

ご担当者様
事務局長 酒井様

2016年10月23日

6日木曜日より、スロベニア・クロアチア旅行に出かけ、17日月曜日の朝に、予定通り日本へ帰ってまいりました。特に問題もなく（苦労はありましたが）、無事に帰ってくることができました。改めて、ありがとうございました。

これらの地域では、あまり情報がないということで、役に立つかはわかりませんが、少々長くなりますが、以下に書いておきます。

今回訪れた国は、いずれも旧ユーゴスラビアの国々で、初めて行く地域である。スロベニア、クロアチア、ボスニア・ヘルツェゴヴィナ、それにモンテネグロである。その中で、透析は、スロベニア：リュブリャナ クロアチア：ザグレブ、スプリット、ドゥブロヴニクの4か所で透析を受けた。

私は、日本国内でもほかの病院で透析を受けたことがないのに、いきなり海外で、それも自分で手配しようと、多少無謀だったかもしれない選択をした。

現地では、ずっとレンタカーを借りて走り回り、病院もすべて自分で運転して行き、自分で運転して帰った。なお、今回は、GoogleMapのナビ機能を全面的に使って、総行程1,690kmを走破した。10年ほど前まで、欧州駐在をしており、運転はどうにかなるだろうと考えていた。欧州のGoogleMapは、スマホにダウンロードができるので、1か月はオフラインでも使える。残念ながら日本の地図にはない機能のようだ。一応、WiFiルーターも借りてはいたが。しかしながら、共通して苦労したのが、透析場所にたどり着くこと。たどり着くといっても、日本から、英語でコンタクトできるようなところばかりなので、病院自体は大きいのですぐわかる。どこも、念のために、前日かその日の朝に事前に行ってみて、どれくらいでたどりつくか、どのあたりかは確認しておいた。だが、大きすぎて、そのどこへ行ってよいのかわからない。これはGoogleMapではどうにもならない。

現地語である、スロベニア語やクロアチア語なんかさっぱりわからない。英語の看板なんかありません。おまけに、現地の時間をなるべく有効に使いたかったので、選べる場合は、なるべく朝早く7時か、夕方19時からの透析を希望したので、聞くにも、人がいない。まずどの建物がメインの建物で、どこがメインエントランスなのか、そこからわからない。敷地の地図らしきものもない。やっと、Hemodialysis（血液透析）に近い文字を発見し、こっちだとその矢印のほうへ行っても、その案内は最後まで続いておらず、まったくたどり着けない。病院の案内看板は、どこも不完全で、当てにはできないと学んだ。

幸い、"dialysis"（透析）という言葉は、英語に近く、声をかけてくれた患者らしき人、見つけた職員らしき人、食事の配膳のおばちゃん、看護師さん等々、とにかく声をかけて

聞いて、中には不完全な情報もあったが、結果最後には無事たどり着けた。

残念ながら、この時声をかけた、声をかけられた人で英語をまともに話せる人は、ほとんどいなかった。でも、複雑なことはわからなくても、喋っていることは行き方だとわかっているの、なんとなくわかる。正確にわからなくても、適当にいけば、また聞けばよい。要はコミュニケーションはしようとすれば、完全ではないにせよなんとか意思は通じるとのこと。まあ、苦勞するだろうことは最初から分かっていたので、いつも多少早めに出かけていたので、遅れることもなく、たどり着けた。

透析そのものは、どこも大差ない。透析装置は、どこもドイツ製（欧州ではベストだと言っていた）のもので、最新（そう言っていた）の 5008S だったり、その前の 4008 だったと思います。針は、どこの病院も、すべて金属針の翼状針でした。だからと言って、曲げ伸ばしする部分にさすわけではないので、特に4時間くらいの透析では、痛みもなく、問題はなかった。それと、途中、どこも食事が出た。リュブリャナだけはサンドウィッチであったが、まともに温かい食事が出てきた。驚いたのは、どこもヨーグルトは共通でついてきた。あとは、どこも止血は、自分の指での止血が基本であった。これは普段透析している日本の病院でも、私はしているが、病院によっては単に止血バンドだったりするので、意外であった。ただ、止血バンドのようなものは、現地にはないようではあった。

