

～難病被災者支援の手引き～

1型糖尿病

[IDDM]編

神戸市提供(阪神・淡路大震災)

○まず知ってほしいこと○

災害時はみんな大変な思いをしますが、病気や障害を持った方の心細さは健常な方とは比較にならないほど大きいものです。パニックになって必要な情報を正確に伝えることができなくなり、大声を出したり詰め寄ったりするかもしれません。

でも、そんな態度は『心の底から発しているSOSの裏返し』なのです。



注射器



注射器使用例

Q. 1型糖尿病(IDDM)とは？

A. 毎日数回のインスリン注射を生涯にわたって必要とする病気です。

- ✓ 糖尿病という名前は一緒ですが、発症過程も治療に関する考え方も2型糖尿病(生活習慣病)とは異なります。
- ✓ 年間発症確率は10万人あたり1～2人で、小児期発症が多いことから「小児糖尿病」と言われることもあります。
- ✓ 1型糖尿病(IDDM)患者は、インスリンさえ注射していれば、**一見、病気のように見えません**(災害時要援護者に見えませんが)、**インスリンという薬を注射しないと数日で生命が危険になる病気**です。
- ✓ 注射は幼児を除けば患者自身が行います。自分で注射をするのを見ると驚かれるかも知れませんが、1型糖尿病(IDDM)患者では普通のことなのです。
- ✓ インスリンによる副作用(効きすぎ)で**血糖が低下して発作(ひどい場合は昏睡)を起こす**ことがあります。
- ✓ また、一般的な**食事を規則的にとる**ことが体調管理に重要です。



注射器使用例



血糖測定器

(数値が60～70以下であれば、低血糖)

インスリンポンプ使用例



発行 特定非営利活動法人日本IDDMネットワーク

この手引きは、NPOからの協働事業提案により、災害時の難病患者支援プロジェクト(三重県防災ボランティアコーディネーター養成協議会、災害ボランティアネットワーク鈴鹿、日本IDDMネットワーク)が三重県と協働で作成しました。



こんな相談が来たら どうしますか？—

神戸市提供(阪神・淡路大震災)

Q. 私(子供)は、1型糖尿病(IDDM)で薬(インスリン)があと1日分しかありません。薬を手に入れたいのですが。

A. ※インスリンは医師の処方せんが必要な薬で、一般の薬局には置いていないことが多いです。

1. まず、**主治医への連絡**をすすめてください。**かかりつけ薬局への相談も有効**です。
2. 主治医にもかかりつけ薬局にも連絡が取れないときは、**近くの医療機関または医療救護班を紹介**してください。そこで**処方せん**を書いてもらい、**薬が入手できる場所を尋ねる**ように言ってください。
3. それでも無理な場合は、**市町村(または県)の災害対策本部へ連絡**してください。

Q. 私は佐賀から旅行に来て被災しました。主治医と連絡が取れません。何とかして薬を手に入れたいのですが。

A.

1. **近くの医療機関または医療救護班を紹介**してください。そこで**処方せん**を書いてもらい、**薬が入手できる場所を尋ねる**ように言ってください。
2. 無理な場合は、**市町村(または県)の災害対策本部へ連絡**してください。

Q. 私(子供)は1型糖尿病(IDDM)です。低血糖(血糖値が下がっている)のようです。**甘いものが欲しい**のですが。

A. ※低血糖の時は、手のふるえ、発汗、空腹、無口、おしゃべり等、いろいろな症状がでます。ひどくなると、けいれんや昏睡に至ることがあります。

1. こんな時は、**甘いもの(ブドウ糖や砂糖を含む食べ物、飲み物)をあけて**ください。

例：**砂糖** (目安は20グラム) ※コーヒーのスティックシュガー、ガムシロップなど
ノンカロリーやカロリーオフは不可

例：**ジュース** ※果汁の少ないオレンジジュースなど
果汁100%、ノンカロリー、カロリーオフは不可

例：**クッキー、ラムネなどのお菓子**

2. 急に倒れて自分で口に入れられない時は、**ほっぺたの裏に砂糖をぬって**ください。(噛まれないように注意してください)
3. ただし意識を失った場合は、**救急搬送**が必要です。その際は、**医療従事者に低血糖で倒れた可能性があることを伝えて**ください。

Q. 注射を打ちたいのですが、場所を貸していただけませんか。

A.

医務室でなくとも、**人目につかない場所**であればどこでも良いので提供してあげてください

Q. 1型糖尿病(IDDM)ですが、私でお役に立つことはありませんか。

A.

見た目は健康そうですが、**体を動かしすぎると低血糖発作を起こす**ので、**体に無理のない範囲でできることを**してもらいましょう。

例：高齢者の話し相手、患者の相談、資料の整理、簡単な掃除や整理



注射器



注射器

発行 特定非営利活動法人日本IDDMネットワーク

この手引きは、NPOからの協働事業提案により、災害時の難病患者支援プロジェクト(三重県防災ボランティアコーディネーター養成協議会、災害ボランティアネットワーク鈴鹿、日本IDDMネットワーク)が三重県と協働で作成しました。