

災害が起こったら ～Part 2～

《災害時に気を付けること》

【こんな症状があったら注意】

息苦しい

- ・じっとしているといいが動くと苦しくなる
- ・横になると苦しいが起きると少し楽になる

↓ 心不全の可能性

医療スタッフにすぐに相談



唇や手足がしびれる 手足に力が入らない 不整脈

↓ 高カリウム血症の可能性

医療スタッフにすぐに相談



熱が出た

- ・咳が出る ・のどが痛い
 - ・味やにおいがしない
- ⇒感染症にかかった可能性

頭痛や吐き気がする

- ・体がだるい
- ⇒尿毒症の症状の可能性

シャントの音がしない

- ・拍動がない
 - ・赤く腫れている
- ⇒シャントが閉塞した可能性



【その他に気を付けること】

透析をすぐに受けられない事態が想定されます

いつも以上に食事に対する注意が必要です

普段から塩分や水分、カリウムの過剰な摂取を控えることが大切ですが、災害時は特に注意が必要です

水分はとり過ぎも我慢し過ぎも禁物！

透析がいつ受けられるかわからないことを考え、普段から水分を我慢できない人は特に気を付けましょう！

水分が少なすぎると、血栓症やエコノミークラス症候群になりかねません。適度に摂取しましょう！

塩分や糖分をとり過ぎると喉が渇いてしまうのでとり過ぎないように注意しましょう！

