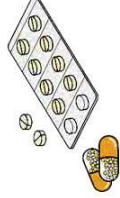
◎東日本大震災の状況

震災後、避難所では菓子類が豊富で制限なく食べられました。また、全体的に野菜が少なく、肉・魚・卵・牛乳等の蛋白源も少ない反面、炭水化物中心の食事が長期間続き、栄養バランスに配慮した食材の調達が行われにくいという環境にありました。

厚生労働省「東日本大震災の対応状況(栄養・食生活支援)等について」参照

◎避難所生活での食事について

- エネルギー
エネルギー過剰については、震災後一週間以内はあまり影響が少ないです。それより、震災時のエネルギー不足により、栄養障害にならないよう、注意が必要です。
- 蛋白質
透析不足の場合は蛋白質制限が重要になりますが、震災時の一週間以内の摂取量を考えると蛋白質は多くなるケースは少ないと考えられます。
- 塩分
支給される前の家にある保存食品には塩分が多いので、一週間以内であれば減塩は意識しておく必要があります。
- 内服薬について
薬によっては禁忌の飲食物があるので注意しましょう。
例:ワーファリン+納豆、鉄剤+お茶 など



Point

非常時、マコネーズは腹膜透析患者さんの栄養源になります。

◎日常の処方

処方内容	
液の種類	容量(mL)
360・400 N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000
360・400 N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000
360・400 N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000
360・400 N・NL	1,000・1,500・2,000・2,500・3,000
お腹のチューブ ZERO SYSTEM® ・ HOTNAVI®	
HD併用	あり ・ なし
シャント	あり ・ なし (ありの場合: 右・左)

APD治療内容

療 法	NPD ・ CCPD ・ CCPD+マニユアル ・ TD ・ TD+マニユアル
注 液 量	mL
サイクル数	回
貯留時間	分

患者情報

病名・合併症	
アレルギー	
禁忌薬剤	
感 染 症	HBV抗原(+・-) HCV抗体(+・-)
	HBV抗体(+・-) W 氏 (+・-)
内 服 薬	HIV (+・-)
	梅 毒 (+・-)

JMS問い合わせ先

JMS災害時フリーダイヤル

0120-503-956

※携帯電話(スマートフォン)でもご利用いただけます。

- 東京本社 : TEL **03-6372-9120**
- 広島本社 : TEL **0120-200-517**

フリガナ	
氏名	
住所	
生年月日	M・T・S・H・R 年 月 日 歳
電話(自宅)	— —
電話(携帯)	— —
メールアドレス	
血液型	型 (RH: + ・ -)