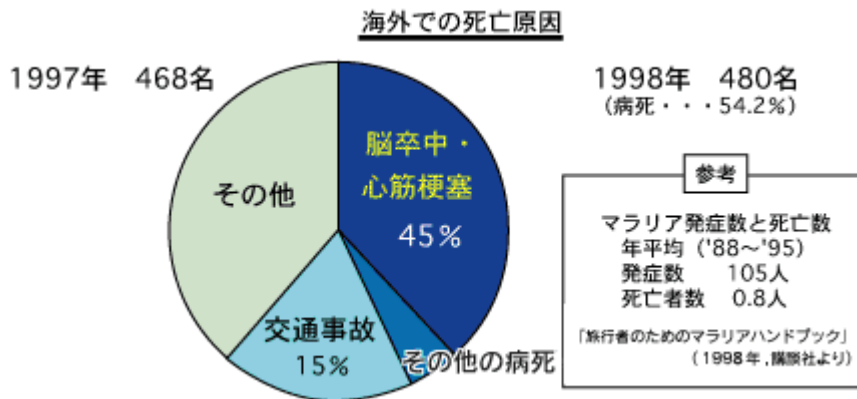


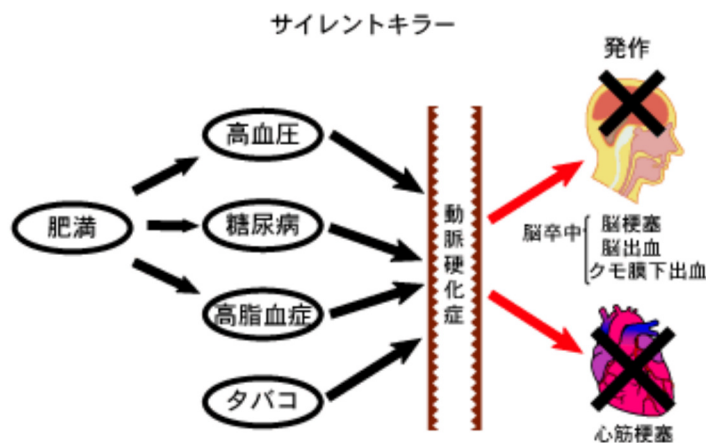
Column

中高年の旅行医学

外務省の統計では、この数年約500人/年の日本人が海外で死亡していることが報告されています。その死因のトップは脳卒中・心筋梗塞で、全体の半数を占めています。



日本では一般に心筋梗塞や脳卒中は元気な人が突然倒れるもので、予測・予防はできるはずがないと思われていますが、サイレントキラーと呼ばれる4つの因子のチェックをする程度でもかなりリスクを予測できるのです。



日本の中高年の方にはご自分の医療情報を記した英文診断書を持って行かれることを勧めます。海外旅行ではまずことばの壁が大きい障害となり、体調が悪くても病院に行くのをためらう方が多いのが現実です。英文診断書を携帯していれば、万が一遠い異国の地で倒れたとしても現地の医療スタッフがそこに記載された医療情報をもとに適切な専門病院に運ぶことができるのです。

脳卒中、心筋梗塞は3時間以内に専門病院にかかることができれば80%は助かります。1分1秒でも早くレベルの高い専門病院に行くことが大切だという意識を多くの日本の方が持つことが望ましいと思います。