



こんにちは。
ジャパニーズ・ヘルプデスクフィリピンです。
本年もどうぞよろしくお願いいたします。

2023年より、各海外拠点よりコラムのお届けということで、第2回目はフィリピンからとなります。

2月に入り、日本もますます冷え込む日が続いているかと思います。
フィリピンは「常夏の国」というイメージが強いかもしれませんが、日本人が多く駐在しているマカティでは、年末から2月くらいまで、少し涼しい時期になります。

3月からはまた猛暑のような暑さが続きます。湿気は日本より少なく、カラッとした日差しの強い暑さです。今回はそんなフィリピンの気候で流行りやすい疾患と対策についてお話させていただきます。

常時外気温の高いフィリピンでは、雨季（7月～10月）があり暑い上にムシムシとした湿気があります。フィリピンではこの時期にインフルエンザが流行ります。暑期は最高気温が36°Cを超えることもあり、熱中症や食中毒の症状が増えます。

これらに影響され新年度4月から新規で赴任された駐在員の方などは新しい環境でのお仕事も忙しいため3か月ほどたったところに体調を崩される方も多くいらっしゃいます。

暑期はこまめな水分補給や、食中毒を避けるためにもしっかり火の通った食事を選ぶなど注意が必要となります。家の中でも35°Cを越えることがあるので、食品は調味料などでも基本的に冷蔵庫での保管をします。

また、体調管理としては環境に慣れるためにも休息をとりつつお仕事に打ち込まれることが大切です。

次に、雨季ですが、一日通して降るようなことは少ないですが、短時間でかなりの降水量になります。

スーパーのビニール袋などが排水溝につまって、膝まで濁流に浸かりながら歩くこともあります。

ビニール袋の使用は制限され、スーパーやコンビニでも紙袋が使われるようになってから改善がありましたが、足首まで浸かることは雨季は頻繁にあります。



また、フィリピンには野良犬が多く、首都圏内も例外ではありません。

狂犬病が蔓延している国で犬の予防接種も行っていない状態ですので、フィリピンに来られる方は接種が強く推奨されています。

直接噛まれなくても爪がひっかかってしまったりなめられただけでも、感染するリスクのある病気ですので、お子様は特に注意が必要です。



フィリピンと日本での受診時の大きな違いの一つに独立採算制というものがあります。

フィリピンでは病院内の一つ一つの医師のいる部屋が各々のクリニックとなっています。

利点としては、一つの病院に行ったときに、自分の希望する医師を選ぶことができる点です。

欠点としては、病院に雇用されている医師ではないため診察予約してクリニックに行ったが、突然医師が帰ってしまった、手術に行ってしまった、順番があるので2時間待たされたということもしばしばあります。

また、医師同士の情報共有がないため、他の科へかかるたびに症状の説明が必要になったり、セカンドオピニオンに対し、嫌悪感を示す医師もいたりします。

現地の人はいい意味でも悪い意味でゆったりとしているため、日本人にとっては良い面もあり時々はいらいらすることもあるでしょう。

ジャパニーズヘルプデスクは主要病院内にオフィスをかまえ、現地での受診をサポートしております。
もしもの際はいつでもご連絡ください。



【ジャパニーズヘルプデスク フィリピン】

マカティメディカルセンター

+63-917-716-9007

セントルークスメディカルセンターグローバルシティ

+63-917-592-5732

日本人会診療所

+63-917-592-5738

ザメディカルシティサウスルソン

+63-917-632-1015

セブドクターズユニバーシティホスピタル

+63-917-571-7436

海を渡って頑張るあなたが安心して活躍できるように。

海外進出企業向け3in1医療サポート ヘルスケアプログラム

企業向けサービス

赴任者さまが海外の病院で治療を受けた場合
日本の健康保険の請求が可能です。

- 24時間日本語対応
- キャッシュレス受診
- 医療費請求サポート
- 緊急搬送サービス
- 医療相談 など充実!

プレステージ・インターナショナル ヘルスケアプログラム

詳しくはこちら