

# いざという時、 落ち着いて対処できるために

## ● 医療機関、ケア・テックの連絡先を確認

・緊急連絡先カードがお手元がない方は、下記のカードを切り取って、外出時に携帯してください。

## ● 携帯用酸素ボンベの準備

- ・ボンベ1本が満タンの状態で何時間使えるか覚えておきましょう。
- ・日頃からこまめに酸素残量を確認するようにしましょう。
- ・すぐに使える場所に置いておきましょう。
- ・自分で操作できるように、使い方を覚えておきましょう。
- ・呼吸同調式デマンドバルブ（サンソセーバー）をお使いの方は、予備の電池をボンベバックに入れておきましょう。



## ● 懐中電灯、携帯ラジオの準備



.....切り取り.....

### 『緊急時カード』 連絡先

氏名： \_\_\_\_\_  
 第1連絡先： \_\_\_\_\_  
 第2連絡先： \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ 様)  
 避難所： \_\_\_\_\_  
 医療機関名： \_\_\_\_\_  
 (電話番号： \_\_\_\_\_)  
 主治医： \_\_\_\_\_ 科 \_\_\_\_\_ 先生  
 在宅酸素事業者名： ケア・テック  
 連絡先： \_\_\_\_\_ 営業所 \_\_\_\_\_  
 連絡先： \_\_\_\_\_ 営業所 \_\_\_\_\_

### 処方

記入日： \_\_\_\_\_ 年 月 日

疾患名： \_\_\_\_\_  
 お薬  
 毎日飲んでいるお薬： \_\_\_\_\_  
 体調の悪いときに飲むお薬： \_\_\_\_\_  
 酸素吸入量(L/分)  
 安静時 \_\_\_\_\_ 労作時 \_\_\_\_\_ 睡眠時 \_\_\_\_\_  
 人工呼吸器の併用： あり ・ なし  
 (使用時間帯 : \_\_\_\_\_ ~ \_\_\_\_\_ )  
 その他注意事項： \_\_\_\_\_