

東ティモールの医療・衛生事情（最終更新日：平成 26 年 9 月 23 日）

1. はじめに

東ティモールは医療設備が十分整っておらず、医師や看護師など医療従事者の人数も不足しています。そのため、けがや病気に対して治療はおろか診断もできないことがまれではありません。特に大きなけがや重い病気の場合、シンガポール、インドネシア（バリ島）、オーストラリア（ダーウィン）といった近隣国ないしは日本への緊急移送が必要となります。緊急移送には多額の経費が必要です。東ティモールに来られる方は、このような費用をカバーできる海外旅行保険に加入しておくことを強くお勧めします。

2. 東ティモールの衛生事情

（1）水

東ティモールではまだ上水道が十分普及しておらず、蛇口から出る水は飲用には適しません。ボトルの水を飲むようにしてください。また、レストランなどでの氷にも注意してください。

（2）衛生害虫

東ティモールではデング熱、マラリア、チクングニア熱といった蚊が媒介する感染症が珍しくないため、昆虫忌避剤や蚊取り線香などを使用して蚊に刺されないように注意してください。

多くのレストランがオープンエアのため、食べ物にはすぐにハエがたかってきます。ハエは食中毒の原因菌を媒介することがあるので、注意してください。

3. 東ティモールの医療事情

（1）概観

東ティモールにはデング熱、マラリア、チクングニア熱などの熱帯病を含めいろいろな感染症のリスクがあります。また、年中暑く湿度も高いため熱中症対策が欠かせません。

はじめに述べたとおり、東ティモールの医療施設、医療体制は十分ではありません。首都のディリでさえ、レントゲン撮影装置のある医療機関は数カ所しかなく、血液検査ができる医療機関も限られています。

医師や看護師の数が少ない上に医薬品も不足がちで、東ティモールで受けられる医療は限られていると言わざるを得ません。

ディリで入院できる病院は Hospital Nacional Guido Valadares（ディリ国立病院）のみですが、日本の病院と比べると設備は十分でなく、衛生状態もよいとはいえません。入院が必要な場合は、近隣国ないしは日本へ行くことをお勧めします。

（２）注意すべき病気等

・消化器感染症

食べ物や飲み物から感染する消化器感染症は、東ティモールで最もかかりやすい病気の一つです。生水・氷・生野菜・刺身・カットフルーツ・フレッシュフルーツジュースなどには十分注意してください。

・デング熱

シマカ（日本では一般にヤブ蚊と呼ばれる）という、日中、特に明け方や日暮れ前に活発に活動する蚊が媒介するデング熱は、ディリを含め東ティモール全土で見られます。特に雨の多い雨期に多く発生します。ワクチンや予防薬はないため、蚊に刺されないようにするのが唯一の予防法です。

デング熱は関節痛・筋肉痛・頭痛などを伴う急な高熱で発症し、熱が下がる頃にしばしば発疹が見られます。また、重症のデング出血熱になると生命に関わる場合があります。

治療薬はありません。

デング熱についての詳細は、次のリンクをご参照ください。

外務省「世界の医療事情：デング熱」

<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/kakuron03.html>

厚生労働省検疫所「デング熱」

<http://www.forth.go.jp/useful/infectious/name/name33.html>

・マラリア

ハマダラカという、夕方から明け方にかけての夜間に活動する蚊が媒介する感染症です。世界には 5 種類のマラリアがありますが（少し前までマラリアの種類は 4 種類とされていましたが、新たに 1 種類発見され、現在では 5 種類が知られています）、東ティモールで見られるのは熱帯熱マラリアと三日熱マラリアの 2 種類です。このうち熱帯熱マラリアは治療しなければ死に至る危険な病気です。東ティモールでは熱帯熱マラリアと三日熱マラリアの比率はおおむね 1 : 1 です（地域により異なります）。

東ティモールでは全土でマラリアが見られるものの、その患者数は年々減少しています。今もマラリアが多く見られる District は Cova Lima、Manufahi、Viqueque、Lautem です。ディリ District では Atauro、Hera でやや多いようですが、ディリ市内では感染の心配はほとんどありません。

マラリアを予防するワクチンはありません。予防薬については地域や生活・行動様式により推奨度が異なりますので、専門医にご相談ください。いずれにしても、予防策としては蚊に刺されないようにすることが最も重要です。

マラリアの主な症状は体が震えるような突然の高熱で、時に下痢などを伴います。熱帯

熱マラリアの場合、治療しなければ死亡します。

マラリアの治療は国や地域により異なりますが、東ティモールでは Artemether と Lumefantrin という 2 種類の薬剤を同時に服用するのが第一選択です。

