

# 感染と予防

prevention of Infection

No.06

## 災害時の感染症対策

この8月には日本各地で大雨による災害が発生しましたが、これからの季節は、台風や秋雨などによる水害や土砂災害が発生しやすい時期を迎えます。大規模な災害時の避難所では、電気・ガス・水道などのライフラインの遮断や物資の不足、また、不慣れな集団生活により、感染症が発生しやすい状況になるものの、平時に比べ感染症の予防対策を十分に実施することが難しくなります。今回は、東日本大震災の経験を交えながら、災害時の感染症対策についてお伝えいたします。

株式会社健康予防政策機構 代表・医師 岩崎 恵美子



### 東日本大震災の経験より

#### 電気・水が止まる



電気や水が止まり、さまざまなことが発生しました。水洗トイレは使用できなくなるため、簡易型のポータブルトイレの備蓄が必要です。またエレベーターも止まるため、高層ビルでは、備蓄品は分散させて保管しておく必要があります。

#### 地震には津波がついてくる



地震後の津波の到達時間は地域によって異なります。東日本大震災では、多くの方が物を取りに家に戻ったり、車で避難する途中で津波に巻き込まれました。まず高いところに素早く避難することが最優先です。高い建物の最上階や屋上も逃げ場となります。

#### 大きな揺れにより都市部で出た障害

市街地では、看板やアーケード、大きな施設の天井等が落下しました。とっさに外に出ることは避け、自分がいる建物に問題がなければ、中に留まることが大切です。

#### 避難所のあり方



東日本大震災では、津波に流された避難所もありました。発生した災害の種類によっては、避難所が適切な場所に設定されていないとは限らないこともあるため、災害に応じて、安全な場所であるかを考える必要があります。また、指定避難所以外には支援が行き渡らない等の問題も発生しました。

#### 輸送手段の混乱が支援を遅らせた



発生直後は、薬や医療関係者などの医療に関係するものの輸送、配送が困難であり、支援が遅れました。しかし、水や食料などの救援物資の輸送は比較的早く、次々に届くため、個人による買い占めのような行為はやめましょう。

#### 災害の種類や程度によって、災害医療は異なる

東日本大震災では津波による死者がほとんどで、緊急な医療は通用しませんでした。災害は時として病院のデータ等を消失するなど、服薬の記録も無くなり、対応が非常に困難となります。特に持病を抱えている方は、お薬手帳や薬を持って避難できるよう日頃からの準備が必要です。

#### 帰宅困難者・震災難民



多くの人は家に戻りたがる傾向があり、仙台や東京では帰宅困難者が多く見られました。今では避難者の受け入れを備えている大きなビル等の施設も多いため、家族で連絡をとりながら、途中の避難場所に留まるなどの選択も考えておきます。

## 災害時に注意する感染症

災害時に注意する感染症は、まずノロウイルスによる感染性胃腸炎ですが、寒い時期ではインフルエンザが避難所で起こりやすくなります。ノロウイルスやインフルエンザは、手洗いができないために広がりやすいということも大きな要素で、「手洗い」が最も重要な感染対策です。水が使えれば石けんを用いて手洗いをしますが、水が無い状況では、ウェットティッシュで手を拭いたり、アルコール消毒をします。手洗いの水がなくても衛生対策のできる物資の備えは有用です。夏場は水溜りなどから蚊が発生し、日本脳炎が起こったり、残飯などがあればネズミが発生します。ネズミのフンの中には、レプトスピラ症やハンタ腎出血性症候群などを起こすウイルスが含まれていることがあります。これらの予防には、避難所周辺の水溜りをなくし、残飯等は適切に処分するなど、環境を清潔に保つことが必要です。



### 災害初期

#### 避難場所での感染症

- インフルエンザ
- ノロウイルス
- 呼吸器疾患（風邪など）  
+ 粉塵による喘息などの  
呼吸器疾患の悪化
- ケガ、転倒などによる感染症



#### 土壌中の病原体による感染症

- 破傷風
- レジオネラ症



### 数週間後

- 水溜りに蚊などが繁殖 → 日本脳炎  
※国内では夏期限定
- 食料品、ゴミ、瓦礫などの中でハエが発生
- 食べ物のゴミなどでネズミが繁殖  
→ レプトスピラ症、ハンタ腎出血性症候群



災害時の感染症対策に備えるためには、衛生物資を備蓄するだけでは、いざという時に効果的に使用することができません。日頃から感染症について正しい知識を持ち、感染症対策を実践し、衛生物資の使用方法やその効果を知っていることが重要です。

災害時を想定した備蓄品として、簡易トイレやアルコール消毒剤等の準備はあたりまえとなりましたが、東日本大震災で被災され、現場で実際に医療従事されたえみこ先生は「服用している薬、お薬手帳を持つこと」の重要性を教えてくださいました。自身が経験した体験談をふまえながら伝えてくださる、えみこ先生のコラムはパソコン、スマホからでも閲読できます！

### 感染と予防

### 検索

編集チーム  
のつぶやき

人が集まる場所、職場等  
おススメ感染対策商品  
も紹介してます！



スマホ・タブレット  
からもチェックしてね！

ご質問・ご感想はこちらまでどうぞ ✉ [kansen-yobo@saraya.com](mailto:kansen-yobo@saraya.com) 感染と予防 🔍 [pro.saraya.com/kansen-yobo](http://pro.saraya.com/kansen-yobo)