

1. 総括

この遠征では風邪、下痢、マメ、胃腸の調子がすぐれない人が気になった。風邪は温度差やそれによる疲れが主な原因である。食事は計画時よりも補給が多く行われたこと、各自がビタミン剤で不足分を補うようにしたことから当初の計画よりも比較的バランスがとれていた。下痢は踏破に臨む前からおこすものもいたが、踏破の中頃には生活に慣れたのか下痢を起こすものは減った。踏破中は、水は煮沸して使い、果物以外を生で食べることはなかった。これは胃腸薬を止痢薬以上によく使用したことにもつながるのだが、遠征中は、踏破の間も食事は全て油やニンニク、唐辛子など刺激の多いものをたくさん使う中華料理であった。暑さで、また水分を多くとっていて胃腸が弱っているところにこれらを食べていたからではないだろうか。下痢の続いた一名は踏破中後半位でおさまった。外傷でひどかったのはマメである。各自が履き慣れた靴で臨んでいたが、靴を履いている時間が長かったこと、栄養状態にも関係しているのだろうか。一日の行程が終わると靴下を脱ぎ、サンダルに履きかえるようにしていた。各自が持っていた小さめの医療タッパーに入れていたバンドエイド、テーピングで対処した。

[気温と水]

内陸性の気候であるから一日の温度差が激しいのであるが、砂漠に入っていた一ヶ月の間の温度差は予想以上だった。約一ヶ月間を2つにわけて考えると、前半は日中最高気温が40度程あがり、夜は半袖Tシャツ一枚で丁度いい温度となる。しかし後半では朝晩が冷えこみ、水たまりに薄く氷が張ることもあった。暑い時期でもウイグルの人々は皮膚を覆う服を着ている。初日、半袖半ズボンで歩いた隊員が一人いたが疲労感は一倍であったようだ。帽子もやはり無くてはならないものであった。最初の頃、暑さのためにスイカしか食べられなかった時もあったが、時間とともに状況も変わり、特に問題にはならなかった。行動中の水はミネラルウォーター500ミリ缶を2本と0.9リットのテルモス一本を持っていった。ポカリスエットは大変重宝した。

[その他]

中国隊でも風邪で体調を崩す者もいた。喉の痛みもあったので風邪薬、トローチ、ビタミン剤を渡した。踏破の後半にウイグル人一人が駱駝に蹴られた。エアースロンパス、湿布、鎮痛剤などで対処した。幸い大事に至ることはなかった。

[砂漠の生き物]

タクラマカン砂漠には危険な生き物はいないと聞いていたが、全てが砂の砂漠ではなく、植生のあるところもある。大きな生き物では狼の住んでいるところがあった。また鹿のようなものが砂漠の遠くを走るのをよく見た。体長4センチの小さなサソリも出た。サソリは朝、テントを撤収している時にすぐ気がついた。ホータン河に出てから、草の生えているところで1mmほどのダニがいた。人にもつくそうだ。



砂の上を走るトカゲを捕獲

[パッキング]

個人用の医療タッパーには予めよく使うであろうと予想したものをに入れて持ち、その他はまとめてタッパーに入れてプラスチックコンテナ(クーラー)の中に入れておいた。使いやすいように砂が少しくらい入ることは覚悟でパッキングは軽くしていたが、皆が気をつけて扱ったので医療タッパーが砂にまみれることはなかった。自分の好きなときに取り出せる個人の医療タッパーよりも使いやすいかったので、消毒薬等も入れておいた方が便利であったと思う。

2. 薬品の使用状況

| 効用 | 薬品名 | 数量(錠) | 頻度 | 個装 |
|------|-------------|-------|----|----|
| 感冒 | ベンザエースD錠 | 216 | ◎ | ○ |
| | アセトアミノフェン | 64 | ○ | |
| 止痢 | ビオフェルミン | 166 | ◎ | ○ |
| | ブスコパン | 80 | × | |
| ビタミン | パンビタンハイ | 327 | ◎ | ○ |
| | アリナミンA | 300 | ○ | |
| | タケダビタミンC錠 | 320 | ◎ | ○ |
| 安定剤 | ネブスン | 50 | × | |
| 鎮痛 | グランエース錠 | 122 | ○ | ○ |
| 整腸 | タケダ胃腸薬 | 100 | ◎ | ○ |
| 胃痛 | タケダ鎮痛鎮痙胃腸薬 | 60 | ○ | |
| 消化剤 | コンタクス | 78 | ○ | |
| トローチ | ベンザエーストローチ他 | 156 | ◎ | ○ |
| 抗生物質 | コンフスパン | 120 | × | |
| | バナン | 42 | × | |
| | メイアクト | 40 | × | |
| 消毒 | オキシドール | 150ml | △ | |
| | イソジン | 200ml | × | |
| 火傷 | オロナイン | 1本 | △ | |
| 捻挫/ | 湿布剤 | 100枚 | △ | |
| 筋肉痛 | エアーサロンパス | 500ml | △ | |
| | 塗り薬 | 8個 | ○ | ○ |
| 点眼 | マイティアSG | 5個 | ◎ | ○ |
| | マイティア40F | 3個 | ○ | |
| 化膿止め | クロマイーP軟膏他 | 8本 | △ | |
| 乾燥 | リップクリーム | 5本 | ◎ | ○ |

頻度：◎ よく使用した
○ 使用した
△ あまり使用しなかった
× 使用しなかった
個装：○ 個装タッパーに入れていた物

●衛材

| 品名 | 数量 | 頻度 | 個装 |
|------------|------|----|----|
| 三角巾 | 3枚 | × | |
| 包帯 | 4枚 | × | |
| 滅菌シート | 12枚 | × | |
| ガーゼ | 1枚 | × | |
| 綿棒 | 200本 | ◎ | ○ |
| 綿球 | 100g | × | |
| 絆創膏 | 150枚 | ◎ | ○ |
| 靴づれ防止パット | 5枚 | × | |
| テーピング(太) | 2本 | × | |
| (中) | 10本 | ◎ | ○ |
| (細) | 2本 | × | |
| ウエットティッシュ※ | 150枚 | × | |
| ほさみ | 1個 | △ | |
| 体温計 | 2本 | × | |
| とげ抜き | 1個 | △ | |
| 爪切り | 2個 | ◎ | |
| ピンセット | 1個 | × | |
| 手袋 | 1組 | × | |
| 裁縫道具 | 1組 | ◎ | |

※ウエットティッシュ中国隊準備のものを使用。

3. 最後に

出発前には日本赤十字社の救急法の講習会や、予防接種(狂犬病・破傷風・A型肝炎)を受けました。たくさんの方々のご協力により、大きな怪我や病気もなくこの遠征を終わらせることが出来ました。使わずに残った医療品とポカリスウェットは中国隊にこれからの探検で使っていただくことにしました。

最後になりましたが、たくさんの医療品のご提供に力を注いでくださった武田薬品工業株式会社の中村愼氏、阪神大震災でお忙しいにもかかわらずご協力下さった大塚製薬株式会社の住野立氏、最終的に医療のいろいろなアドバイスなどをくださった高槻市のうえだ下田部病院の山口研一郎氏をはじめ、医療に関してご協力下さった方々に御礼申し上げますことと同時に無事終わりましたことをご報告いたします。本当にありがとうございました。