



海外で注意が必要な感染症

- * 海外には、日本ではあまりみられない感染症がたくさんあります。海外旅行では、時差や気候の違いなどから、様々なストレスを受け、体の抵抗力が落ち、感染症にかかりやすくなります。
- * 事前に荷物とあわせて感染症の情報収集(裏面)も行い、より楽しい時間が過ごせるよう準備しましょう。



【話題の感染症】

■ ジカウイルス感染症



- ・ 主な流行地域: 中南米
- ・ 症状: 軽度の発熱、発疹、結膜炎、筋肉痛、関節痛、倦怠感、頭痛など
- ・ **妊娠中にジカウイルスに感染するとお腹の中の赤ちゃんが小頭症などにかかる場合があります。**
- ・ 予防: 蚊に刺されないようにしてください。また、流行地域から帰国後最低8週間は、性行為の際にはコンドームを使用するか性行為を控えてください。

■ 黄熱

- ・ 流行地域: アンゴラ、コンゴ民主共和国
- ・ 症状: 突然の発熱、頭痛、背痛、虚脱、悪心、嘔吐など
- ・ 予防: 蚊に刺されないようにしてください。



■ 中東呼吸器症候群 (MERS)

- ・ 流行地域: 中東地域
- ・ 症状: 発熱、せき、息切れなど
- ・ 予防: 手洗いやうがい、マスクを着用し、ラクダを含む動物との接触を避けてください。



感染対策の基本は「手洗い」と「うがい」です。



主な感染経路	予防のポイント
水や食べ物	生水やその水で作られた氷は避けましょう。生もの(肉や野菜、カットフルーツなど)の喫食を避け、肉や野菜等は十分に加熱しましょう。
蚊・昆虫	蚊などの虫に刺されないよう虫よけスプレーの使用や長袖・長ズボンを着用し、なるべく肌を露出しないようにしましょう。虫よけスプレーの効果は蒸発、雨、発汗により持続性が低下するため、定期的に再塗布しましょう。
動物	接触をさけるまたは接触後は「手洗い」や「うがい」を行いましょう。
ヒト	予防接種*や「手洗い」や「うがい」を行いましょう。
河川や湖沼	淡水や川での水遊びを控え、裸足で歩かないようにしましょう。

*予防接種について

入国時に予防接種証明書の提示が求められる国があります。また、予防接種の種類によっては、数回接種するものもありますので、早めに(できるだけ出発3か月以上前から)医療機関や検疫所で、接種するワクチンの種類と接種日程の相談を行ってください。

症状が現れた時は、速やかに医療機関を受診しましょう。

医療機関を受診する際は、医師に以下のことを伝えましょう。

- 海外渡航歴 ● 喫食歴 ● 動物との接触歴 ● 蚊の刺咬歴 等

* 注意が必要な感染症

厚生労働省ホームページより出典

【一覧】海外で注意しなければいけない感染症(平成28年4月)

