

事務連絡
平成23年3月11日

各 都道府県 難病対策担当課
災害担当課 御中

厚生労働省健康局疾病対策課

東北地方太平洋沖地震による被災者のいわゆる「エコノミークラス症候群」の
予防について

標記につきまして、厚生労働科学研究費補助金（難治性疾患克服研究事業）「血液凝固異常症に関する調査研究班」（主任研究者：池田康夫慶應義塾大学医学部内科教授）より平成19年度の新潟県中越沖地震の際に出された「平成19年新潟県中越沖地震緊急避難時における肺塞栓症（いわゆるエコノミークラス症候群）予防に関する提言」（別添）を送付いたしますので、ご活用下さい。

また、一般の方々に向けた「いわゆる「エコノミークラス症候群」予防Q&A」につきましても併せて送付させていただきます。

これらにつきましては、貴県内の市町村、関係機関及び医療機関への転送等周知を図り、ご活用いただきますようよろしくお願い致します。

平成19年新潟県中越沖地震緊急避難時における
肺塞栓症(いわゆるエコノミークラス症候群)予防に関する提言

厚生労働省難治性疾患克服研究「血液凝固異常症に関する調査研究班」

平成19年7月17日

平成16年新潟県中越地震の被災者、特に車中泊をされている方々に肺塞栓症が多発し、少なくとも3名の方が本疾患により死亡された(【資料1-1】)。また、震災後も「日本人には静脈血栓塞栓症は多くない」という従来の認識を覆す極めて高い頻度で深部静脈血栓症が発生しており(【資料1-2、1-3】)、被災地においては本疾患に対する十分な対策が必要である。各方面での取り組みは徐々に進んできているが、潜在的な本疾患患者や今後の発症を心配される被災者の方々に対して、厚生労働省難治性疾患克服研究「血液凝固異常症に関する調査研究班」は平成16年新潟県中越地震後の経験を踏まえて以下の提言を行うものである。

1) 深部静脈血栓症/肺塞栓症(静脈血栓塞栓症)について

・狭い避難所(特に車中)での寝泊りが続いた場合、脚の静脈血の流れが悪くなり、そこに血の固まり(深部静脈血栓症)が発生します。この血栓が剥がれて肺に流れていき、肺の血管につまって呼吸困難やショック状態となる病気を、肺塞栓症と呼びます(正式な病名は急性肺血栓塞栓症で、深部静脈血栓症とともに静脈血栓塞栓症と呼ばれます)。肺塞栓症は種々の状況で発症しますが、車中や飛行機旅行中に発生した場合にエコノミークラス症候群と呼ばれたりします。

・静脈血栓塞栓症は、脱水、高齢、妊娠、下肢骨折・外傷、下肢麻痺、癌、心不全、深部静脈血栓症や肺塞栓症の既往、血栓性素因(血が固まりやすい体質)などの要因で、より発症しやすくなります。

・深部静脈血栓症は、大腿や下腿に発赤、腫張、むくみ、痛み等の症状が出現します。両足にできることもありますが、片足だけの場合が多く、この場合、左足にできることが多いです。

・この病気の予防には、歩行や足首の運動(足関節の底背屈運動:足首の曲げ伸ばし)、脱水を避けることなどが有効です。いくつかの因子が重なり危険性が高い場合には、弾性ストッキングの装着が勧められます。

・災害やその避難生活による種々の環境で、この病気がより発生しやすくなるとの指摘もあります。また、寒冷地域では避難場所での窮屈な姿勢を強いられたり運動不足になることが多く、さらに注意が必要です。

2) 災害緊急避難をされた方々へ

・平成16年新潟県中越地震被災者の調査で、肺塞栓症や深部静脈血栓症は50才前後の女性に多いことがわかっています。震災後の片付けやその他で中高年女性にどうしても負担がかかることを皆が認識して気をつけてあげることが重要です。

・歩行時の息切れ、胸の痛み、一時的な意識消失、あるいは片側の足のむくみや痛みなどが出現した場合には、早急に医療機関を受診して下さい。特に、長時間同じ姿勢を続けた後(車中寝泊り後など)にこれらの症状が出た場合には、この病気を疑って下さい。

・身体を自由に動かさない状態で長時間過ごしたり寝泊りすることは、避けて下さい。特に、足の運動がこの病気を起こさせないために重要であり、座った姿勢を長時間続けることは足の血行を悪くします。中高年の女性、妊婦・産後の方、65才以上の高齢者は車中泊を避けた方が良いでしょう。車中泊ではワゴン車など車内が広い方が比較的安全です。止むを得ず軽自動車や乗用車で寝泊りされる場合にはゆったりした服装を着用し、脚を少しでも伸ばせる姿勢をとり、日中はできるだけ歩行などの足を使った活動を行って下さい。また、室内乾燥を避け十分な水分摂取を行い、血液が固まりやすくならないようにして下さい。乗用車で車中泊をしていて生死を分けたことに夜間にトイレに行ったかどうかがあります。大変でしょうが、乗用車で車中泊する場合はときどき車外に出て歩くべきだと考えられます。一に運動、二に水分補給が深部静脈血栓症予防にとって極めて大切です。水分補給は定期的に、そしてトイレを我慢しない・させないことです。なお、場合によっては弾性ストッキング着用も効果的です。

