カーボベルデの医療事情

令和6年12月

1 衛生・医療事情一般

(1) 気候など

カーボベルデは、アフリカ大陸西端のセネガルから西約375kmの大西洋上に位置し、10の大きな島と8つの小島からなる面積約4,033km²（滋賀県と同程度）の国で、人口約55万人が9つの有人島に暮らしています。首都プライアに全人口の4分の1、首都プライアのあるサンティアゴ島に人口の半数以上が集中し、その大半がカトリック教徒です。個々の島では、人口規模、地形や気候や植生が異なり、衛生・医療事情も異なります。

(2) 水質、食品衛生

水道水は飲用に適しませんのでミネラルウォーターを利用してください。充分沸騰後（10分以上）の湯冷まし、可能であれば十分な機能を持った浄水器（RO式）の使用をおすすめします。なお、湯冷ましは消毒効果のある塩素がなくなっているため早めに使いましょう。

カーボベルデで休暇を過ごす旅行者が食中毒となるケースが多発しています。アフリカ本土の国々に比べ整備され清潔に見えますし、海鮮などポルトガル料理が美味しいですが、特に短期旅行の場合は、なま物、生焼け、調理から時間の経っているものを食べないように心がけてください。滞在中の食事には、細心の注意が必要です。

社会基盤は比較的安定しており、都市部では上下水道が備わっていますが、水道水は飲むのに適していません。携帯電話及びインターネット環境は安定しています。

(3) 医療水準

都市部においては、一般的な衛生状況は比較的良好で熱帯特有の感染症（NTDs）も一部を除いて比較的少ない傾向です。現在のところ熱帯病（マラリア、腸チフス等）はアフリカ大陸の国々から患者を介して持ち込まれる場合に限られ、黄熱、狂犬病の発生も過去十数年間確認されていません。しかし、特に雨季の蚊のコントロールできておらず、9月から12月にかけてネッタイシマカなどが媒介するデング熱やチクングニア熱が流行します。2024年9～11月は特に首都プライアのあるサンチアゴ島とその西にあるフェゴ島でデング熱が大流行しました。当地の疾病構造自体は、感染症主体のアフリカ諸国と異なり、心疾患、高血圧、糖尿病といった生活習慣病の治療・予防が中心に変化してきています。政府は母子保健にも力を入れ、国民の妊娠から出産までの費用は無料で、小児定期接種率は98%となっており、新生児や小児、妊産婦の死亡率が他のアフリカ諸国と比べ低い一因となっています。

人口規模の小さな島も多く、専門医の多くは首都プライアまたは第二の都市ミンデロにあり、他の島の病院を巡回し医師不足に対応しています。人口あたりの医師数は日本より多く、総じて医師の水準は保たれており、私立のクリニックなどは邦人利用可能ですが、日本や欧米と比較すると設備や言語の問題も含め、限界があります。医学用語も含めた意思疎通は公用語のポルトガル語やスペイン語であると問題ありません。一般的に医師は英語で情報収集をするため、英語も使用可能ですが、年齢が高くなるほど英語が通じにくい傾向があります。

医師は、カーボベルデ人、キューバ人、中国人。カーボベルデ人医師はポルトガルやブラジル、キューバ、旧ソ連などで医学部卒業・研修経験があります。キューバはポルトガル

	カーボベルデ	日本	日本との比較	統計年
平均寿命	73.2	84.52	11.32	2021
男	68.8	81.47	12.67	2021
女	77.4	87.57	10.17	2021
新生児死亡率	8.7	0.8	10.9倍	2022
5歳児未満死亡率	12.3	2.0	6.2倍	2022
妊産婦死亡率	42.2	2.7	15.6倍	2022
医師数	44.6	27.47	1.6倍	2022
病床数	108.6	1284.1	8.5%	2021
交通事故死亡率	16.5	2.7	6.1倍	2021

語・スペイン語圏に国策で多くの医師を派遣しており、すでに長年カーボベルデで働くキューバ人が多くシニア医師で臨床技術は高く、スペイン語が通じますが、英語での意思疎通は難しく、その医療内容もブラッシュアップされていないことがあります。中国人は近年の病院施設等の支援とともに増加し専門医として働いています。カーボベルデ大学で2017年から医学部が開設され2024年現在卒業生がレジデントとして働き始めています。数年後、彼らがポルトガル等で研修を行ったあと自国で活躍することが期待されます。

