
自助・互助・公助 ” 自分と大切な人の命を守れますか？”

(佐藤亜也子ほか、全国自治体病院協議会雑誌 48: 1211-1220, 2009)

2013年11月22日、災害医学抄読会 <http://plaza.umin.ac.jp/~GHDNet/circle/>

1. テーマ選定理由

地震等による広域災害の場合、公的な援助を期待できるのは発生後 72 時間程度要すると言われている。また、阪神淡路大震災で実際に被害者の救出、援助にあたったのは 8 割近くが家族や近隣住民であり、公的な援助は 1 割程度であった。このことから災害時に生き残るには、まず“自助”自分で自分の身を守ることと、次に“互助”お互いに助け合うことが必要である。一方、災害時要援護者という概念において慢性疾患をもった患者は災害時に被害を受けやすいと言われている。患者自身がそのことを自覚し、いざという時の備えができるように、外来患者と家族を対象に“災害時に自分と家族を守る”ための講習会の企画、実施に取り組むことにした。

2. 現状と問題点

1) 災害時要援護者となる可能性が高い外来受診患者を対象とした講習会はまだ実施されていない。

災害援助において、CEHCT(C:children,E:elderly people,H:handicapped,C:chronically,T:tourist)が災害時に最も被害を受けやすいとされている。

2) 公助には多くは期待できないことが一般的に周知されていない。

災害時に重要なのは、“減災”の意識をもつことと、まず“自助”自分で自分の身を守ることと、次に“互助”お互いに助け合うことである。

3. 改善策

外来受診中の患者、家族に対し“減災のための備え”に関する知識、技術の伝達の間を設定することにした。

1) 災害の中でも防ぐことが困難で、発生した場合被害が最大となると予想される地震を想定した講習内容であること。

2) 講習内容を「災害に対する備え」「応急処置（直接・間接止血法）」「応急処置（骨折時の対応）」とした。

3) 学んだ内容を振り返ることができるよう、テーマ別のパンフレットを作成、配布した。

4) 講習会は 1 回 15 分を 1 日 2 回とし、外来患者の目に付きやすい場所で行った。

4. 結果・考察

1) 講習会参加状況：徐々に参加者が増加している。

2) 講習会内容：「災害に対する備え」の回には慢性疾患をもった患者たちが災害時の非常持ち出し物品の中に継続内服している薬剤を持っていることが重要だと説明した。これは備えとして重要であり、自分の身を守ることに繋がる。また、地震災害時は割れたガラスなどによる切創、転落や落下物による骨折などの傷病者が多いため、応急処置として止血法、骨折時の対応を取り入れた。多少の傷なら自分たちで処置できるような準備、知識、技術があれば病院へ殺到する傷病者の減少につながり、1 人でも多くの命を助けるという災害時の最大目的への一助となる可能性も考えられる。

3) 患者サービスの視点：災害時に自分や家族を守るという自助、互助力を高めるための教育の場を設けることは、大きな患者サービスの 1 つである。

5. 今後の課題

より多くの人に受講してもらうため定期的実施すること、得た知識を忘れないように継続的に実施することが必要である。また現在行っている講習会当日に外来で案内のチラシを配布するだけでなく、年間予定表の配布、ホームページの活用等、より広くインフォメーション出来る方法を検討していかなくてはならない。講習会を行っていく上で、講師の育成も不可欠であろう。講習会の内容、実施方法もより患者、家族のニーズに応えつつ自助・互助力を高めるものを今後検討していく。