

薬の豆知識

vol. 8 災害時について

2011年3月11日、東北でマグニチュード9.0の巨大な大地震、東日本大震災が起こりました。まずは、被災された方々へ心よりお見舞いを申し上げ、一日も早い復興をお祈りします。

当薬局では、来局された方々からの義援金を集めさせていただきました。皆様からお預かりした義援金は10,361円となり、日本赤十字社へ振り込ませていただきました。ご協力ありがとうございました。

今回の震災では、一時水道や電気、ガスなどのライフラインが閉ざされ、またガソリンや物資の不足が生じました。日頃からお薬を服用されている方々は、避難するのに精いっぱい、薬は流されてしまった方も多かったと聞きます。電気も通らず、外部との連絡も途絶え、余震が続く中、定期服用薬を求める方に対応するため、お薬手帳は非常に活躍したと聞きます。多くの医薬品が存在している中で、患者様それぞれが服用しているお薬の名前、規格、飲み方などをコンパクトにまとめているお薬手帳は、被災地で活動している医療チームにとって、非常に大きな役割を果たしました。このようなことから、今後もお薬手帳を活用していただきたく、皆様にお薬手帳の有用性を伝えていきたいと思いました。

さらに、今回は災害時の必需品を紹介したいと思います。

災害発生後、救援活動が再開されるまでには、少なくとも3日みておく必要があると言われてい

ます。そのため、避難生活に備えておくものは3日分を目安に考える必要があるようです。総務省消防庁や内閣府が選定した災害時の非常持ち出し品を、リストとして紹介しますので、皆様の生活の役に立てることができたら幸いです。

●食料品

インスタント食品、乾パン、缶詰

●飲料水

目安は1人1日3リットル、これを3日分

●医薬品

消毒液、胃腸薬、風邪薬、脱脂綿、絆創膏、包帯など

●日用品

ティッシュ、懐中電灯、ラジオ、電池、缶きり、ナイフ、マッチ、生理用品

●衣類など

毛布、下着、セーターやジャンパー類、軍手などの厚手の手袋、防災ずきん、ヘルメット

●その他

現金、印鑑、預金通帳など。赤ちゃんがいる場合はミルク、ほ乳瓶、紙おむつ

この他にがあると便利なものとして、糖分補給の為にチョコレートやキャラメル、伝言などに使用する油性ペン、散乱ガラスの除去に粘着テープ、防寒や防水に使用できるビニールシートなどもあります。

