

## 健康お役立ち情報

あすかい病院外来看護

2024年11月

### 「命のカプセル(緊急医療情報キット)」ご存じでしょうか？

#### 【命のカプセルとは何でしょう】

「命のカプセル」とは自宅にいるときに急病で倒れたなどの時に、たとえ救急車を呼べたとしても自分の病気のこと、飲んでいる薬のこと、緊急時の連絡先などの情報を救急隊に伝えることが出来ないかもしれません。その役割を果たしてくれるのが命のカプセルです。持病をお持ちの方はぜひ準備してみてください。

#### 【命のカプセルの中身】

ボトルの中に、緊急連絡先、医療情報などを記載した用紙、健康保険証や診察券のコピー、お薬手帳のコピーなど受診の時に必要な物を入れておきます。

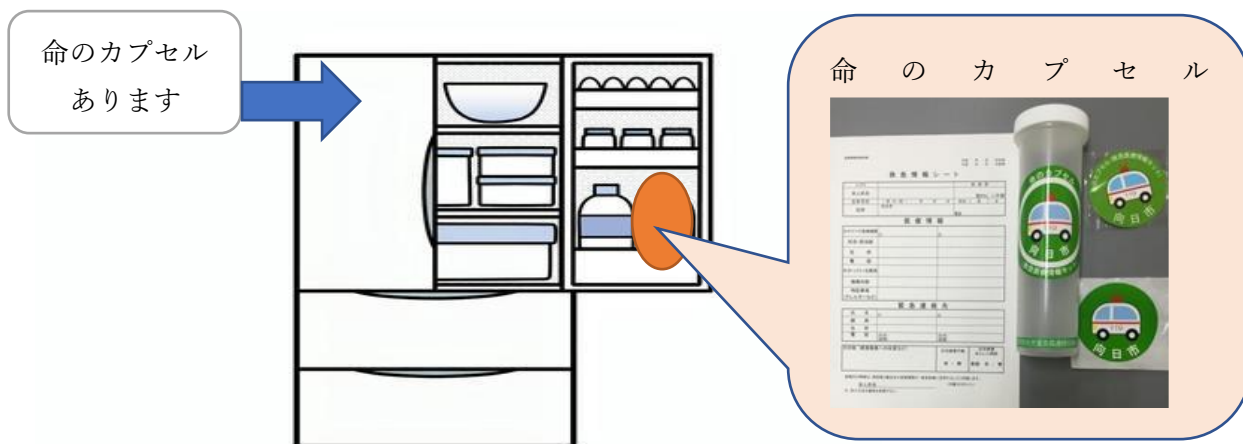
\*緊急時に持ち出すので、貴重品は入れないでください。

#### 【命のカプセルの保管場所】

阪神淡路大震災の時に、地震で家屋が倒壊した場合でも冷蔵庫はあまり潰れていなかったとのことから、冷蔵庫は災害時に最も壊れにくく、保管場所に良いとされています。冷蔵庫の中のわかりやすいところにおいて下さい。

命のカプセルがあることを、玄関ドアの内側と冷蔵庫の扉にあることを貼っておくと救急隊にも分かりやすいです。

(例)



\*上の写真は向日市で配布されているものです。

市町村で配布されているところもあります。ぜひ調べてみてくださいね。