基本的に医師も看護師さんも親切で、頻繁に声をかけてくれた。

まずリュブリャナであるが、(univerzitetni klinični center ljubljana) 大学病院を紹介いただいた。19時からの透析だが、事務は14時までで、それまでに支払いをしてくれと言われていた。現地の郵便局や銀行からの振り込みでもよいといわれていたが、クレジットカードで払えるということで、下見も兼ねて、病院へ午前中に行き払った。まずこの払う場所が、透析の場所と違うと聞いていたが苦勞した。最終的には、一度メインエントランスの受付へ行き、何とかたどりついて支払った。404Euro。

その後ブレット湖やリュブリャナの街を観光し、18:30 くらいに、再び病院に再訪し、今度はまっすぐメインエントランスのインフォメーションで、今度は透析の場所を聞き、教えてもらった通りに行ったら、たどり着けた。ただ扉の開け方がわからず苦勞した。

結局、別の扉のほうから入るんだと、ほかの患者らしき人が入るのを見て、真似て何とか入った。そこで、やっと私のことを知っている人に巡り合うことができた。まず医師のところへ通されいくつか質問されて、透析室へ連れていかれた。透析室は幾つかに分かれているようで、1部屋には透析のベッドが8床くらいあったが、そんな部屋がいくつかあった。透析はふかふかの柔らかいベッドであった。電動タイプで自分で背もたれの調節もできる。個人用のテレビなどはない。また、ここだけはベッド自体で体重が測れるようになっていた。着替えることもできたようであるが、海外はそのままのことがほとんどだと聞いていたので、用意していなかった。

普段と服装が違い重いので、0.5kg 測った体重から引いて、除水量を決定した。

海外での食事の量が多いのは十分知っており、食べないように努力はするのだが、

つつい食べ過ぎてしまっていた感覚があったので、思いのほか除水量が少なく驚いた。食事は、ハムチーズサンドウィッチ（手作り）に、ジャム入りクロワッサン（既製品）、およびヨーグルトが出た。飲みも物はない。個人用テレビはない。

透析自体は問題なく終わり（時差でほとんど寝ていた）、無事に終わり、帰ろうとしたが、時間が夜中の 0 時なので、裏の扉が閉まっている。車は裏に止めたので、表から、かなり大回りして帰った。なお、街中なので、24 時間出庫可能なのを確認し、有料の駐車場に止めた。ここは、1 点だけ困ったことがあった。

保険会社に出す、書類である。日本にいる間に、事前に pdf ファイルを送り、記入してほしいことを説明し、OK をもらっており、着いたときにも確認していたが、透析が終わった時に渡されたのは、日本の医師への手紙だけであった。思わずこれだけ？と聞き返し、慌てて、これらの書類をお願いしていたはずだが、と書類を見せながら訴えるが、すでに医師も看護師も交代しており、初めに話した人がいない。

しかし残っていた医師は、書類の内容を確認し、今すぐはできないが、日本へ送ってくれることを約束してくれたので、不安は残るがその日はそれで帰った。実は日本へ帰ってからコンタクトして、フォローしている（送ってくれたと言っているのを待っている）。

次は、ザグレブである。

Poliklinika za internu medicinu i dijализu (BBraun Avitum Dialysis Centre Zagreb)

ここだけは、透析を専門にやっている、透析センターのようなところであった。

ここは、紹介してもらったところからの返事が全くないので、自分でネットで探してコンタクトした、別のところである。ただ、病院自体にたどり着くのに唯一苦労したところである。病院が、セキュリティエリア内にあり、月曜朝 7 時からの透析だったので、前日日曜日に下見に行ったが、日曜はクローズされたエリアで入れない。そもそも、そのエリアにあるということにしばらく気づけなかった。欧米の住所は、通り名と番地という単純なものなので、たいていどどり着けるのであるが、その通りのその番地に、病院らしき建物はなく、その通りを最後は歩いて探してうろうろ。やっと、それらしき看板だけを発見し、そちらを見ると、閉まったゲートがあり、警備員らしき人も。

