

緊急カード

災害対応版

私は支援を必要としています

私の名前・連絡先・疾患・
治療医療機関等について、
この中に書いてあります。

氏名

年齢

性別

生年月日

血液型

電話

住所

■病気の内容と程度

■日常発作頻度と介助概要

■処方薬剤（種類・量・服用回数など）

■支援していただきたい内容

かかりつけ医師 病・医院、クリニック名

主治医氏名

電話番号

所在地

緊急連絡先 氏名

続柄

電話

住所

通所先 名称

電話

住所

最寄りの支部 名称

電話

住所



公益社団法人

日本てんかん協会（波の会） JEA (Japan Epilepsy Association)

〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-43-11 福祉財団ビル7F

TEL: 03 (3202) 5661 FAX: 03 (3202) 7235 <https://www.jea-net.jp/>

●落ち着いたら協会（本部・支部）へ安否の連絡を入れましょう！

災害が起きたら

- ① まずは、自分自身の「**安全確保**」
- ② 危険な場合や、行政・消防・警察などから指示があった時には、すぐに「**避難**」
- ③ 落ち着いて、家族などの「**安否確認**」
- ④ デマに惑わされず、正しい「**情報収集**」
- ⑤ 無理はせず、できる場合は「**助け合い**」
- ⑥ 支援が必要な時には自分から「**声をあげましょう**」

安否確認の方法

※日頃から災害時に連絡を取り合う方法を確認しておきましょう。

■ NTT災害伝言ダイヤルの利用

(**171**にダイヤルし、ガイダンスに従って使用)

■ 携帯電話各社の災害用伝言板の利用

東日本大震災の時には、携帯電話各社のSMSが便利だったとの報告がありました。スマートフォンの場合はSNSやTwitterも有効です。



被災地における受診と投薬

■ 被災によってかかりつけ医の診療が受けられない場合は、以下の優先順位で薬の処方と投薬を受けてください(緊急の場合は保険証や医療証等がなくても受診・処方が受けられます)。

- ① **かかりつけ医師・病院で受診**
- ② **専門医で受診**
 - てんかん専門医、小児科神経専門医など
- ③ **医療機関に相談**
 - 何科でも良い。
 - いつもの薬であること伝えれば専門外の医師でも処方してくれる可能性が十分にあります。
- ④ **調剤薬局に相談**
 - 処方せんがなくても主治医の電話やメモ等の指示で調剤が可能です。
 - お薬手帳や処方せんの控えを指示の代用とすることも可能です。
 - かかりつけの薬局であれば処方記録を代用できます。

かかりつけ医以外の医療機関を受診される場合で、薬の処方内容がわからない方は、実際の薬を持参することをお勧めします。

**てんかんは、急に服薬を止めると非常に危険です。
常に予備の薬を携帯しましょう。**

