

副腎皮質機能低下症患者さんのための災害時マニュアル

副腎皮質機能低下症について

副腎から分泌される副腎皮質ホルモンは「ステロイド」とよばれるホルモンのひとつで、血圧や血糖の維持やストレスへの対応に重要な役割を果たしているため、生きていくために必要不可欠なホルモンです。このホルモンが十分に分泌されないと、ホルモンの不足により食欲不振、嘔吐・下痢、ふらつき、意識障害、血圧低下（ショック）などの症状が現れます。身体が必要とするホルモン量はストレス状態によって大きく変わるため、平常時には特に症状がなくとも、過度のストレス（感染症や外傷など）が加わった時（シックデイ）にホルモン不足の症状が現れ、重症の場合は生命に関わることがあります（副腎クリーゼ）。

副腎皮質機能低下症の原因となる主な病気・状態

自己免疫などの原因によって副腎皮質自体の機能が低下する場合と、副腎皮質の機能を制御する下垂体の機能低下による場合があります。自己免疫疾患（膠原病）やアレルギー性疾患などの治療目的でステロイドが投与されている患者さんにおいても、自身の副腎皮質機能は休眠状態になっています。

治療薬

副腎皮質ホルモン製剤の内服が必要です。他の薬剤に比べて内服の時間や内服量が細かく指定されている場合が多いので、ご自身の内服薬と内服のタイミング、内服量を把握しておきましょう。

ステロイド製剤の種類

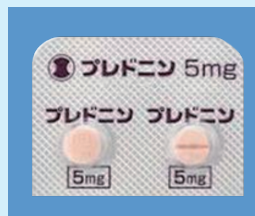
■ コートリル



■ コートン



■ プレドニン



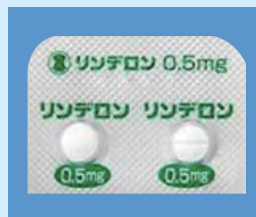
■ プレドニゾン



■ メドロール



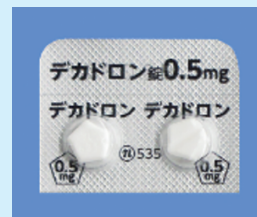
■ リンデロン



■ ベタメタゾン



■ デカドロン



■ ソル・コーテフ



■ フロリネフ



副腎不全カード(下記参照)を、お薬手帳といっしょに携帯しておきましょう。

災害時に持ち出すセットに数日分を、残りの数日分を普段から携帯するようにしましょう(新しく処方されたらその都度入れ替えてください)。

ソル・コーテフの自己注射を処方されている場合は、バイアル・シリンジ・針を濡れない安全な場所に保管しましょう。処方箋のコピーやお薬手帳と一緒に保管しておくこと、スマホに写真などで記録しておくことも重要です。

内服しているステロイドの種類(薬品名)や量を口頭で説明できるようにしておきましょう。薬を持ち出せなかった場合、**直ちに薬の入手が必要**になります。避難所では速やかに医療チームに病名と内服薬の内容を伝え、薬の入手について相談してください。

感冒、急性胃腸炎、コロナ・インフルエンザ感染などのストレス時にはステロイドの増量が必要であり、例えば、軽度の倦怠感や食思不振のみの症状がある場合は、普段内服している量の2~3倍量を体調が回復するまで内服する、といった方法があります。災害時はさまざまなストレスにさらされる可能性があります。副腎不全が疑われる場合や、強いストレス状態にみまわれた時に内服量をどのように増やすか普段の診察時から主治医と確認しておきましょう。

症状が重度(血圧低下や意識障害など)の場合や吐き気、嘔吐などによりステロイドの内服が困難な場合はステロイドの点滴が必要になります。直ちに医師、医療救護班のスタッフ等に伝えてください。

副腎不全カード

緊急時のお願い

私は副腎皮質機能低下症のため、ステロイドの補充治療中です。

もし私が倒れたり、ぐったりしている時は、医療機関で緊急処置が必要な状態です。

救急車(119)を呼んで下さい。

裏面に詳細

私は下記の疾患です。

- 下垂体機能低下症 アジソン病
- 先天性副腎皮質酵素欠損症
- クッシング症候群術後(下垂体 副腎)
- その他()

現在の治療内容:

薬品名 ()
 1日 () mg 朝 () 昼 () 夕 ()
 備考 ()
 シックデイには2~3倍内服するよう言われています。
 症状の改善がない時は、病院受診を勧められています。

私の名前 _____

住所 _____

電話番号 _____

緊急連絡先(続柄) _____

医療機関名・連絡先担当医 _____

シックデイの状況		上記の内服量
中等度	発熱 >37.5°C 単回嘔吐下痢	通常の内服量の2倍内服
重度	発熱 >38.5°C 倦怠感がひどい時や 複数回嘔吐下痢 (→内服後、病院受診)	通常の内服量の3倍内服
超重度	交通事故などの外傷 ショック(血圧低下) 意識消失	病院受診: ヒドロ コルチゾン 100 mg 静注