重篤な疾患や交通事故など緊急を要する重症例に対応できる病院・設備はなく、欧州、または日本へ緊急搬送することになります。万が一に備えて十分な額の海外旅行傷害保険（特に治療救済費用）に加入しておくことを強くお勧めします。集中治療が必要な重症患者の専用機での日本までの搬送をカバーするには治療救済費用5000万円以上のものがが必要です。なお、国外への移民が多く、アメリカに最も多い50万人以上のカーボベルデ系アメリカ人の存在のためか、アメリカからの観光客も多く、アメリカへの緊急移送症例が多く飛行時間は7時間。また3時間でマラケシュ（モロッコ）や4時間でリスボン（ポルトガル）へ航空移送が可能です。

2 かかり易い病気・怪我

(1) 蚊媒介感染症

マラリアを媒介するハマダラカ属は減りましたが、デング熱、ジカ熱、チクングニア熱、黄熱などを媒介するネッタイシマカなどのヤブカ属は、コントロールできておらず、雨季（8月から11月）を中心に年間を通じ非常に多く発生しています。殺虫剤や蚊忌避剤の使用、肌の露出を避ける、ヤブなどに近づかず、室内（ホテル）では窓を閉め、蚊帳などを使うことをおすすめします。なお、マラリア、デング熱を含め、軽～中症は国内で治療は可能です。

【デング熱】 雨季を中心に年間を通じて発生。2024年は7月より大流行し11月で2万例を超えました。主に、首都プライアのあるサンティアゴ島の人口密集地とファゴ島で流行

しており、血清型は、サンティアゴ島では1型、ファゴ島では3型がほとんどを占め、本流行では2、4型は見られません。

【マラリア】 2024年1月にWHOよりマラリア・フリー国と認定されました。アフリカではカーボベルデの他、モーリシャス、アルジェリアの3カ国のみ。2017年の流行を機に旅行者や移民にもマラリア治療を無料化し隔離等の徹底した対策を行っています。ただ、アフリカ本土（アンゴラ、ギニアビサウ等のルゾフォニアや、セネガルなど）からの輸入マラリアは年間数十例発生しており、マラリア予防薬の服用は不要ですが、蚊の予防対策は必須です。

【帰国後の発熱】

マラリアの発症までの潜伏期は通常7～14日、デング熱やチクングニア熱は3～7日です。当地滞在後、日本など先進国に戻ってから発熱、特に39℃を超えるような高熱となった場合、マラリアやデング熱などに罹患している可能性があります。医療機関受診時に、これらの熱帯感染症の流行地への渡航歴があることを、必ず医師にお伝えください。

なお、重症マラリア治療に標準的に用いるアーテスネートの静注薬や坐薬は日本での入手が難しく、次善策のキニーネ静注薬も使用できる医療機関が限られているため、日本ではマラリアの治療が遅れる可能性があります。特に熱帯熱マラリア（カーボベルデでは輸入例で全例熱帯熱マラリア）は治療が遅れると重症化し命の危険があるため、マラリアなど熱帯感染症の可能性が少しでもあれば、すぐに医療機関を受診してください。

（2）細菌性胃腸炎（下痢性疾患、食中毒）

年間を通じてみられます。2022年末から2023年にかけて、D群赤痢菌(*Shigella sonnei*)による赤痢が欧米人旅行者を中心に大流行しECDC（欧州疾病予防管理センター）が警告を発しました。現地医療関係者は輸入例だと主張していますが、いずれにせよ、当地はアフリカ本土と同様、高温多湿のため、室内でも少し時間が経てば細菌などが繁殖しやすい環境です。旅行者や短期滞在者のサルモネラ菌などの食中毒の発生は毎日のように発生しています。食料品のコールドチェーンも必ずしも守られておらず、たとえ火を通したものでも、食中毒になる恐れがあります。カーボベルデで休暇を過ごすアフリカ在住者に、細菌性胃腸炎が非常に多く発生しています。滞在中の食事には、細心の注意が必要です。

3 健康上心がける事

ビーチリゾートから山岳部のトレッキングまで、旅行形態により現地ガイド等の注意事項をよく聞いて行動してください。

（1）熱中症

高温多湿であり、気づかないうちに脱水状態になっていることがあります。現地の人も水を持ち歩いています。とくに昼間外出時やスポーツ時は、熱中症予防のため十分な水分補給を欠かさないで下さい。頭痛、だるさ、発熱は熱中症の症状です。重症例では経口摂取が十分にできなくなるので、病院を受診し、点滴が必要となる場合があります。

