

「災害の備え」

能登半島地震は、津波の被害だけでなく、古い木材住宅、地盤の液化化、急峻な山地地形が多い地形による土砂崩れなどによる家屋倒壊や火災により死亡された方が多く、津波到達までの時間も短く、着の身着のまま避難所に逃げ、必要な物資がないまま避難所生活を余儀なくされました。

東海地方では、南海トラフ大地震が20年以内(60%の確率)に発生すると言われていています。港区は、埋め立てによってできた土地や海抜ゼロメートル地帯が多く、区の南部は名古屋市内で唯一伊勢湾に面しています。そのため、大地震では、液状化が予測され道路が寸断される可能性があり、津波では最大3.6mが予測され、予測死者数は、港区400名、南区600名となっています。

災害対策には、自分自身や家族で備え、安全を守る「自助」、地域で助けあう「共助」、市町村・消防・自衛隊など行政が行う「公助」の3つがあります。

春号のトピックス

- ① 災害の備え
- ② 災害時の感染防止にも備えを
- ③ 認知症患者のACPPについて

「災害時の感染防止にも備えを」

2024年4年1月1日に発生した石川県能登半島地震によって、被災者は避難所生活を余儀なくされています。発生から一週間後には避難所内で、ノロウイルスや新型コロナウイルス、インフルエンザなどの感染症が流行しています。今回の災害だけでなく、過去の震災や豪雨災害時にも避難所の感染症流行は問題となっていました。

災害が発生すると、水道や電気、ガスなどのライフラインが停止するため、避難所の衛生環境は悪くなりやすく、感染症が発生しやすい環境になってしまいます。少しでも、感染防止できるようにするために、防災グッズの中に感染防止グッズも備えておきましょう。

- ＊感染防止グッズ＊
- ・ サージカルマスク
- ・ アルコール消毒剤
- ・ 使い捨て手袋
- ・ ウエットティッシュ
- ・ 体温計
- ・ ラップフィルム
- ・ 大小ごみ袋
- ・ 新聞紙

また、非常食の賞味期限の確認や、生活用水として使用できるように、日ごろからお風呂のお湯をためておくなどの準備をしておくといでしょう。

今回の能登半島地震のように道路が寸断された場合、公助はすぐに行えませんが、地震直後の状況下で多くの人を助けるには自助・共助が重要となります。家具の転倒防止や窓ガラス飛散防止、最低3日分の水分や食料の確保、津波から逃げるための避難経路や津波避難ビルの確認(ハザードマップで確認)など自分や家族を守るための備えをしましょう。また、避難所運営方法、高齢者の避難方法など近隣で助け合える方法を、各地区で話し合っておきましょう。

救急看護認定看護師

感染管理看護認定看護師

「認知症患者の

ACPについて」

ACPは「人生会議」とも呼ばれ、意識がはっきりしているうちに、人生の最終段階での希望を、家族や友人、医療従事者などと話し合い、想像し、共有しておくことです。自分が死んだら・・・

そんなことを誰かと話したことはありませんか。

多くの場合、

不吉・縁起でもないと懸念されるものです。

そんな不吉・縁起でもない

未来はすぐにやってくるかもしれません。



準備していないと困ること

医学的措置について

①案か②案の選択が必要になった時、本人の意思が確認できなければ、家族が医療スタッフと話し合ってから方針を決めることになります。

しかし、本人の人生観や価値観が分からない場合、家族にとって精神的な負担になります。本人が亡くなったあとで、「①案でよかったのか」と自問自答し、落ち込んだり、後悔したりすることもあります。

ACPに取り組んでいれば、この希望をもっているから、きっと①案を選択するだろうと、本人にとって最善の選択ができたにちがいないと、その決断にも自信をもつことができます。

認知症がある人の意思決定能力はいつまでが有効なのか課題となります。認知症と診断された時点では、遅い可能性があります。自分の人生観や価値観は、年齢と共に変化します。一度決めたACPは、いつでも見直すことは可能です。

これからの人生をより前向きに自分らしい最期を迎えるために、今日・今この時点からACPを始めようか。

