

英国での医療に関するQ&A 2025年7月版

今回は日頃の診療の中で、新たにイギリス生活を始められた皆様から頂く事多いご質問の中から、皆様の健康で安全な英国生活のために重要と思われる情報を8項目選び、Q&Aのかたちでご紹介致します。

以前の英国ヘルスケア通信においてご紹介させて頂いた内容と重複する部分もありますが、皆様には是非お伝えすべき「サバイバル術」として大変重要な内容と位置付けておりますので、再度ご確認ください。

1. 英国に引っ越したばかりです。急な病気やケガの時はどこに相談すればよいのでしょうか？

病気やケガの程度によって判断して頂ければと存じます。

イギリスの救急システムでは病気やケガの程度によって対応を急ぐ度合いを4段階に分けています。

カテゴリー1: 生命危機に関わる(例 心肺停止)ため、即時の救命救急治療を要する状態。

カテゴリー2: カテゴリー1に至る可能性がある緊急度の高い状態で大きな病院でのケアが不可欠な傷病(例 脳卒中、心臓発作など)。

カテゴリー3: カテゴリー2に至る可能性があるものの、Category 2ほどの緊急性はなく、その程度により病院もしくはクリニックでのケアが検討される傷病(例 呼吸不全のない肺炎など)。

カテゴリー4: 救急受診を必要としない傷病。

具体的に、どこに相談するかを次に示します。

カテゴリー1: 会話ができない、息をしていない、全く動かない、意識がない、刺激に反応しないなど、即座に命に関わるのではないかと疑う時には、**999**に電話します。999の実際はこちらのサイトで確認しておくとい良いでしょう。

“ What Happens When You Call 999 - BSL - North East Ambulance Service: <https://youtu.be/hjvnBYmNMOU>”



ケガにより痛みが強く動けない、明らかに出血が多い場合やケガの部位に変形を認める場合なども**999**に連絡して下さい。患者さんが動ける場合はAccident and Emergency(A&E)に直接向かうように指示される場合もあります。カテゴリー1はNational Health Service(NHS)のみにより対応されます。

カテゴリー2: カテゴリー1と同様に**999**に連絡し指示を受けます。意識がはっきりしない、話し方がいつもと異なる、手足や顔の麻痺を認める、強く持続する胸の痛みがあるなど、脳卒中や心臓発作などの場合は、専門の治療施設へ緊急入院となります。地域により専門施設が設置されているため、**999**に連絡し救急搬送による支援を受けることが望まれます。カテゴリー2もNHSでの対応が主体となります。

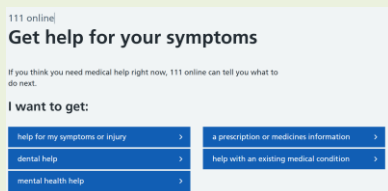
カテゴリー3: カテゴリー2ほどの重症感は見られないものの日常生活に大きく支障を来している症状、つまり、高熱が続く、体のどこかに強い痛みを持続的に自覚している、持続的な咳により眠れない夜が続くなどです。A&EやUrgent care centreを受診することは可能ですが、救急担当のケアを受けるまでに長時間を要する可能性がありますので、まずは**NHS 111 Online**によりご確認ください(<https://111.nhs.uk/>)

または、現地プライベート病院の**Urgent care centre** (救急外来)、NHS GP (General practitioner)もしくはプライベートクリニック(日系クリニックを含む)へ問い合わせることも可能です。



カテゴリー4: 至急の対応は必要ない感冒症状、健康診断などの定期検査などがこれにあたります。NHS GP、プライベート医療機関（病院及びクリニック）もしくはNHS111 Onlineなどへご相談頂くことをお勧めします。

最終的な受診先は病状によって異なる場合もありますので、予めご了承下さい。



2. NHS GP (General practitioner) は登録した方が良いでしょうか？

答えは「Yes」です。イギリスの邦人コミュニティには日系クリニックというユニークで便利な医療機関がありますので、NHS GP登録の必要性を感じにくいという印象をお持ちの方も多いようです。前述の1に挙げている救急車要請、救急外来受診やプライベート医療機関の利用に際して、NHS GPへの登録は必須ではありませんが、NHS GPを起点としたサービスをご利用になる際には、NHSへの正式な登録が不可欠です。

