

酸素療法を受けている方の旅行

国内旅行なら、酸素の手配は容易に行えます。主治医を通して、酸素供給会社に酸素ボンベや酸素濃縮機を事前に手配すれば、宿泊の旅行も可能です。もちろん海外旅行も可能です。

！ 旅先での危険とその対応

起こりうる危険

対応策

お風呂とトイレ

- 入浴時のお湯の温度に注意。いきなり熱いお湯を浴びないこと。また、湯冷めにも注意。
- 気温差に注意。温度変化は血圧に影響。



- 脱衣所と浴室の温度差をなくす工夫や、バスタオルを準備して体が冷えないように。
- 入浴後のコップ1杯の水分補給

移動

- 行き先の標高に注意して下さい。標高が高くなるにつれ、必要な酸素量がふだんよりも増えます。
- 標高が2千メートルを超えると高山病の予防対策も必要です。



- 携帯型の血圧計で旅行中一日2回程度測定し、血圧や脈拍に著しい変化がないのを確認しておくで安心です。変動がある場合は、行動を控えて休憩を取るなどしてください。

その他のポイント

①

軽い呼吸器疾患の場合、酸素投与なしで息切れすることなく、50m歩行できれば、飛行機にも乗れます。

②

緊急時に備え、海外旅行の場合は英文診断書(既往歴や病状、酸素の必要量を記載)を準備しておくで安心です。

③

航空会社には事前に連絡をしておく必要があります。

