

## 国立長寿医療研究センターから

避難所における、丈夫でないお年寄りに対して、出来る気配りです。

### ○緊急を要する見極め(救急搬送依頼すべき状態)

- ・呼びかけに、返事がない、ぼんやりしている。
- ・手足だけでなく、体が冷たい。
- ・水をすすめても飲まない。

### ○簡単に出来る工夫

- ・飲料水が少ない時、お年寄りには優先してスポーツドリンクを。
- ・お茶、水だけでなく、塩気のあるものを。
- ・おにぎりの塩味は濃くする。
- ・飲むとき食べる時、助け起こして食べてもらう。
- ・手袋、ハイソックスなどで四肢の保温をする。
- ・背中、腹には新聞紙があれば、上着の下に入れて保温を助ける。

最初に状態が悪化、重症化するのとは避難されている方で高齢者の方々です。

特に緊急的に留意、対応すべき重要事項を挙げました。

参考にいただければと思います。

国立長寿医療研究センター

総 長 大島 伸一

病院長 鳥羽 研二

本情報は、今般の地震発生当初の状況下の避難所において、水、食糧、暖房が極めて不足し、必要な支援も直ちに全ての人に行うことが困難であるような状況（例えば、ライフラインが確保できず脱水や低体温が多くの人に起こりうるような状況）にある避難高齢者の方々を想定し、緊急的な対応として留意すべき点を挙げたものです。

その後、物資、医療、医薬品、暖房等の確保がなされた時点においては、対応が異なってきますので、国、地方自治体、関係団体等による詳細な情報にアクセスされるようお願いいたします。