（2）紫外線・日焼け

赤道に近く紫外線が強いため、日焼けに十分注意をして下さい。日焼けは、火傷の一種です。甘く見てはいけません。十数分直射日光を浴ただけで、水ぶくれ（2度熱傷）ができることもあります。屋外に出かける時には日焼け止めを塗り、日傘の利用や長袖・長ズボンやサングラスを着用し、直射日光を避けましょう。ビーチでも、耐水性の日焼け止め

やラッシュガードの着用をお勧めします。

(3) 蚊・ダニ・ハエなどの予防対策

マラリア、デング熱、黄熱、チクングニア熱、フィラリア症、リフトバレー熱など、当地では蚊が媒介する熱帯感染症はたくさんあります。蚊だけでなく、ダニやサシチョウバエ、ツェツェバエなどの吸血昆虫媒介感染症の予防を徹底しましょう。

蚊に刺されないように、外出時はディート30%またはイカリジン15%含有の虫よけ剤（蚊忌避剤）を使いましょう。忌避剤等は薬局で購入できますが肌に合わないことも多く、日本からこれらの忌避剤（濃度が低いものは避ける）や殺虫剤（トランスフルトリンやメトフルトリンなどのピレスロイド系を使用した長時間型ワンプッシュタイプや電池で駆動するタイプ、置くだけのタイプ、ブロフラニリド含有のものなど）を持ちこむことも一案です。

白など色の薄い色の服装（長袖、長ズボン）のできる限り肌を隠しましょう。就寝時は蚊帳の使用も有効です。

長期滞在の場合、蚊の発生場所をなくために、住居の周りを定期的にチェックしてください。蚊の幼虫（ボウフラ）が発生しそうな水たまりを除去・清掃。除去できない観賞用植物等の水たまりについては、メダカなどを入れることも一案です。

都市部でも草木の多い庭やレストランなどで猫などの動物が多いところでは、ダニ、ノミ咬傷となりやすいので、とくに夕方から夜、朝方は、足は肌を出さないよう長ズボンに靴をお勧めします。ダニなどで感染するボレリア症、重症熱性血小板減少症候群、クリミア・コンゴ出血熱など重症感染症も発生しており、注意してください。

【皮膚ハエウジ症】

mango fly, tumbu flyなどと呼ばれるCordylobia anthropophagaというハエによって、主に犬・猫・家畜・野生動物の皮膚にウジが入り込んでしまうもので、人にも同じように蠅蛆症を起こします。洗濯物などに産卵し、生まれたウジが皮膚内に入って成長するため、切開してウジを摘出しなければなりません。当地では、洗濯物は必ずアイロンを掛けて処理するか、安全な室内干しにして十分に注意してください。

(4) 動物咬傷と狂犬病

野生動物と接触する場合は動物咬傷への対策も必要となります。狂犬病の発症は数十年間ないものの、発病すると狂犬病と同様に致死的なリッサウイルス（狂犬病ウイルスもこのウイルスの一種）は確認されており、コウモリも含め注意が必要です。

また、当国の医師の一部は、犬咬傷でも創の洗浄と処置のみで暴露後ワクチン接種を勧めないことがあります。これは狂犬病発生症例がないことやワクチン在庫の問題があるようですが、すべての犬が狂犬病ワクチン接種済ではありません。動物咬傷ケースでは、WHOやCDCの基準に則った治療と暴露後ワクチン接種の必要性がないか充分確認するようにしてください。

(5) 交通事故

交通ルールは比較的守られていますが、周辺のアフリカ諸国からの移民等による交通ルールの無知・無視、飛び出しなどはよくあり、速度の出る道が多くないため高エネルギー事故が少ないですが、日本に比べると交通事故死亡率は6.1倍と多く注意が必要です。主要都市から離れると救急外傷への対応は困難です。

なお、カーボベルデでの多発外傷は、交通事故より墜落外傷が多いです。

(6) ダイビング・サーフィン

観光客の多いサル島を中心に、ボアビスタ島やサント・アンタン島、サンビンセンテ島などでもダイビングサービスが増えています。ときに潮の流れが速く、離岸流が強いところがあるので、ガイドやインストラクターのブリーフを守り、無理のないよう心がけ、漂流事故、減圧症等に注意してください。

また、サーフィンに適する海岸は非常に多く、サーフィンに伴う外傷・溺水・海洋生物咬傷刺傷などの事故も発生しています。これらの地域は設備の整った医療機関から遠く離れた場所が多く、迅速な医療的対応がとれることがあります。

