

# ミャンマーの医療関係の記事綴り

ヤンゴン日本人会

ご参考までに、

◆ミャンマーでかかりやすい病気

在ミャンマー日本国大使館から発信されている、ミャンマーの医療事情についての説明です。

<http://www.mm.emb-japan.go.jp/profile/japanese/medical.html>

No.28 デング熱が世界中で大ブレイク 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

今年に入り、デング熱の報道が連日連日、世界中から目立っています。令和の最初の年は大当たり年です。デング熱は、ヤブカ(ミャンマーではネツタイシマカ・ヒトスジシマカともに棲息)によって媒介される疾患です。このヤブカは昼間から夕方にかけて吸血行動をおこない、デング熱の他にジカ熱やチクングニヤ熱も媒介します。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryuu.jijo/No.28..pdf>

No.27 終わりによせて LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

当地の医療事情はと言えば、端的に言ってボロボロです。近年では各国からの寄付によって局地的に新しいものが入ってきてはいますが、実際にそれを利用、維持、さらには更新・向上させて行くことについては、まだまだといった感を受けます。医薬品についても安定的な供給には程遠く、“前回は購入していただけたが、今回は入手できない”といったことにもしばしばありました。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryuu.jijo/No.27..pdf>

No.26 飲みかけペットボトルの中 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

雨季も乾季もヤンゴン生活に欠かせないペットボトル飲料。日本には及ばずとも基本的なものは揃うようになってきたヤンゴンのスーパー。しかしその種類や使い方によって、中に繁殖する細菌には大きな差がでてきます。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryuu.jijo/No.26..pdf>

No.25 洪水被害 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

日本の豪雨被災地ボランティアで見た、洪水が引いたあとの留意点。熱中症予防は気を抜くと危ない。好きなものを飲もう！また被災地の土砂は、いったん生活排水や汚泥を飲み込んだものですから、様々な病原体をふくみます。雨季の終わりつつあるヤンゴンでも、風の強い日にはマスク着用するとリスクも下がるでしょう。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryuu.jijo/No.25..pdf>

No.24 宇宙を旅するには LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

皆さんは、宇宙旅行を夢見たことはありませんか？ 僕は小さなころ宇宙に行きたいと思っていました。宇宙空間で生活するには、地球上で生活するのとは大きく異なることが多く、医学の分野でも無重力

が人体に及ぼす影響を調べたりしています。ですが、今回の話もそれについて詳しく説明することはなく、やはり脱線していきます。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.24..pdf>

### No.23 意識のあるところ LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

皆さんは、私たちの意識が脳にある、ということに異論を唱えることはないと思います。では、意識は目で見ることができのでしょうか。頭を開いて脳をみると、そこに意識は見えるのでしょうか。脳を拡大してみると、それは神経細胞と、神経細胞の一部が長く伸びた繊維のような構造、それを取り巻く血管や支持する細胞などからできていることがわかります。そして神経細胞同士は、長く伸びた繊維が橋渡しをすることでネットワークを作っていることもわかります。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.23..pdf>

### No.22 ヒアリ 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

この6月以来、日本の報道ではヒアリ(fire ant,火蟻)が話題になっています。尼崎市・神戸港にて中国から輸入コンテナや港湾施設で見つかったのを契機に、東京・横浜・名古屋・神戸・大阪のメジャー港はもとより、小倉(発見は大分県内)、水島といった地方港にも拡大しています。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.22..pdf>

### No.21 第六感 LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

皆さんは、第六感という言葉聞いたことがあると思います。“そんなことは信じられない”とおっしゃる方も見えるでしょうし、一方で、“実際に経験したことがある”とおっしゃるかたも見えます。今回はこれについて少し考えてみたいと思います。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.21..pdf>

### No.20 H1N1 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

ミャンマー保健スポーツ省から、インフルエンザ H1N1 がヤンゴンとチン州で発生していることが発表され、また、その重症化例がヤンゴン総合病院の ICU(集中治療室)に入院していることが SNS を通じ拡散されています。イラワジ等の現地報道や SNS を見ると、不要な混乱が発生しそうな感もありますので、ここでインフルエンザの基本をおさらい的に紹介します。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.20..pdf>

### No.19 実存 LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

皆さんは“麻酔“という単語を聞いたことがあると思います。いくつかの種類がありますが、すぐに思い浮かぶのは、薬を使って一定の部分の痛みを抑えたり、意識を抑えたりするものだと思います。しばらく前に私の敬愛する先輩(男性)が、長く患っていた痔疾を手術されたときにも、ある一定の範囲の感覚を麻痺させる麻酔が施されました。さて、無事に手術が終わった後、彼は何気なく麻酔の範囲にあった股間のものに手を伸ばしたのだそうですが、“あれ、無くなっている？”と愕然としたそうです。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.19..pdf>

