

## お久しぶりです

私は2018年夏から2020年春にかけてシンガポールで生活し、このたび医誠会病院に復帰しました。在星中は日本人クリニックに勤務し、糖尿病治療にも携わりました。日本人クリニックでは、すべての患者さんが日本人（駐在員もしくは旅行者）で、日本の環境に近い状態でしたが、その中での私の経験をご紹介しますしたいと思います。今回は「シンガポールの事情とそこで糖尿病患者さんが苦労していたこと」について書いてみます。



糖尿病・代謝内科  
田中 裕子 医師

## シンガポールはどんな国？

シンガポールはマレー半島の先端にある東京23区ほどの大きさの小さな国（人口580万人）です。マーライオン公園、マリナ・ベイ・サンズなどの観光地は有名で、日本をはじめ世界中から観光客が訪れます。安全かつ清潔な国で、日本人駐在員も多く、約33000人が住んでいます（新型コロナウイルス流行前の時点）



## シンガポールの医療事情

シンガポールの医療レベルは高く、日本と遜色ありません。原則シンガポールの医師免許を持った人しか診療を行えませんが、日本国籍を有する者を診療する場合に限り、30名の日本人医師が一般診療可能（入院管理や手術は不可）、という取り決めがなされています。シンガポールには複数の日系クリニックがありますが、万一、入院や手術が必要になった場合は、現地の専門医へ紹介する仕組みです。

## シンガポールで病気になったら

風邪をひいた、健診で糖尿病疑いを指摘された…など色々な症状を抱えて患者さんがクリニックに受診し、多くは日本と同じような診療を受けることができます。日本と大きく異なるのは「薬」と「保険」です。

クリニックで使用される薬は、現地で手に入るものを使用しているので、一錠に含まれる薬の量が日本のものより多かたりします。多くの場合、日本と同じ処方方を継続可能ですが、錠剤を割る手間が増えたり、漢方薬などが一部手に入らなかりします。





そして、大きく患者さんを悩ませるのが保険の問題です。日本で患者さんの窓口負担は多くが3割ですが、シンガポールにおいて[外国人は100%自己負担](#)です。そのため、多くの方が海外向けの保険に入っており、多くの日系クリニックでは窓口負担ゼロで診療を受けることができます。しかし現地の病院へ受診するとなると、いったん窓口で全額負担したうえで、その後保険会社からお金が戻るしくみのため、一時的に多額の医療費を負担することになります。

循環器専門医へ診察を受けるだけで45万円、カテーテル検査まで行われると100万円以上がかかります。治療となれば、さらに倍以上になります（もちろん受診する医療機関や医師により値段は変わります）。

この海外旅行者保険は、一つの病名で最大6ヶ月しか保険がききません。風邪などの半年以上長引くことがない病気は大丈夫ですが、糖尿病や高血圧、悪性腫瘍など、6ヶ月以上に渡り治療が続く場合、6ヶ月以降は全額自己負担となります。先ほどの循環器の検査などに比べると安くはなりますが、糖尿病治療を継続する場合も日本よりかなり高額となります。

例として糖尿病薬の値段をとりあげれば、メトホルミン 500mg 1錠 32円（日本10円）、グリメピリド 1mg 1錠 64円（同10円）、ジャヌビアなどのDPP4阻害薬 1日分約240～320円（同130～220円）、ルセフィなどSGLT2阻害薬 1日分360円（同200～300円）等々、1回の診察で1～2か月分処方することを考えると高価です。また、上記の金額は単なる薬価だけであり、それに加えて調剤料・診察料・血液検査代も払う必要があり、1回の診察で数万円かかります。



もちろん勤務されている会社によっては会社負担があり、自己負担額が抑えられている患者さんもいましたが、皆さん口をそろえて、「日本にいたときは、ここまで薬や検査の代金について真剣に考えていなかった」とおっしゃっていました。私も、日本にいたときよりかなり多くの時間を割いて治療費の話をしたように思います。「治療費がかかるから、なるべく食事や運動に気を付けてコントロールしよう！」という自己管理のモチベーションにつながっている患者さんもいました。日本では国民皆保険で、日本語での専門医治療（入院治療や手術）が当たり前ですが、それが当たり前でない場所があるということを知らされたのです。



## おまけ：シンガポールに来てよかった！と患者さんが思うこと

冬がない、衣替えが不要、子供にやさしい、等々たくさんあったのですが、クリニックで多く聞かれたのが「[花粉症が治った](#)（正確には、シンガポールでは花粉症の症状がでない）」でした。日本とは生育している植物が違うので、症状が出なくなったと考えられます。冬場に悪化する喘息などを持っている方も、改善しているようでした。ただシンガポールは高温多湿のため、ダニはアジアで一番多く、また隣国インドネシアが野焼きをするため大気汚染はひどいです。そのため、逆にシンガポールのほうが呼吸器症状に悩まされているという方もいました。