日常的にはNHSを利用する機会は少ない、つまり、持病や急病の診療には日系クリニックを利用すればよいという環境であるとしても、万が一、体調不良などのためにNHS救急外来やGPを受診するような場合に備える、更には、対象は限定されますが、ワクチン接種（インフルエンザやコロナを含む）など、イギリス全体としての健康管理への取り組みに取り残されないために、登録されることをお勧め致します。登録に際し、以下のサイトをご参照下さい。



通常のGP登録方法；

<https://www.nhs.uk/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-surgery/>

オンライン専門のNHS GP登録；

<https://www.gp athand.nhs.uk/>



但し、ご自身の情報がどのように管理されているか（プライバシーポリシー）、オンラインツールはどのように利用するのかなど、登録の際には、年齢制限などの条件等を十分に確認なさることをお勧めします。

3. イギリスでも日本と同じように専門外来へ直接受診できますか？

公的医療（NHS）においては、救急医療を除き、イギリスのNHSでは登録したGPを通して専門医療機関へ受診することが一般的です。民間医療機関（プライベートヘルスケア）では、多くのイギリス国外からの医療を必要とする利用者のため、比較的フレキシブルな対応が可能な場合もあります。

もし日本の担当医から英文の紹介状を発行されている場合は、民間医療機関であれば、ご自身で専門医を検索し予約することも不可能ではありません。しかし、ご自身で妥当な医療機関や専門医を検索するには、それなりの時間と労力を要します。従って、日本からの英語の紹介状をお持ちであっても、そうでなくても、まずはNHS GP、現地プライベートGPもしくは日系クリニックなどへご相談になり、専門外来への受診の道筋について案内を受けられるのが得策と考えられます。

4. 日本で持病のために処方されていたお薬はイギリスでも入手可能でしょうか？

こちらは個々の対応となり、実際に薬の内容を調べる必要があります。大半の事例では同じ成分のものが入手可能ですが、製剤の規格が異なることは多く見受けられます。また、全く同様の成分の薬剤は販売されていないものの、同系統の代替薬が利用可能である場合もあります。更には、イギリスに同成分のお薬は存在するにも関わらず、NHS GPでは処方することはできないが、プライベート医療機関では処方可能であったり、GPレベルのクリニックでは処方できないが、専門医（コンサルタント）レベルでは処方可能という薬剤もあります。イギリスの医療界全体が基準としているガイダンスやNHS内の規定によりNHSとプライベートでの対応や家庭医と専門医での違いが生じます。

日本から英語の紹介状を持参されている場合は NHS GPにおいて相談されることは可能かと推察しますが、英文紹介状をお持ちでなく、日本語の資料のみ（例 お薬手帳）などで、服用薬に関して説明をなさる場合は、日系クリニックを含むプライベート医療機関へ相談なさるのが得策かと考えられます。

実際の受診の前に、メールでの問い合わせ、予約電話でのご相談をなさる方もおられるかもしれませんが、薬の内容等を含む臨床的な情報が含まれる場合は、医師やその他専門職の対応が必要となるため、出来る限り、最初から実際の診療により相談されることをお勧め致します。



5. 日本では毎年インフルエンザワクチンを接種していましたが、イギリスでも接種可能ですか？

イギリスでも日本と同様に接種可能です。例年10月頃より全国的に接種が開始されます。65歳以上など公費対象となる方には、登録されているGPから通知が送られます。NHSにより費用の自己負担なしで実施される対象者は下記のリストに規定されていますが、この対象にならない方は、プライベートクリニックや薬局において有料で接種可能です。詳細に関してはNHSのWebsite (<https://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/flu-influenza-vaccine/>) をご参照頂くか、最寄りの医療機関や薬局へお尋ね下さい。

