

災害時のお薬の備え

法人格 砧町自治会

ご家庭の救急箱に 救急箱はすぐに持ち出せる場所に、家族に周知



- | | |
|-------|---|
| 風邪薬 | 被災すると、疲労・ストレスから、
体力低下を引き起こし風邪をひきやすくなる。 |
| 便秘薬 | トイレを我慢して、便秘になりがち |
| 胃腸薬 | 疲労・ストレスにより、
食欲不振・下痢などを起こしやすくなる。 |
| 湿布薬 | 打ち身・打撲の、痛み、炎症を抑える |
| 消毒薬 | 傷口で菌が繁殖しないように塗る |
| 化膿止軟膏 | 消毒約で清潔にした後に塗る。 |
| 点眼薬 | がれき・ホコリの中、目の感染症防止用に、
目の汚れ・疲れを取る目薬。 |



日常の外出時に 慢性疾患の方は特に



災害はいつどこで起こるかわかりません
いつも使用しているお薬は、3日～7日分は携帯しましょう
(3日～7日以降は状況が落ち着き薬の入手が可能に)

避難を想定して 飲んでいる薬の情報が大事

薬名、単位、用法・用量が大切です！

いずれかの方法で
情報を保管



- お薬手帳(使用している薬の情報)
- 処方シール
- 薬剤情報提供書(最新の物)
- 薬メモ(自分で作成)
- 携帯で薬の写真を撮る

その他 事前にまとめておきましょう。

- 保険証コピー
- 病院・薬局の電話番号
- アレルギー情報

赤ちゃん、高齢者のいるご家庭ではこの外にも、付け加えるものがあるはずです。
この用紙が、災害時の薬について、考えるきっかけになれば、幸いです。