話しかけて聞こうとするが、英語が通じない。看板を指さして、ここに行きたい旨を伝え、やっと通じるが、今日は日曜で閉まっているので明日来いと言っているようである。とにかく中にはあるようなので、不安は残るがその日はホテルへまずチェックインした。住所の番地が、2/11 となっており、どういう意味か分からなかったが、やっとわかった。2 番地は、そのエリアにあるすべてを指していて、その中の 11 番の建物みたいであった。それは、翌朝、そのエリアに入って（もちろん警備員に入れてもらった）、中の敷地の案内図を見て初めて理解できた。とにかくそれでたどり着くことができた。

透析センター自体は、最新式の設備がそろっているようである。1 階と 2 階にわかれ、1 フロアに結構たくさん並んでいた。20 台くらいはあったのではないかと思う。椅子タイ

プであるが、電動でベッド状態にもリクライニングするタイプで、快適である。個人用テレビはなかった。食事も、最初に温かいお茶を出してくれて、その後食事は、ジュース（選択可）、サラダ、それに、唐揚げライスとあってよいような料理。なお、サンドウィッチも選べる。ライスは、欧米では野菜扱いされることが多いがそんな量ではない。さらにパンもついていたのには驚いた。しかし味は日本人にも十分おいしいもので、たくさん食べてしまった。ここは10年前から、日本人を時々受け入れていると聞いていたので、そこは安心していましたが、保険用の書類も何の問題もなくしあげて渡してくれた。

費用は、1,440HRK（クロアチアンクーナ）。

8.5HRKが1Euroなので、169Euroほどで安い。首都であるが、今回の旅行で一番安かった。ただし現金のみで、事前に、ちょうどの金額を持ってきてくれと言われていた。次は、スプリットである。

ここは、紹介いただいたが、電話番号しかわからず、メールできない。さすがに、電話では駄目だろうと思い、自分でネットでメールアドレスを探し、何とかコンタクトして、手配できたところである。Hospital Krizine。大きな病院である。

病院の場所は、直線距離は大したことないが、ホテルからは大きく回って行かないといけない。行きは30分くらいかかっただろうか。間に世界遺産となっている古い地域があり、車で通り抜ける道路がないのである。

メインエントランスのインフォメーションに行けば良いだろうとたかをくくっていたが、とにかく建物がいくつかに分かれ、どれがメインビルかがわからない。敷地内説明図らしきものも見当たらない（見てもわかるかわからないが）。夜の7時近いので、人のいそうなところに絞って適当に、1つ1つ入口目指して進み、そこにいる人に聞いて、どんどん進み、最終的には救急窓口にたどり着き、そこで聞いて、やっとわかった。

たしかに、どこの大きな病院も、救急窓口だけはすぐわかったもので、正攻法ではないが、困ったらそこへ行けば良いのかと悟った。

最初しばらく待たされたが、メールでコンタクトしていた女性が現れ、支払い場所に連れていかれた。領収書の作成に時間がかかっていたようである。

1904.10HRK（クロアチアンクーナ）。約224Euro。クレジットカードで支払った。

ここはとにかく親切であった。領収書をもらったが、これには細かく、何がいくらという詳細がついている。しかし、クロアチア語である。私はそれを日本語に訳さなければならない。そこで、英語版を作れとは言わないが、教えてくれと言ったら、その医師と看護師たちで、一生懸命その場でいろいろ調べながら、英語にしてくれ、最後はその文字をタイプして渡してくれた。

慣れないお願いに親身に対応してくれて本当にうれしかった。透析は、ベッドであったが、手動リクライニングで、自分では調節できないので、お願いしてやってもらう。

ここもリュブリャナと一緒に、普通の大きな病院の一部なので、透析の部屋がいくつか

あり、1部屋に5床くらいのベッドがある。そんな部屋がいくつあるだろうか。

1部屋は広くはないので、最初に医師が、ほかの患者に紹介してくれた。

装置は最新の5008Sでベストだと自慢していた。確かに新しい機械であるのは間違いはない。19時からなので、途中食事が出た。シチューのような料理にマッシュポテト、それにヨーグルトである。十分においしいが、ここでも量が多い。

透析自体は、ここも問題なく終わり、前述の通り、書類も問題なくもらった。

最後は、旅のハイライトでもある、ドゥブロヴニクである。

County hospital Dubrovnik.

