

災害時の体調変化を最小限に 常備薬の備蓄



所長 宮下 明

自分にあった薬、というのがあります。同じ成分の薬でもジェネリックは合わないけど元々出ていた薬なら大丈夫、便秘薬も水薬はいいが錠剤はどうも合わない、という人もいます。

2018年は災害の多い年でした。避難所に行くことを想像してみましょう。避難袋にお薬手帳も入っています。その中には今までの経過や、薬・食べ物のアレルギーなどをプリントした紙もはさんであり、完璧です、といたいところですが、薬の残りがありません。避難所で鎌倉市は自分に必要な薬、合った薬を配ってくれるでしょうか？配ってはくれません。毎日飲まなければならない糖尿病の薬、脳梗塞予防で血液をサラサラにする薬、血圧の薬、便秘薬、精神安定剤、認知症の薬など、どの自治体でも市民の皆さんそれぞれにあった薬を備蓄できるほどの財政的余裕、保管場の余裕はないでしょう。応急的な血圧の薬、熱冷まし、痛み止め、抗生物質は用意してくれますけどね。

災害のため物流が滞ると、薬問屋さんから診療所への納品がなくなるため、たとえ診療所が壊れずに残っても平常時のような供給はしばらくできなくなります。今飲んで

の10日分は備蓄していただきたい。薬は半年～1年くらいはもちますから避難袋に入れて、9月1日の防災の日に入れ替えてください。(ただし割った薬、一包化した薬はもちません)

東日本の大震災が起こった後、備蓄しましょう、と薬を長めに出したことがありましたが、結局それがなくなってから来院するかたが多かった記憶があります。「備蓄用に分けて、それを避難袋に入れる」ことが大事です。

え、避難袋を用意してないって？

< * 一包化した薬 >

服用時期が同じ薬や1回に何種類かの錠剤を服用する場合などに、それらをまとめて1袋にしたもの。