【減圧障害】減圧障害（減圧症（潜水病）、動脈ガス塞栓症）には注意が必要です。ダイビング中に急浮上や減圧停止を行うような潜水を行った後、浮上の数時間以内に手足の関節部の痛み、筋肉痛（1型減圧症ベンズ型）、皮膚のしびれ、かゆみ、痛み（1型減圧症皮膚型）、息が詰まる、体が動かなくなる（2型減圧症）等の症状を引き起こすことがあります。重症では、痙攣や手指の麻痺、下半身麻痺、めまい、吐き気などを起こし、重い後遺症を残したり、死亡することもあります。治療には、再圧チャンバーを使用した高圧酸素療法が唯一の治療となり、全身管理が必要となります。当国には2種の高圧酸素治療施設はなく、第1種再圧チャンバーがプライア国立病院にあるだけです。ダイビング等に際しては安全に十分に注意してください。

(7) 現地の人と生活すること

現地の人と衣食住を同じにすることは、先方に迷惑がかかれば、文化や生活習慣を知り相互理解を深める目的として、素晴らしいことです。しかし、育った環境も違えば、肉体的にも宗教的にも違うなかで、とくに公衆衛生や医療分野においては我々日本人には考えの及ばない部分、容認できない部分があります。例えば、免疫力の差や環境への適性、モラルの違い、病気や医療に対する考え方の違いなど。情報をしっかり頭に入れ自分の限界とリスクを見極め、日本とは異なる当地の医療や交通、犯罪事情を理解し、個々に自信や体力の差はあっても無理をせず、十分な安全域を取って旅行・居住してください。

4 予防接種

(1) 赴任者に必要な予防接種

滞在する島や活動により異なります。基本的には、A型肝炎、腸チフス等ですが、野生動物に接触する可能性がある場合などは、狂犬病や破傷風のワクチン接種をお勧めします。

- * 小児は上記に加えて日本で実施されている定期及び任意の予防接種。
- * 当地は黄熱流行国ではありませんが、年齢が1歳以上で黄熱流行国からの入国に際しては、黄熱予防接種証明書（イエローカード）の提示を求められます。証明書は接種10日後から有効となります。

(2) 現地の小児定期予防接種の一覧

カーボベルデの小児の定期予防接種					
ワクチンの種類	初回	2回目	3回目	4回目	5回目
BCG	出生時				
B型肝炎	出生時				
ポリオ（経口生）	出生時	2か月	4か月	6か月	18か月
5種混合（注1）	2か月	4か月	6か月	18か月	
MMR（注2）	9か月	15か月			
黄熱	12か月				

注1：ジフテリア、破傷風、百日咳（全細胞型）、インフルエンザ桿菌b型、B型肝炎

注2：麻疹、流行性耳下腺炎、風疹

(3) 小児が現地校に入学・入園する際に必要な予防接種・接種証明

入学時に現地予防接種プログラムに則した予防接種証明書の提出が必要です。

5 病気になった場合（医療機関等）

◎プライア(サンティアゴ島)

(1) Hospital Dr Agostinho Neto (オシユピタル ドクトール アグシュティエーノ ネット)

所在地：rua Borjona de Freitas, Plateau, Praia, Santiago [位置情報URL\(Google Map\)](#)

電話：261-2142、333-7616(X線)、333-7614/7662(専門医受診)

E-mail: geral.han@han.gov.cv

Web: <http://www.han.gov.cv/>

診療時間：月～金曜日 8:00～15:00（救急の場合のみ時間外診療可）

概要：国立病院。カーボベルデ最大。一般内科（総合診療）、循環器、内分泌、呼吸器、脳内科、腎臓、感染症、血液腫瘍、精神科、小児科、新生児、小児外科、一般外科、麻酔、整形外科、産婦人科、脳外科、泌尿器、耳鼻、口腔、眼、皮膚、肛門、血管外科（心臓外科なし）、放射線、病理、精神科。救急は独立し、成人、小児、産科の3部門に分かれ、外科、麻酔科、整形外科を含め24時間対応。医師196（カーボベルデ、キューバ12、中国10等）。CT、超音波、高圧酸素治療装置（第一種）4、透析15床（4回/日）、ICU 6、手術室5、心カテ室。診療科別に建物が離れていることが多く、老朽化が目立つ。診察料は診療科ごとに基本料金約2,000CVE（約18€）に、必要な検査費や治療費が加算。海外旅行傷害保険の対応可能、クレジットカード使用可能。言語はクレオール、ポルトガルであれば問題ない。一部の医師、スタッフは英語、仏語、医師出身国のスペイン語、中国語も対応可能。ヘリ移送可能。

