



# 災害に対する備え

－ もしもの前に備えよう －



抗がん剤治療を受けている

患者さんのご家族の方へ

# がん治療・抗がん剤による治療による治療を受けている 患者さんとお家族の方へ

## — 災害が起こる前に備えておくこと —

災害はいつ訪れるかわからないものです。災害時には、医療の機能も破綻し、いつもの治療や診療ができなくなり、日常生活そのものにも影響を及ぼします。そして、治療を受けている皆さんやご家族は、医療の機能が復旧するまでの間、自分自身で生活や身体を管理しなければならないことが増えていきます。そのため、「いざ」という時のために備えておきましょう。

### ■ 普段からできること

#### ○治療についての情報を持つておく

- ・病名や、受けている治療についての情報を手帳に残しておきます。
- ・①何を飲んでいるか、②病名は何か、③アレルギーのある薬は何か、を記載した手帳（お薬手帳など）を準備します。抗がん剤による治療を受けている方は抗がん剤の名前、前回の治療日、血液検査の結果があるとベストです。
- ・携帯電話で薬や処方箋を写真に撮って保存しておくのもひとつです。

#### ○緊急時の治療について医師と相談しておく

- ・①1～2 週間程度遅れても良い治療なのか、日時をしっかり守らないといけない治療なのか、②発熱時にどのような対応をするのか、など相談しておきます。

- ☐ 予備のお薬や必要物品
- ☐ 病状などを書いたもの・お薬手帳
- ☐ 保険証（マイナンバーカード）・診察券
- ☐ 緊急時の相談

避難所で配布されない、あなただけのものは必ず持って避難しましょう!!



## ■災害時の対応

### ○治療再開の検討をつける：急ぐ治療と急がない治療を知る

- ・抗がん剤による治療は、多くのがんの場合、1～2 週間程度遅れても、症状が進行することはありません。災害直後は、まず自分の生活を整えることを優先して下さい。ただし、「白血病など血液に関係した腫瘍や胚細胞腫瘍、特殊な腫瘍」では、治療を継続して行う必要があります。医療機関と必ず相談して下さい。
- ・飲み薬の抗がん剤は、薬を持っていて服用方法がわかっている場合は、体調が変わりなければ服用を継続して下さい。
- ・2 週間ぐらい前に点滴での抗がん剤治療を受けた患者さんや「白血球が少ない」と言われている患者さんは、感染症に注意が必要です。38 度以上の発熱がある場合は、抗生物質が処方されていたら、まず内服して下さい。

### ○治療を受けられる施設に関する情報を得る

- ・大規模災害時は、病院ではがんの診療ができなくなる場合もあります。全国でどの施設でどのような治療が可能かは、ラジオ、テレビなどのほか、国立がんセンターや対がん協会、臨床腫瘍学会のホームページに掲載されます。





## がん治療を受けている方の災害時の生活の注意点

### 1 がれき、ヘドロの処理作業はしない

- ・抗がん剤治療中は、感染への抵抗力が低下しています。がれきて撤去、ヘドロ除去、家屋の清掃などはせずに、体調を整えることを優先して下さい。



### 2 感染を予防する

- ・マスクの着用、うがい手洗い、体温測定を行います。
- ・水が不足している時の対応としては以下の方法があります。



- うがいは、一度に多くの水を含んでうがいをするよりも「少量ずつ口に含んでうがいする」を繰り返す方が効果的です。手洗いは使用できればアルコール消毒液を使用します。
- 歯磨きはチューブ入りの歯磨き剤は使わず、歯ブラシを少量の水で濡らして磨きます。
- 入れ歯は、使い捨ておしぼりで拭き、針金は歯ブラシや綿棒で清掃します。
- 歯ブラシがない時は、タオルやティッシュペーパーで歯の表面を拭きます。

### 3 血栓を予防する

- ・十分に水分をとります。食事が摂れない時も水分は十分摂るようにして下さい。
- ・トイレに行く回数を減らすために飲水を控える方が多いですが、脱水、膀胱炎、血栓症になりやすくなります。
- ・血栓症予防のために、足が動くようなストレッチや軽い運動を行います。



### 4 がんであることを伝える

- ・避難所などで集団生活をしている場合、がん治療中であることを避難所の医療スタッフに伝えることで、衛生状態に配慮してくれます。

### 5 発熱したら

- ・あらかじめ主治医と相談できている場合は、それに従います。
- ・災害のため受診ができない場合には、抗生物質は手元にあれば内服して下さい。



※ 体調への不安や心配事がある場合は、避難所の医療スタッフに相談しましょう。

# 名古屋市防災アプリについて



## 名古屋市防災アプリとは？

もしもの時の「備え」に役立つ機能を搭載した名古屋市の公式防災アプリです。  
 平常時に、災害リスクや避難場所を確認しながら、自分の避難計画を作成して、災害時に備えることができます。  
 災害時には、気象情報や避難情報等の緊急情報をプッシュ通知でお知らせします。また、自分で作成した避難計画を確認しながら、警戒レベルに応じた避難行動をチェックすることもできます。



## ダウンロード方法

### iOSの方

右の二次元コードを読み込む、  
 またはAppStoreにて  
 「名古屋市防災アプリ」と  
 検索してください。



①「入手」ボタンをタップ



②パスワード入力後  
インストールが開始

### Androidの方

右の二次元コードを読み込む、  
 またはGoogle Playストアにて  
 「名古屋市防災アプリ」と  
 検索してください。



③「インストール」ボタンを  
タップ



④インストール完了

名古屋市公式ウェブサイトより引用

## 独立行政法人地域医療推進機構 中京病院

〒457-8510

名古屋市南区三条1丁目1番10号

(052) 691-7151 (代表)

大丈夫！落ち着いて  
 病院の情報を確認しましょう