また2歳から17歳の子供のインフルエンザ予防は、従来、注射の代わりに点鼻スプレーによるワクチン接種が行われています

(<https://www.nhs.uk/vaccinations/child-flu-vaccine/>)。2歳未満のお子さんには点鼻スプレーは認可されていません。生後6カ月から2歳までのお子さんは、点鼻スプレーの代わりに注射を行います。詳細はGPもしくはプライベートクリニックへお問い合わせ下さい。



6. 市中薬局の薬はどの様に使ったらよいですか？

「イギリスの薬は日本のものに比べて強いのですか？」「市中薬局で購入できる薬は、クリニックで処方される薬より弱いのでしょうか？」など、市中薬局の利用に関して様々なご質問を頂きます。同じ薬効成分であれば、イギリスの薬と日本の薬に大きな差異はありません。また同じ成分であれば、医療機関で処方される薬と市中薬局で購入できる薬の効果に差異はありません。実際にどのような症状の際にどのような市販薬を利用できるかは添付のリスト（付録2）を参照されると宜しいでしょう。但し、添付のリストに挙げている内容は変わることもありますので、あくまでも目安としてご利用下さい。お薬の購入及びご利用の際には、市中薬局の薬剤師にご相談頂き、薬に添付されている情報を確実に確認されることを強くお勧め致します。

7. 現地の病院へ紹介されたり、救急外来を受診する際に、英語で会話しなければならないことが不安です。英語での医療用語を理解できるのでしょうか？

日本国外へ移住され、最も不安を抱かれる事は、「言葉の壁」かと推察致します。義務教育で勉強された英語であれば何とか使えるという方は多いかと思われますが、私達日本人は読み書きと会話では自信の度合いが異なり、医療用語となると更に馴染みが薄いというのが一般的です。これは英語が流暢な方でも同様かもしれません。しかし、日本語でも医療用語は馴染みにくく、特に医師が用いる言葉は難解だと思われるのも事実です。NHS GPやNHSの病院で受診される場合は、事前に依頼すれば無料で通訳をつけてもらうことができます。NHSの電話診療やオンライン診療の場合も通訳に電話等で参加してもらうことができます。また依頼しなくても医師が必要と判断した場合は通訳がつきます。これは人種や国籍に関らず全ての患者が公平に、そして正確に医師と意思疎通できることが必須であるとのNHSの方針があるからです。また英語の堪能な家族や友人に通訳をしてもらうことも可能ですが、NHSでは訓練を受けたNHS選定の通訳を利用することを勧めています。

専門医診療や検査などのための現地医療機関利用に際し、病院登録、受診での会話など様々な場面で英会話は欠かせません

一般的に皆さんがどのように言葉の壁を乗り越えられておられるかは以下の通りです。

①**全く英会話に自信がない方**；英語通訳を依頼されることが大多数です。通訳担当の方を保険会社を通じて依頼する、独自に手配する、受診先の医療機関において依頼するなどが可能です。NHS以外で通訳を依頼される場合は、費用、責任補償などに関して、それぞれで規定が異なると思われるので、依頼される前に予めご確認ください。

②**機会に応じて英会話が可能な方**；事前であっても、診療の途中であっても、通訳を依頼される選択肢は残しておくのが好ましいでしょう。診療の途中で通訳が必要となる可能性がある場合は、事前に受診先へその旨を伝えておくことをお勧めします。電話等を通じて通訳してもらうシステムを利用している医療機関もあります。また、英語が流暢なご家族や知り合いの方等に同伴してもらうことも選択肢であると考えられます。

③**日常的に流暢な英語をお使いになる方**；特に日常会話やお仕事に際し英会話で問題なくお話される方は、さほどの支障はないと予想されます。但し、テーマや業界が異なれば、耳慣れない言葉があるのは当然のことです。予め、担当医により作成された紹介先へのお手紙の内容を確認したり、症状や鑑別される可能性のある病気に関して現地で一般的に使われる表現を予習しておく、初対面の専門医の説明に対する理解が想定以上に深くなるのではないかと考えられます。イギリスであればNHSのWebsite (<https://www.nhs.uk/>) となります。診療の後に理解できなかった点などを、再度、紹介先や紹介元の担当医へ相談されるというのも一つのオプションです。