(2) CardioMed (カルヂオメド)

所在地：Rua Hospital Agostinho Neto, Plateu, Praia, Santiago ((1)の向側)

[位置情報URL\(Google Map\)](#)

電話：262-7600、918-8884、999 9030

E-mail: cardiomed.clinica@cvtelecom.cv

Web: <http://cardiomed.cv>

診療時間：月～土曜日 8:00～19:00

概要：2005年開設の私立病院。内科、循環器、外科、小児科、産婦人科、心理カウンセリングなど。約20床。他の専門医や麻酔が必要な処置や手術の場合(1)から医師が応援。外来患者は多く、診察を希望する場合は電話にて予約が必要。日帰り用手術室。産科は、妊婦健診、産後健診及び小児健診のみ、実際の分娩は(1)で行う。X線、超音波、心電図、一般血液検査、内視鏡、CT (SiemensSomatom Emotion 16)。MRIはない。基本的にポルトガル語。キューバ人医師とはスペイン語可能。英語での医学的意思疎通は難しい。海外旅行傷害保険等の対応可。クレジットカード使用可。

(3) 歯科医院 (Dr. Ernesto Barbosa)

所在地：Largo da Europa, Praia, Santiago

電話：262-3500、993-8810

Email: clinicadrernesto@gmail.com

Web: <https://clinicaernestobarbosa.cv/>

診療時間：月～金曜日 8:30～12:30、13:30-17:30

概要：デジタル設備の整った歯科医院。う歯治療、小児歯科、歯列矯正。歯科医師及び一部の従業員に英語可。クレジットカード使用可。

○ミンデロ(サン・ヴィンセンテ島)

(1) Hospital Batista de Sousa (オシュピタル バティスタ ソーサ)

所在地：Largo Tarrafal, Mindelo, S. Vicente, Cabo Verde

電話：231-1879

診療時間：月～金曜日 8:00～15:00 (救急の場合のみ時間外診療可)

概要：北部の3島を管轄する総合公立病院です。基本的に全診療科目に対応しており、救急部門が存在、救急車はない。CTは隣接する私立検査施設 (Clinicas Monte Cara) で対応。

(2) Urgimed (アーヒメド)

所在地：Rua Senegal, Mindelo, S. Vicente, Cabo Verde [位置情報URL\(Google Map\)](#)

電話：230-0170、954-9771、

E-mail: info@urgimed.cv, <https://urgimed.cv/>

診療時間：月～金曜日 8:00～22:00

土曜日 9:00～12:30、15:00～22:00

日曜日 9:00～12:30、15:00～20:00

概要：カーボベルデ資本で2003年設立の無床私立診療所。常勤の医師は少ないものの、上記の公立病院などから専門医を迎え多くの診療科目に対応。診療時間は長いですが、深夜対応は無く、小手術のみ。X線、超音波、一般血液検査。基本的にポルトガル語、医師が英語や仏語可能な場合あり。救急搬送車両あり。海外旅行傷害保険等の対応可。クレジットカード使用可。

○サンタマリア（サル島）

(1) Clinitur（クリニチュル）

所在地：Avenida dos Hoteis, Santa Maria, ヒルトンホテルの右手向かい側

電話：242-9090、592-3826

Web: <http://www.clinitur.com/>

診療時間：月-金：08:00～22:00、土日：08:00～15:00、救急：24時間対応。

概要：島内で最も設備の整った私立医院。一般内科、循環器、小児科、外科、耳鼻科、整形外科、眼科、歯科など。登録医師数20。CTを含む撮影、一般検査が可能。個室病室。救急搬送手段を持ち、24時間救急処置および小外科疾患の対応が可能。医師は英語での会話可能。事前支払いは不要、クレジットカード使用可。旅行者保険等への対応可。

6 その他の詳細情報入手先

(1) カーボベルデ保健・社会安全省：

<http://www.minsaude.gov.cv/>

(2) 米国疾病管理センター(CDC)：

<http://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/cape-verde.htm>

(3) 在カーボベルデ米国大使館 医師・病院リスト：

<https://cv.usembassy.gov/u-s-citizen-services/doctors/>

7 現地語一口メモ（もしものときの医療ポルトガル語）

「世界の医療事情」冒頭ページの一口メモ（もしものときの医療ポルトガル語）を御覧ください。