

パーキンソン病患者さんのための災害の備え

服薬ルールについて確認



お薬の中断がリスクに

お薬が切れると全身が動きにくくなる「**オフ**」状態になり、**悪性症候群(高熱、意識障害等)のリスク**もあります。



残りの薬が1週間分になったら受診



災害時の服薬ルールを主治医に確認

住宅用火災報知器を点検



嗅覚の低下による火災発見の遅れ

火災の煙に気づきにくい

パーキンソン病の方は、発症前から匂いを感じにくくなる「**嗅覚障害**」がある場合があります。



住宅用火災報知器の点検



自身の特性を周囲に伝えておく

避難経路および転倒に注意



ベッドのそばに靴を置いておく

落ち着いて避難を！

姿勢反射障害により**バランスを崩しやすい**ため、転倒を防止し室内や避難路に飛散した物から身を守りましょう



ゆっくり起き上がり手すり等を使い避難



足下を照らすライトを手の届く位置に



履き慣れた、滑りにくい靴を選ぶ



L字金具やつっぱり棒で家具の固定を

～今すぐやってみよう！3分間の防災チェック～



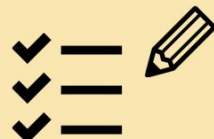
お薬手帳の最新ページをスマホで撮影



寝室のすぐ手が届く所に靴を置く



懐中電灯の電池が切れていないか確認



持ち出し物品チェックリスト

パーキンソン病特有の症状を補う備え



- ☐ 処方薬
(薬が1週間分をきったら受診を)
(災害時の服薬ルールを主治医に確認)



- ☐ 寒さ対策グッズ
(ブランケット、カイロ等)



- ☐ お薬手帳



- ☐ 暑さ対策グッズ
(冷却シート等)



- ☐ 水(理想は2週間分)



- ☐ とろみ・ゼリー飲料



- ☐ 簡易用トイレ・大人用オムツ

移動と安全を支えるアイテム



- ☐ 滑り止付き靴下・靴



- ☐ 懐中電灯



- ☐ 折りたたみ杖

その他 持ち出し物品例



- ☐ 食品



- ☐ 防災用ヘルメット



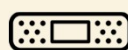
- ☐ 衣類・下着



- ☐ タオル



- ☐ 携帯ラジオ



- ☐ 救急用品



- ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉

ー感染症対策にも有効ー



- ☐ マスク



- ☐ 手指消毒用アルコール



- ☐ 体温計