3) 医療従事者の方々へ

・肺塞栓症やその原因である深部静脈血栓症は、早期診断治療が特に重要な疾患です。しかし、特徴的な症状所見に乏しいため、本疾患の存在を疑うことがもっとも大切です。災害緊急避難された方々には本疾患が起こりやすいことを認識して診療にあたってください。【資料2】【資料3】

・突然の呼吸困難や胸痛、失神、ショックで他疾患が否定される場合には、肺塞栓症を疑い鑑別診断を進めて下さい。

・片側下肢の腫脹や疼痛が深部静脈血栓症に多い症状ですが、下肢に症状がなくても本症を発症している場合があることに十分留意して下さい。また、下腿の小さな静脈血栓症でも、放置すれば後に進展して重篤な肺塞栓症に至る場合があります、注意が必要です。

・避難生活が長引くと不眠を訴える方が多くなり睡眠薬を希望される方も増えますが、平成16年新潟県中越地震後の肺塞栓症の犠牲者はほとんど睡眠薬を飲んでいて、血栓が残っている方に睡眠薬を飲まれていた方が多いことがわかっています。したがって、睡眠薬を処方するときには充分留意してください。

4) 行政の方々へ

- ・高齢者や小児に加え、危険因子を有する方を優先して、手足を伸ばして寝泊りできる暖かい施設へ移動させて下さい。
- ・排尿回数を減らすために水分摂取を控えて、肺塞栓症の原因となる脱水状態に陥ることがあります。災害緊急避難場所には十分な水分補給と排尿施設の充実を図ってください。
- ・車中泊をされている方々を見かけたら、深部静脈血栓症に対して注意を喚起し、歩行や水分補給等を勧めてください。
- ・普段からの一般市民や医療従事者に対する肺塞栓症や深部静脈血栓症の正しい知識の普及が必要です。

以上。

東北地方太平洋沖地震に係る各都道府県の状況について
(人工透析患者等緊急の対応を要する要援護者の安否確認・支援等)

健康局疾病対策課
23年3月14日 0:15現在

※ 自治体から厚生労働省に対し報告のあった災害に関する情報について、日本透析医会災害情報ネットワーク(<http://www.saigai-touseki.net/>)に逐次情報提供し、要援護者の安否確認・支援等について、連携の強化を図る。

	都道府県名	11日17:14 メール配信	確認状況	被害状況
1	北海道	○	○	被害報告なし(11日19:07)
2	青森県	○		・透析可能施設15(八戸新井田クリニック、十和田泌尿器科、佐々木泌尿器科病院、メディカルコート八戸西病院、八戸泌尿器科医院、のへじクリニック、青い森腎クリニック、青森労災病院、八戸赤十字病院、十和田第一病院、十和田市立中央病院、関口内科クリニック、青森県立中央病院、青い海公園クリニック、八戸市立市民病院)(災害情報ネットより。13日18:34)
3	岩手県	○	○	・県内で被害が大きく全体把握はできていないが、停電・断水が続いている。非常電源により日曜までは透析の対応可能だが、それ以上に停電・断水が続くと対応出来ない恐れがあるため、透析体制の確保について相談あり。県内で具体的に医療機関の状況を把握し、その上で非常時の燃料等の供給を要請するかどうか判断をすること。(12日14:15) ・透析可能施設6(岩手県立胆沢病院、恵仁会三愛病院、西城病院、岩手県立久慈病院、岩手医科大学泌尿器科、岩手胆沢病院)(災害情報ネットより。13日18:34)
4	宮城県	○		・透析可施設5(仙台社会保険病院、木町病院、東北大学、宏人会長町クリニック、宏人会木町病院)、透析不可施設1(宮城利府掖済会病院)(災害情報ネットより。13日18:34)
5	秋田県	○		・透析可能施設7(おのぼ腎泌尿器科クリニック、松田泌尿器科クリニック、秋田赤十字病院、大館市立総合病院人工透析室、さが医院、平鹿総合病院、花園病院)(災害情報ネットより。13日18:34)
6	山形県	○		・透析可能施設数 13(健友会、山形徳洲会病院、山形大学医学部附属病院、庄内余目病院、矢吹病院、矢吹嶋クリニック、山形県立新庄病院、天童温泉矢吹クリニック、篠田総合病院、山形済生病院、公立置賜総合病院、公立高島病院、長岡医院)(災害情報ネットより。14日0:15)
7	福島県	○		・透析可能施設15(JA厚生連塙厚生病院、蓬萊東クリニック、大原総合病院附属大原医療センター、社会保険二本松病院、鏡石クリニック、大方病院、日東病院、太田総合病院附属太田熱海病院、総合南東北病院、めらクリニック、医療法人昨雲会飯塚病院附属有隣病院、福島県坂下厚生総合病院、坂下厚生総合病院、おぎはら泌尿器と目のクリニック、寿泉堂総合病院) 透析不可施設13(上保原内科、太田総合病院附属太田西ノ内病院、(財)星総合病院、援腎会すずきクリニック、寿泉堂クリニック、公立岩瀬病院、ニュータウン腎内科クリニック、ゆうクリニック、クリニックかしま、かしま病院、西会西病院、小野田病院、相馬中央病院)(災害情報ネットより。14日0:15)