ドゥブロヴニクの病院としては唯一らしい。観光地で、道が狭く、一方通行が多く、交通量が多い。距離の割には時間がかかって病院到着。大きなところで、ナビで行ったら救急のほうのエリアに案内されたようで、実際はそのもっと奥の別の建物であった。ここは病院内の駐車場が有料である。駐車チケットを発券するマシンへ行くと、コインだけとある。しかしコインがないので、隣に事務所があったのでそこでコインに替えてもらい、発券された駐車チケットを、ダッシュボードに車においてきた。

受付で、要件を言うところまで待てと言われたが、30分経っても誰も来ない。もう一度言いに行ったら、さらに5分待てという。やっと二人の女性が来てくれたが、どうやら保険会社に出す書類を一生懸命作ってくれていたようである。そんなの後でよいのと思いつつも来てくれたことに感謝し、挨拶をした。まず支払いである。

4,400HRK (クロアチアアンカーナ)。517Euroほど。

国一番の観光地だからか首都であるザグレブよりも2倍以上高い。それから、透析室へ連れて行ってきて、医師や看護師に紹介してくれた。ここもベッド。ただし手動。装置は少々古いタイプのようなものである。個人用テレビはない。高いのは設備よりも、場所代や人件費なのであろう。ここだけは時間指定ができず、指定された。それも14時から。でも、帰りのフライトが取れず、1日帰りが伸びたので、現地を見る時間は十分あり問題はない。14時からなので食事は出ないだろうと考えていたが、しっかり出た。骨付きの鶏モモ肉に、野菜の煮たもの。それにふかしたジャガイモとヨーグルトである。さらに、どんぶりのような容器いっぱい野菜スープ。こんなに飲んで良いの？という量である。鶏肉は、ナイフフォークがついてきて、それで食べろというようである。しかし、看護師さんが親切にも切ってくれた。実は、食事は出ないだろうと、夜は、すでにレストランを予約済みだったので、少し口をつけただけで、かなり残す羽目になってしまった。申し訳ない。事前に確認すればよかった。保険用書類も、最初に見せられていたので問題ない。

こんな感じで、何とか透析も問題なく終え、事故もなく、現地11日間の旅を終え、無事に帰ってこれた。透析時間を、朝早くとか、夕方からとかにするのであれば、事前に正確にどこに行くべきなのかを、敷地内の地図等を入手し、さらに、現地語で、なんというところへ行けば良いのか、看板にあるだろう言葉を確認しておくとかをすべきと学ん

だ。たぶんメールで教えてくれたはずである。

それと、理想を言えば、病院手配は、2か月前では遅いと感じた。今回も、透析の時間をもっと早く確定できていれば、旅程をもう少し効率よく調整できた部分がある。2か月前からの手配では、どうしてもフライトやホテルが先になるので、透析日の前後泊は同一都市で、という縛りが出てくるからである。

今回、最初のリュブリャナでの透析時に、今回が初めての普段と異なる病院での透析であり、それもいきなり自分で手配した外国での透析であることを話したら、心配か？と聞かれた。しかし、実はそんな状況でも、私自身は全く心配も不安もなかった。

自分でコンタクトしているからであろうが、状況はよくわかっていたし、相手の反応もわかるので、問題なく透析できそうだということには確信があった。それに何よりも、不安は何の役にも立たない。看護師に不安かと聞かれた時も、そう答えて二人で笑った。最近、映画でもそんなセリフがあったのを思い出した。

この地域で、透析を、自分で手配からできたのであるから、後進国や田舎でもない限り、たいていのところは大丈夫だと自信が持てた。今後もまたどこかへ出かけることを考えたいと思うようになった。