#### No.18 蚊の習性 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

ヤンゴンのど真ん中に住んでいても脅威になるデング熱。昨年から大きな話題になったジカ熱<sup>注)</sup>。関節炎症状の激しいチクングニヤ熱。これらの予防対策は共通しています。「蚊に刺されないこと」。蚊によって媒介される病気は様々です。蚊に刺されなければかからない。だから敵を知り刺されないようにすればリスクを下げられます。敵を知る・・・今回は蚊の習性を紹介します。(注:ジカ熱だけは性交感染もあります)

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.18..pdf>

#### No.17 昆虫の変態 LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

しばらく前に、日本ではめったに見ることのなくなったタガメ(知らない方はグーグルで検索してみてください)を見つけました。しかもかなり大きい。ヤンゴンではさほどでもないのかもしれませんが、街を離れると、虫好きにはたまらないような世界があるような気がします。一方で、今回のタイトルを見て、“あー虫かよ、俺苦手”とおっしゃる方もみえるでしょう。虫の話をクドクド書き綴るつもりもないのですが、そもそもそういった虫嫌いの方のことは初めから考慮していません、また、“俺、変態”ネタを期待している場合も外れです。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.17..pdf>

#### No.16 コラーゲン後日談 LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

すこし前になりますが、日本の傍放送局の傍番組で、独演会をされたあの方の番組ですね、コラーゲンの話題を取り上げていました。冒頭から“コラーゲンは効果があります”と主張する方が出現し、実際に効果についての評価を行っておりました。しばらく前に“コラーゲンをたべるとお肌がぷるぷる”についての拙文を記載いたしました関係上、無関心ではいられない私も興味津々で見えておりましたが、内容を敢えて偏らせているような印象を受けました。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.16..pdf>

#### No.15 一皮むけばみな同じ? LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

ミャンマーには 100 を超える(正確な数には全く興味がありません)民族があると言われていています。言葉、宗教、肌の色、遠い祖先の居住地などが異なる人たちで国が構成されています。日本人でもそのルーツは複数あるようですが、表面的な多様性はミャンマーには遠く及びません。さて、“一皮むけばみな同じ”と言われることがあるかと思いますが、表面的な皮膚の下の構造はどうなのでしょう。もっと細かい細胞のレベルでは? 突っ込みどころがいよいよ無理やりです。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.15..pdf>

#### No.14 アレルギーについて LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

アレルギーについて何か書いてほしいとリクエストを頂戴しました。エンターテインメント性を重要視する私としては、ぜひともお答えしたいところです。実際、LEO-Medicare 内で診療所が開始されてから、予想外にアレルギー関連の病気が多いと感じています。日本全体での疾患の頻度と、ここヤンゴンでの疾患の頻度についての具体的な数値の比較ができないので、もともと病気としてアレルギー関連の病気が多いのか、ヤンゴンにお住いの日本人に固有の問題なのか判断がつかかねます。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.14..pdf>

### No.13 鳥インフルエンザ 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

いま日本国内の報道では鳥インフルエンザの流行が頻繁に報じられています。全国各地の養鶏場で殺処分がおこなわれたり、野鳥集積地で検出されたり・・・と。一方、中国では鳥インフルエンザが人間に感染してしまったという事例が散発。さらに欧州でも鳥インフルエンザの発生が報じられ・・・と。そこで今回は世界の現状がどうなっているか紹介します。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.13..pdf>

### No.12 緑色は目に優しい？ LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

ヤンゴンの街中を歩いていると、手が入っている、いないはさておき、緑、すなわち植物のスペースが多いと感じます。皆さんは、緑色は目に良い、とか目に優しい、とか聞いたことがありますか？では、どうして葉っぱは緑色なのでしょう。今回はこの辺に突っ込んでみたいと思います。突っ込みどころが手あたり次第って感じではありますが。というわけで今回は、・・・。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.12..pdf>

### No.11 コラーゲンでお肌ぷるぷる？ LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

先日短期に帰国する機会がありましたが、日本ではお鍋の美味しい季節になっています。お鍋の中でぷるぷる震えている食材と、ふわふわ漂う湯気を背景に、“コラーゲンたっぷりだからお肌にも良いんです”、とにこやかにのたまう店員さん。マジか？。ということに今回はここからちょっと突っ込んでみたいと思いますが、

- (1) 決して鍋料理が嫌いなわけではありません。
- (2) あくまでも個人的な見解です。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.11..pdf>

### No.10 不安の来るところ LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

ヤンゴンで最も目立つ建造物は Shwe dagon pagoda だ、という意見に異を唱える方は少ないのではないかと思いますし、市中で僧侶(本文中では男女の区別なく使用しています)を目にしない日はありません。ミャンマー人の生活の中で、もちろんいろいろな宗教の方がいらっしゃることも承知していますが、仏教が果たす役割は非常に大きいと感じるのは私だけではないと思います。私自身は、いかなる宗教とも特定の関係を持っておりませんが、宗教に興味を持っていることもあって、何年前にミャンマー人の友人に、僧院に連れて行ってもらったことがあります。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.10..pdf>