マラリアについての詳細は次のリンクをご参照ください。

外務省「世界の医療事情：マラリア」

<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/kakuron02.html>

厚生労働省検疫所「マラリアについて」

<http://www.forth.go.jp/useful/malaria.html>

・チクングニア熱

デング熱を媒介する蚊と同じ種類の蚊が媒介する感染症です。現在東ティモールでは統計が取られていないので、その発生数はわかりません。ワクチンや予防薬はありませんので、蚊対策が唯一の予防方法です。

チクングニア熱は関節痛を伴う急な高熱で発病し、症状がデング熱とよく似ています。通常出血熱になることはなく生命の危険はほとんどありませんが、関節が腫れて痛む関節炎が長く続くことがあります。

治療薬はありません。

チクングニア熱についての詳細は次のリンクをご参照ください。

厚生労働省検疫所「チクングニア熱」

<http://www.forth.go.jp/useful/infectious/name/name32.html>

・熱中症

東ティモールは赤道に近く、年中最高気温が 30 度前後あります。そして海に囲まれているため湿度が高く、熱中症にかかりやすい条件がそろっています。屋外では帽子をかぶる、長時間日向にいない、多めに水分をとるなど熱中症対策を心がけるようにしてください。

また、日差しが強いため、紫外線対策を忘れないようにしてください。

熱中症についての詳細は次のリンクをご参照ください。

厚生労働省「熱中症予防リーフレット」(PDF ファイル)

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r985200000335ag-att/2r985200000335bx.pdf>

・その他

結核は東ティモールでよく見られる病気の一つです。結核は、患者が咳とともに排出した結核菌を吸い込むことにより感染するのが一般的です。1 ヶ月以上続く咳、発熱（微熱のことも高熱のこともあります）、寝汗などがあれば、レントゲンを撮るなどして確認するようにしてください。

病気ではありませんが、交通事故は非常に多く注意すべきことの一つです。東ティモー

ルにおける交通事故による死亡者数は年間約 100 人です。東ティモールの人口は日本の約 100 分の 1 ですので、人口あたりの交通事故による死亡者数は日本よりも多いこととなります。もともと道が悪い上に雨で道が崩れていることもまれではありません。また運転マナーが悪いので、十分注意する必要があります。

(3) ディリの主な医療機関

・ Stamford Medical

所在地：Rua Martines da Patria, Mandarin, Dili

電話：+670-3310141（時間外：+670-7772-1111）

診療時間：月～金 9:00～18:00、土 9:00～13:00

概要：2012 年開業のクリニックです。欧州出身医師など 3～4 名の医師を擁し、簡単な血液検査もできます。時間外も対応可能ですが、オンコール制なので事前に時間外専用電話に連絡してください。救急車もありますが、会員制となっています（有料）。医師を含めスタッフは英語での対応が可能です。

・ Australian Embassy Clinic

所在地：Australian Embassy Compound, Avenida de Portugal, Pantal Kelapa, Dili

電話：+670-3311555

診療時間：月～金 10:00～12:30、13:30～15:00（要予約。水曜は午後休診）

概要：オーストラリア大使館の医師が診療するクリニックで、基本的にはオーストラリア大使館員やオーストラリア政府から派遣された人を対象としています。診察時間は限られており、受診には予約が必要です。時間外に診療は行っていない。英語での診療です。

・ Hospital Nacional Guido Valadares（ディリ国立病院）

所在地：Bidau Toko-baru, Dili

電話：+670-3311044

診療時間：救急外来は 24 時間対応

概要：東ティモールで最も大きな病院です。レントゲン撮影装置、超音波があり、血液検査も可能ですが、衛生状態はよいとはいえません。オーストラリア人医師やキューバ人医師など、外国人医師も勤務しています。医師の国籍により対応できる言語が異なるため、必ずしも英語が通じるとは限りません。東ティモール人の場合診察料は無料ですが、外国人の場合は診療費(約 20 ドル)を請求されます。

3. 帰国後の注意事項

東ティモールから帰国後発熱や下痢で病院を受診する場合、マラリアやデング熱、腸チ

フス等のある東ティモールに滞在していたことを医師に教えてください。医師によっては問診の際に海外渡航歴を聞かないかも知れませんが、聞かれないからといってそのままにせず、必ず自分から伝えてください。

東ティモールは回虫や鉤虫といった消化管寄生虫疾患も珍しくありません。特に長期滞在された方は、健康診断の際など機会を見つけて寄生虫の検査（検便）も行うようにしてください。