最近では受診予定の専門医が自身のWebsiteに専門分野に関する情報をまとめていることも多く見られますので、これらを参照しておかれることもお勧めです。

ご参考のために付録1に救急医療サービスに際し役立つかもしれない英語表現を挙げさせていただきます。

8. イギリスから国外へ旅行する際の注意事項はありますか？

旅行先に関する健康情報の確認は必須と考えられます。イギリスではこちらのウェブサイトが役に立ちます。 <https://www.fitfortravel.nhs.uk/> では、予防策、ワクチンの選択肢などが紹介されています。英国外へお出かけになる際の旅行保険は検討なさったほうが宜しいでしょう。こちらは、英国内での旅行保険や医療保険とは異なります。英国内で英国外を目的地とする旅行保険を購入される場合は、GP登録は必須になることが多いと思われますので、ご留意下さい (Vol.35, 2024年6月号参照)。市販の旅行保険とは別に、EU圏内での救急受診に備えたGHIC(Global Health Insurance Card) という制度もあります。詳しくは下記のウェブサイトをご参照下さい。

<https://www.nhs.uk/using-the-nhs/healthcare-abroad/apply-for-a-free-uk-global-health-insurance-card-ghic/>

今回は、病気の話から少し離れましたが、新たにイギリス生活を始められた皆様から頂く事の多い質問への回答例の一部を紹介させて頂きました。これらの回答例が皆様の疑問への唯一の回答ではないと共に、様々な要因により回答例は時々刻々と変化していく可能性もありますので、ご了承頂きたく存じます。

皆様のイギリス生活のお役にたてば幸いです。

付録1. イギリスで救急医療サービスを受ける際に役に立つかもしれない英語。

1 Yes. No. Don't know. I don't understand.

2 What is your name? Can you write it in English?

3 Please write your address.

4 How old are you?

5 Can you give us the name and telephone number or address of someone to be contacted?

6 You will be examined soon by a 1 doctor. 2 nurse.

7 Have you had an accident? When? (show on calendar and clock)



8 Did you lose consciousness?

9 When did you become ill? (show on calendar and clock)

10 Have you any pain? Point where. When did it start? (show on calendar and clock)

11 What is your level of pain? 1 (not in pain) 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (chronic pain)

12 The pain, is it constant? Or does it come and go?

13 Have you any bleeding? Point where.

14 Do you have a cough? Do you cough anything up? What colour? white? yellow-green? red? brown?

15 Are you short of breath?

16 Have you vomited? Have you vomited blood?

17 Have you any diarrhoea?

18 Are you constipated?

19 Have you passed black stools?

20 Do your ankles swell?

21 Have you lost weight?

22 Have you difficulty 1seeing? 2hearing? 3swallowing? 4walking?

23 Have you ever had an operation? Point where.

24 When did your last menstrual period begin? (show on calendar) Are you pregnant? How many months pregnant are you? Could you possibly be pregnant? Can we do a pregnancy test?

25 Do you smoke? How many cigarettes a day?

26 Do you have 1 sugar diabetes? 2 epilepsy? 3 asthma?

27 Have you ever had 1 heart problems? 2 angina? 3 high blood pressure? 4 heart attack? 5 stroke? 6 jaundice? 7 hepatitis?

28 Are you allergic to any medicine? Penicillin? Aspirin? Any other medicine?

29 Are you taking any medicine now? Have you some with you? Are you taking any other drugs or natural remedies?

30 How many tablets have you taken?

31 Are you up to date with tetanus immunisation?

32 Have you been to a country outside the UK recently? Which one? When?

33 I am a: 1nurse. 2doctor. 3first aider. 4paramedic. 5social worker.

34 May I examine you? Do you mind being examined by 1a man? 2a woman?

35 Sorry, this might hurt.

36 I need to take your blood pressure.

37 I need to listen to your chest.

38 I need to test your heart.

39 I need to examine you internally.

40 I need to give you an injection.

41 I need to pass this tube.

42 I need to take a sample of your blood.

43 I need to send you for an X-ray.

44 I need to give you some stitches. You need to go to your doctor to get your stitches out on this day (show on calendar and clock).

