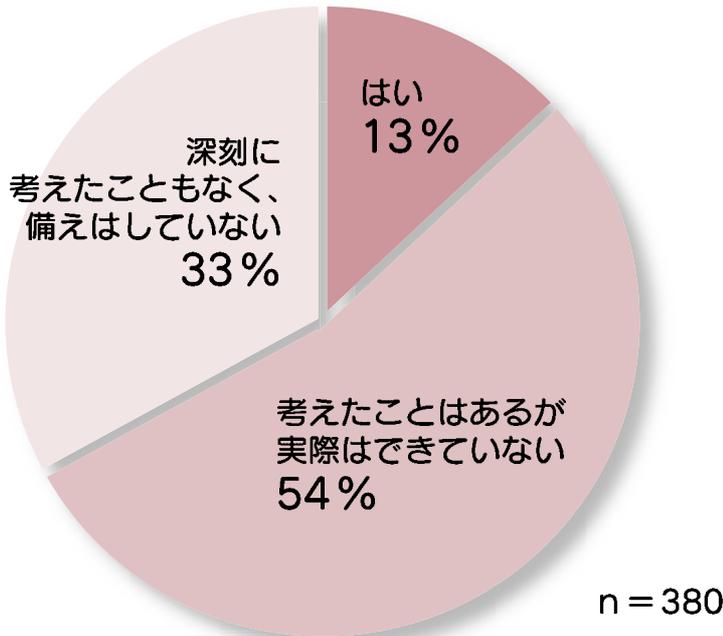


Q. 自然災害のために糖尿病であることに対する備えをしていますか？



なんと災害時の備えをしていない患者さんは9割近くに上りました。一方で、「備えをしている」と答えた患者さんにその内容について聞いてみると、「インスリンのストック2週間分(阪神淡路大震災時、インスリンの配給開始がアナウンスされたのは発生から2週間後だったから)、注射器キットを複数・分散所持」「インスリンは2~3カ月分の在庫を常に蓄え、家に帰れない不測の事態があっても持ちこたえられるよう1週間分のインスリンは常に所持。速効型は言うまでもなく、外出先で使うことのない中間型インスリンも持ち歩いている」など、備えている人は驚くほど周到に対策を講じているようです。また、非常用の水のほか、糖分の多い飲食物やレトルトの糖尿病食等を備蓄している人もいました。

自然災害を体験した際に困ったこと——

「食事時間の不安、低カロリー食が摂れない」「薬を飲むにも、水不足で困った」「阪神淡路大震災の時は携帯電話の普及率も低く問題なく使えたが、現在は難しいだろうとのことで独自に医療機関との連絡方法を確保している」

Q. 災害時、糖尿病であることで不安を感じるのとはどんなことですか？ (複数回答)

n=389

インスリンや飲み薬が入手困難	65%
医療機関の閉鎖	42%
食事の乱れによる血糖コントロール悪化	66%
感染症にかかる	23%
合併症の発症、悪化	17%
避難所などで、他の人に糖尿病と知られること	6%
ストレスによる血糖コントロールの乱れ	48%
エコノミークラス症候群になる	5%
その他	5%

備えをしている人も、していない人にとっても、「薬剤が入手困難」になることは非常に大きな不安であると同時に、インスタント食品や菓子パンなどが配給の中心となる避難所では食事療法の困難

さも予想され、血糖コントロール悪化を心配する声が強くなるのは当然かもしれませんが、そうした状態に不安であると感じながらも、「備え」をしていないという現状との矛盾が存在しています。ほかに、「病院受診日(薬の補給日)と災害日が重なってしまったらどうしよう」「家屋倒壊や火事で薬剤などが入った非常袋を失ってしまったら...」「食糧が入手できなかった時の低血糖時の対応」など、患者さんの不安は尽きないようです。

Q. 通院している病院・クリニックで災害時に対する指導を受けたことがありますか？

n=368

はい	4%
いいえ	94%
わからない	2%

医療スタッフと同じ質問を行ったところ、約3割が指導を行っているとのことでしたが、患者さん側ではほとんどの人が「災害時に対する指導は受けていない」という結果でした。

コメンテーター

鈴木吉彦

(日本医科大学客員教授・(財)保健同人事業団付属診療所所長)

災害は春夏秋冬、いつ起こるかわかりません。米・ハリケーン災害では、暑い太陽のもとで脱水になり、それで高血糖になり、速効型インスリン注射がなく死亡する事が危惧されました。夏場は水の確保が大切です。冬は暖房を確保すべきです。風邪だけで高血糖を起こすからです。また、薬の確保は大切ですが、医師は、保険診療枠内で、過度なインスリンや血糖降下剤を備蓄用として処方することはできません。ですから、患者さんは計画的な通院体制を確保し、1週間分くらいは手元に薬が残るタイミングで外来受診をすることが勧められます。