主な感染源	注意すべき病気	主な発生地域	滞在地域				予防方法		主な症状		
			リゾート 観光地	都市部	地方の 町や村	森林・原野	その他	予防接種	発熱	下痢	その他
食べ物 水	★ E型肝炎	世界各地	●	●	●	●	十分火の通った食べ物を食べる 生肉は食べない		●		倦怠感、黄疸（体の皮膚や 白目が黄色くなる）
	★ A型肝炎	世界各地（特に、水道設備が 整っていない地域）	●	●	●	●		●		倦怠感、黄疸（体の皮膚や 白目が黄色くなる）	
	★ 赤痢	世界各地（特に、水道設備が 整っていない地域）	●	●	●	●			●	●	激しい腹痛
	★ 腸チフス	世界各地（特に、水道設備が 整っていない地域）	●	●	●	●	十分火の通った食べ物を食べる 生水は飲まないようにする		●	●	倦怠感、比較的徐脈 （高熱なのに比較的脈が遅い）
	★ コレラ	世界各地（特に、水道設備が 整っていない地域）	●	●	●	●			●	●	嘔吐
	★ ノロウイルス	世界各地	●	●	●	●	十分火の通った食べ物を食べる 二次感染に注意する		●	●	激しい嘔吐
	★ 消化管寄生虫症	世界各地		○	●		こまめに手洗い 十分火の通った食べ物を食べる		●	○	
事故・ケガ	★ 破傷風	世界各地	○	○	○	○	転倒やケガに注意する	●			飲み込みにくい、しゃべりにくい、 全身が硬い
蚊	★ マラリア	熱帯・亜熱帯地域（アジア、ア フリカ、中南米）	○	○	●	●	夜間外出を控える 蚊帳の使用 長袖・長ズボンの着用 長袖・長ズボンの着用	予防薬（飲み薬）	●	○	悪寒、冷汗 頭痛、筋肉痛 意識障害
	★ テング熱	熱帯・亜熱帯地域（アジア、オ セアニア、アフリカ、中南米、 中東）	●	●	○	○			●	○	目の奥の痛み 筋肉、関節痛、発疹
	■ チクングニア熱	東南アジア、南アジア、アフリ カ、中南米	●	●	●	●			●		頭痛、筋肉痛、倦怠感、発疹、関節 痛、関節のはれ
	■ ジカウイルス感染 症	アフリカ、東南アジア、南アジ ア、カリブ海諸国、中南米、太 平洋島諸国	●	●	○	○	虫除けローションの使用 長袖・長ズボンの着用 室内での蚊取り線香の使用など		●		発疹、結膜炎、筋肉痛、関節痛、倦 怠感、頭痛
	■ 黄熱	アフリカ 南アメリカ	●	●	●	●		●		●	頭痛、筋肉痛 悪寒、嘔吐
	■ ウエストナイル熱	北アメリカ ヨーロッパ南部 アフリカ、中東アジア	●	●	●	●			●		頭痛、筋肉痛、倦怠感
	■ 日本脳炎	アジア	●	●	●	●		●		●	昏睡（痛みや刺激に反応しない）、 意識障害、頭痛
動物	■ 狂犬病	世界各地	◆	◆	◆	◆	むやみに動物に触らない 予め狂犬病ワクチン接種を受ける 犬等からの咬傷後、ワクチン等による 治療	●			治療した受播部の痛み 知覚過敏 恐水・恐風症状
	■ 鳥インフルエンザ	アジア、アフリカ、中東			●	●	農家、市場、動物園などの鳥類との 接触を避ける。手洗い、うがい		●	○	呼吸器症状
	■ MERS	中東	◆	○	○	○	動物との接触を避ける		●	○	呼吸器症状
人	★ 麻疹	世界各地 （特にアジア・アフリカ）	●	●	●	●		●	○	●	咳、鼻水、結膜充血、発疹 （乳幼児では多い）
	★ 風疹	世界各地 （特にアジア・アフリカ）	●	●	●	●		●		●	発疹、リンパ節腫脹
	■ ポリオ	南アジア・アフリカ等		○	○	○	手洗いの実施	●		●	麻痺
沼や湖河川	■ レプトスピラ症	世界各地			●	●			●		悪寒、頭痛、筋肉 痛、結膜充血
	■ 住血吸虫症	アジア（揚子江）、アフリカ（ナイ ル川）、中南米など			○	○	淡水（川や湖）での水遊びを控える		○	○	下痢（血性）、肝臓、脾臓の腫れ

★：最も注意をしなければいけない病気
■：渡航先、活動内容によって注意をしなければいけない病気
●：感染する機会が多いので十分に注意
○：感染する機会は少ないが注意が必要
◆：動物と接触する機会が多い場合には十分に注意

●：ワクチンにより予防できる
○：予防接種は、渡航前、帰国、帰
国後により、医師と相談の上
を要する。
●：よくみられる症状
○：ときにみられる症状

一覧を拡大して確認する場合のリンク先

* 感染症の情報収集先について



厚生労働省ホームページ
<http://www.mhlw.go.jp/>



海外で注意しなければならない感染症
（平成28年4月）【上表】



http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/dl/travel-kansenshou_2016gw_04.pdf

厚生労働省検疫所（FORTH）
ホームページ
<http://www.forth.go.jp/>



ここに注意！海外渡航にあたって
<http://www.forth.go.jp/useful/attention/>



外務省 海外安全ホームページ
<http://www.anzen.mofa.go.jp/>



感染症危険情報
<http://www2.anzen.mofa.go.jp/info/pchazardspecificinfo.asp?infocode=2016T075&id=259#ad-image-24>



〈準備：予防接種に関する情報〉
予防接種実施機関
<https://www.forth.go.jp/moreinfo/vaccination.html>