8	茨城県	○		・透析可能施設14(土浦協同病院、水戸済生会総合病院、東京医科大学茨城医療センター、宮本病院、つくばセントラル病院、筑波大学附属病院、山手医院、総合病院取手協同病院、筑波学園病院、セントラル腎クリニック龍ヶ崎、下館胃腸科医院、なめがた地域総合病院、茨城県立中央病院、古河日赤)、透析不可施設4(笠間中央クリニック、つくば腎クリニック、菊池内科クリニック、牛久愛和総合病院)(災害情報ネットより。13日18:34)
9	栃木県	○		・透析不可施設8(二宮中央クリニック、武田内科クリニック、宇都宮中央病院、真岡病院、二宮中央腎・健診クリニック、福田記念病院、国際医療福祉大学病院、尾形クリニック)(災害情報ネットより。14日0:15)
10	群馬県	○	○	県内各所で停電発生。一部の病院に影響あるが、現時点で緊急を要する被害報告なし。(11日17:35)
11	埼玉県	○	○	県内各所で停電発生。一部の病院に影響あるが、現時点で緊急を要する被害報告なし。(11日20:45)
12	千葉県	○		日本医師会より、千葉県内の透析医療機関の水不足について相談あり。日水協に要請。(12日16:30) 透析不可施設3(千葉労災病院、順天堂大学浦安病院、みはま香取クリニック) (災害情報ネットより。14日0:15)
13	東京都	○	○	要援護者報告なし。(11日18:10)
14	神奈川県	○	○	被害報告なし(11日19:44) 透析不可施設1(横浜中央クリニック)(災害情報ネットより。12日23:00)
15	新潟県	○	○	被害報告なし(12日7:36)
16	富山県	○	○	被害報告なし(11日17:26)
17	石川県	○	○	被害報告なし(11日18:59)
18	福井県	○	○	被害報告なし(11日17:30)
19	山梨県	○	○	停電の透析医療機関があるが医療機能については問題なし。要援護者報告なし。(11日18:54)
20	長野県	○	○	被害報告なし(12日7:37)
21	岐阜県	○	○	被害報告なし(11日21:18)
22	静岡県	○	○	被害報告なし(11日18:34)
23	愛知県	○	○	被害報告なし(11日17:59)
24	三重県	○	○	被害報告なし(11日19:31)
25	滋賀県	○	○	被害報告なし(11日18:39)
26	京都府	○	○	被害報告なし(11日17:36)
27	大阪府	○	○	被害報告なし(11日18:01)
28	兵庫県	○		
29	奈良県	○	○	被害報告なし(12日8:35)
30	和歌山県	○	○	被害報告なし(11日21:32)
31	鳥取県	○	○	被害報告なし(12日8:37)
32	島根県	○	○	被害報告なし(11日17:43)
33	岡山県	○	○	被害報告なし(11日17:48)
34	広島県	○	○	被害報告なし(11日21:35)
35	山口県	○	○	被害報告なし(11日21:36)
36	徳島県	○	○	被害報告なし(12日8:39)
37	香川県	○	○	被害報告なし(12日8:40)
38	愛媛県	○	○	被害報告なし(11日19:06)
39	高知県	○	○	被害報告なし(11日17:35)
40	福岡県	○		
41	佐賀県	○	○	被害報告なし(11日20:45)
42	長崎県	○	○	被害報告なし(11日19:00)
43	熊本県	○	○	被害報告なし(11日18:14) 透析不可施設1(仁誠会新屋敷クリニック)(災害情報ネットより。12日23:00)
44	大分県	○	○	被害報告なし(11日17:35)
45	宮崎県	○	○	被害報告なし(11日17:35)
46	鹿児島県	○	○	被害報告なし(11日18:07)
47	沖縄県	○		

なお、各都道府県で、災害に伴う透析医療に関する相談窓口(当課把握の範囲)は以下のとおり。

都道府県名	担当課	連絡先	備考
青森県	医務薬務課	017-734-9287	12日17:00~13日17:00(24時間)
岩手県	健康国保課	019-629-5471	
茨城県	保健予防課	029-301-3220	