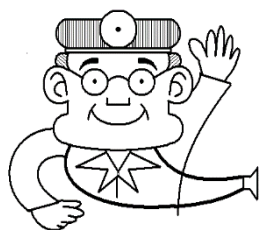


# 第195回 “いのち” を考える会 報告



—聴覚障害者の医療を考える会—

2024年5月23日(木) 18時30分～20時30分

神戸市立総合福祉センター 第5会議室

参加26名(うち聴覚障害者10名)

テーマ：「キーワードで思い起こす震災体験、避難所生活」  
～クラッシュ症候群、エコノミークラス症候群、  
脱水症、感染症など～

講師：石川 靖二 先生

(神戸医療生活協同組合 神戸協同病院 / 神戸市長田区)



石川先生は41歳のときに阪神・淡路大震災を経験し、病院の前に張られたテントだけが人の処置を行うなどされました。思い出すと胸が熱くなる出来事は、地域(近所)の連携やコミュニティによって、いろいろな人に助けてもらったことだそうです。

質疑応答の際、質問しようとするろう者に対して講師の先生が、「(会場の前に出なくても)その場で質問してくれたらいいよ」と言われました。そこで医療班のスタッフが、「前に出ないと、手話が参加者全員に見えないので(前に出る必要がある)」と説明しました。このように、講演してくださる医療関係者に、聴覚障害者とのかかわり方を伝えていくことも、“いのち”を考える会の大切な役割です。

## 1995年1月17日5時46分 阪神・淡路大震災発生

- ・この時の教訓が生かされていることもまだのこともある。こんなに大きな震災を経験していても、もうこないだろうと思ってしまうので、改めてふり返るいい機会。
- ・平常時なら失われない生命があった。病院にも行けない、動けない、周りの人に助けを求めようとも、その人もケガをしている。自分だけというわけにいかない。

## ○クラッシュシンドローム (Crush Syndrome : 挫滅症候群)

阪神大震災が起きるまではあまり知られていなかった(通常遭遇する疾患ではない)。そのため、震災直後は重傷者の救命が重要で、これらの患者は単なる打撲=軽傷と判断されてしまった。

家の柱などの下敷きになり、体の一部が挟まれ圧迫されている状態が数時間続く  
→圧迫箇所の筋肉に老廃物(カリウム、ミオグロビン、乳酸など)がたまる  
→柱などを取り除いた瞬間に、滞っていた血流が再開し、前進に老廃物が回る  
→心停止、急性腎不全、呼吸不全などを引き起こす

少しでも早く、圧迫をとることが大切!!



せんえんし  
○遷延死

発見時には生存していたが、その後の対応が不十分であったために死亡した。  
つまり平常時であれば、救命できた可能性がある。  
集団災害における救急医療の目標は、遷延死を一人でも少なくすることでなければならない。

多くの命を救ったのは医療人ではなく、地域（近所）の連携だった！  
生き埋めになった人を友人や隣人が助けたり、姫路の方から食料が届いたり、  
たくさんのいろいろな人に助けってもらったことは、一生覚えている。

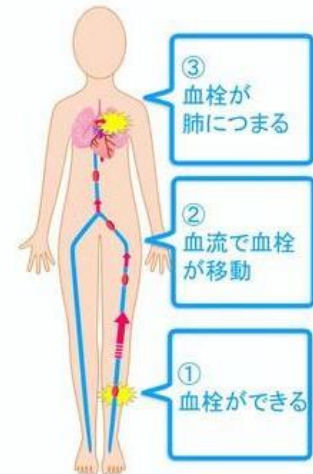
震災後関連疾患として

○エコノミークラス症候群（深部静脈血栓症）

食事や水分を十分にとらない状態で、車中泊をするなどして狭いところに長時間座って足を動かさないでいると、血行不良になり血液が固まりやすくなる。  
急に動いた瞬間に、血のかたまり（血栓）が血管の中を流れて移動し、肺に詰まって呼吸困難などを引き起こし、死に至ることもある。

予防のために

- ・時々、軽い体操やストレッチを行う
- ・こまめに水分を摂る
- ・アルコールをひかえる、できれば禁煙する
- ・締め付けるような服装はさける、ベルトもゆるめる
- ・かかとの上げ下ろしをしたり、ふくらはぎを軽くもんだりする
- ・眠るときは足をあげる



■災害への備えしていますか？？

ライフライン（日常生活を営むための最低限必要な整備）は電気・ガス・水道のみならず、  
現在では電話やインターネットなどの通信設備も含まれる。

常にリュックに準備するもの

- 飲料水（500mL 家族各人 1 本以上）
- 非常食（家族各人 3 日分）
- タオル・下着・靴下・スリッパ
- 衛生用品・生理用品
- 雨具
- 防寒シート
- 嗜好品
- 懐中電灯
- 現金
- 携帯ラジオ
- ビニール袋

### 自宅に準備するもの

- 飲み物（1人1日3L×7日分×家族数）
- 食料（7日分程度）
- 使い捨てカイロ
- 携帯用トイレ・ポリ袋
- カセットコンロ
- ブルーシート
- ウォータータンク
- スリッパ

### あったら便利な物

- ティッシュ・トイレトペーパー（食器や手を拭くときに使う）
- ラップ・アルミホイル（皿にラップを敷くと、皿を洗う必要がない）
- 大きなゴミ袋  
（ゴミ入れとしてだけでなく、降雨時にカッパになったり、洋式トイレに敷いて簡易トイレにするなど、様々な用途がある）
- 運搬用のカート（給水車で水をもらった時、重くて運びにくいので）

～その他～

簡易食器（紙皿・紙コップ）・スプーン・箸・缶切り・栓抜き・ナイフ・筆記用具・メモ帳・アイマスク・耳栓・ガムテープ・洗面用品・ライター類・軍手など

### ●講演後の質疑応答より （ろう者の質問）

- Q. クラッシュ症候群は、のちに呼吸不全・肺水腫・急性腎不全などになると書いてある。書かれているような持病があるので、クラッシュ症候群になったらそれらの病気になるのか？
- A. 持病がある人がそうなるというわけではない。倒れた柱などで手足が圧迫され続けると、有害物質がたまる。体の上ののっている物を動かして急に圧迫がとれると、有害物質が血流ののって体内をめぐるので命にかかわる病態を引き起こす。
- （聞こえる人の質問）
- Q. 車の中で生活すると、エコノミークラス症候群になる危険性があるということだが、予防する方法は？
- A. 静脈を通る血液は、筋肉を動かすことでポンプ機能が働いて心臓に戻る。同じ姿勢を続けると、筋肉が動かないので血流が悪くなり、血栓（血のかたまり）ができる。よって、屈伸をする、足を高く上げる、同じ姿勢をし続けない、よく水を飲むなどが予防になる。

### 仲井正さん（兵庫県聴覚障害者協会）感想

阪神・淡路大震災後の神戸の街と淡路地域では、格差があったと、新聞が報じていた。

- ・淡路は普段から人と人の付き合いができていたが、神戸は隣近所の人とのやりとりが少なかった。
- ・コミュニティの大切さ、どこに誰が住んでいるのかをわかっていて声をかけあえる大切さが改めてわかった。
- ・平常時のコミュニケーションは、災害時に向けて大切、地域のサークル活動もいろいろな情報を共有できる大切なコミュニティだ。