### No.09 デング熱と風邪薬 LEO-Medicare 日本人診療所 伊藤 哲

さて、この原稿を書いている時点(10月上旬)で、すでにデング熱の季節が始まっています。デング熱は名前からして発熱が必至です。ミャンマー在住の方々には、数種の持参薬を持ってきていることが多いと思いますが、日本で、市中の薬局にて入手できる、いわゆる“総合感冒薬”あるいは“風邪薬”と呼ばれるものには、通常解熱作用のある成分が含まれているので、まずはそれを試したくなること



もあるのではないかと思います。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.09..pdf>

#### No.08 はしか 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

8月から9月にかけて日本国内では、どこかの国から持ち込まれた「はしか(麻疹)」が関西空港を舞台に感染が広がった件で大騒動、あらゆるマスコミがはしか、はしかの大合唱になりました(私もTV・ラジオに6回ほどお声かけいただき、元AKBの高橋みなみさんとお話できたのは役得でした。話題がはしかオンリーだったのがちょっと残念ですが:笑)。今回は、日本ではしかがこれ程大騒動になるのはなぜか、それがミャンマー在住とどう関わるのかお話ししましょう。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.08..pdf>

#### No.07 ミャンマー人医師の世界 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

ミャンマーから帰国者が日本の医療機関でパラチフスと診断される例が相次いでいると、国立国際医療研究センターから論文が発表され、渡航医学関係者の中で話題になっています。要旨、「2014-15年に日本でパラチフスと診断された31例のうち過半数54.8%がミャンマー帰りで、そのうち6例が同センターの受診」というものです。パラチフスは原因菌が口から入って感染する経口感染で、感染者の糞便中に存在する菌が、また別の人の口から入って感染という形で拡大してゆきます。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.07..pdf>

#### No.06 メンタルヘルスの話題 アルコール 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

アルコール依存症とは、長期間、過量にアルコールを飲むことによって、飲酒の制御がきかなくなる病気です。適量を飲酒してやめるということが病的につらくなり、酔いつぶれるまで飲む、朝から飲む。体が受け付けなくなると一瞬止まるけれど体力回復すればすぐ飲みはじめる(これを山形飲酒サイクルといいます)。飲酒中に起こした行動を忘れてしまったり(ブラックアウト)、お酒が切れたときに幻覚が見えたりという症状もあります。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.06..pdf>

#### No.05 ミャンマーに入ってくるかもしれない病気 関西福祉大学 社会福祉学部教授 勝田 吉彰

さて、初回は少々緊急に知っていただきたいことです。すでにベトナムやタイなど隣国に感染者が出ていて、これからミャンマーに入ってくるかもしれない病気、ジカウイルス感染症です。この疾患はデング熱やチクングニヤ熱と同じネッタシマカやヒトスジシマカによって媒介されます。すなわち、デング熱が発生している場所では、そのウイルスを運ぶ“乗物(ネッタシマカやヒトスジシマカ)”が存在しているわけですから、ひとたび患者さんが入れば、蚊が媒介して爆発的に拡大します。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.05..pdf>

#### No.04 ジャパニーズ メディカル デスク オープン ブルーアシスタンス

ジャパニーズメディカルデスク(JMD)サービス内容 ①日本語通訳サービス 診察時、会計、薬局、検査時等の日本語サポート ②キャッシュレスサービス 治療費お支払代行サービスのご提供。JMD受付時間 09:00-18:00 土曜日 09:00-12:00 土曜日午後・日曜日・祝日はお休み。お気軽にお電話

ください。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.04..pdf>

**No.03 特に感染症について ビクトリア病院 社会医療法人大雄会、LEO-medicare 伊藤 哲**

まず最初に、ご存知の方も多いと思いますが、当地での心臓血管および脳血管などの緊急を要する疾患の治療態勢は十分ではありません。というよりもほぼ運任せと言っても良いかと思われま。従って、何はともあれ高血圧や糖尿病といった基礎疾患のある方は、そのコントロールに常日頃から心がけるようにしていただきたいと思ひます。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.03..pdf>

**No.02 SOS ヤンゴンクリニック インターナショナル SOS ヤンゴンクリニック 戸村 仁江**

当クリニックでは通常の診療はもちろんのこと、救急対応、医療搬送などを主な業務としております。診療科目は全科としており、お子様の診療や、持病のフォローアップ、健康診断、妊婦検診、また予防接種(お子様の定期予防接種、その他各種ワクチン)などもお受けしております。レントゲンおよび各種検査、薬局の設備があり、それぞれ担当スタッフが常駐しております。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.02..pdf>

**No.01 バンコクの医療機関のかかり方 Bumrungrad International Hospital(タイ)医師 百武 加恵**

「最近なんとなく調子が悪いんだよな。身体はだるいし時々胃のあたりが痛いし。心配だから大きな病院で調べてもらいたいけど日本まで帰った方がいいかなあ、それともこの辺の病院で大丈夫かなあ」そんなことを考えたことがあるミャンマー在住の皆様！バンコクで医療を受けるという選択肢も悪くないですよ。

<http://yjahp.e7.valueserver.jp/1060.iryou.jijo/No.01..pdf>

以上です。