45 You have a broken/fractured: 1leg. 2ankle. 3arm. 4wrist. 5shoulder.

46 You need to have a cast put on your: 1leg. 2ankle. 3arm. 4wrist.

47 You need to keep this (point) on until this date (show on calendar).

48 Please pass water into this container.

49 Do not eat or drink anything.

50 You may get up now.

51 You need to stay in hospital. Please wait until there is a bed available on the ward.

52 Everything will be all right. Don't worry.

53 Shall I call a taxi for you?

54 Use this if you need help.

55 Please wait. Please come this way. You may go home.

56 Please come back if you have more problems.

57 Let me repeat that back to you... Questions from patients

58 How long will I be waiting? up to 1 hour up to 2 hours up to 3 hours up to 4 hours

59 Will someone call my name?

60 Where is the telephone, I need to ring my family/friend?

61 Please can you call a taxi for me to go home?

62 Am I going to be alright?

参考 : Emergency multilingual2004
phrasebookhttps://webarchive.nationalarchives.gov.uk/ukgwa/20130105192116/http://www.dh.gov.uk/en/Publicationsandstatistics/Publications/PublicationsPolicyAndGuidance/DH_4073230

付録2. - 症状例と市販薬の一覧-
(2025年7月版)

発熱	Ibuprofen (Neurofen), Paracetamol (Calpol)など	   
痛み(腹痛以外)	Ibuprofen (Neurofen)など	
かぜ	Lemsip, Ibuprofen, Paracetamol, Coldzymeなど	  
咳	Benylin cough syrupなど	
のどの痛み	Diffiam spray/oral rinse, Strepsilsなど	 
花粉症・鼻炎	Cetirizine, Clarytin, Piriton, Fexofenadineなど	   
口内炎	Iglu gel, Bonjelaなど	
胸やけ、胃もたれ	Rennie, Gaviscon, Omeprazole, Nexiumなど	  
腹痛	Buscopan, Advanced acidphilusなど	 
下痢	Buscopan, Advanced acidphilus, Optibac, Imodiumなど	 
便秘	Dulcorax, Senokot, Fybogelなど	  
痔	Anusol ointment, Anusol suppositories	 
擦り傷	Savlon antiseptic cream (Chlorhexidine digluconate 0.1%), Dettol antiseptic liquid	 
切り傷	Hydrocolloid dressing, Skin closure	 
うちみ・捻挫	Salonpas, Voltarol gel, Voltarol medicated plaster, Brace (wrist, thumb, ankleなど)	  
腰痛	Lumbar belt	
皮膚かゆみ	Eurax cream, E45 creamなど	 
皮膚乾燥	Diprobase, Doublebase, Centrabenなど	
湿疹	Eurax HC, Eumovateなど	 
口唇ヘルペス	Zovirax creamなど	
おむつかぶれ	Sudocreamなど	 
いぼ	Bazuka, Wartnerなど	  
膀胱炎症状	Cystitis reliefなど	 
皮膚等カンジダ	Canesten creamなど	 
水虫	Lamisil cream, Canesten cream	 
目の乾き・疲れ	ドライアイ用点眼剤、眼精疲労用など	
花粉症(鼻)	Beconase (nasal spray), Otrivine (nasal spray)	 
花粉症(眼)	Allergy eye drops (Sodium Cromoglicatge)	 
耳垢	Otex (ear drop)など	 

注意：添付のリストに挙げている内容は変わることもありますので、あくまでも目安としてご利用下さい。お薬の購入及びご利用の際には、市中薬局の薬剤師にご相談頂き、薬に添付されている情報を確実に確認されることを強くお勧め致します。