

今回のテーマは、海外での感染症予防
3回シリーズのその②
『旅行中に注意すること』



平成31年度 第2号

病気にならないために、海外で注意しなければならない感染症

1. 【食べ物や水を介した感染症】(E型肝炎、A型肝炎、細菌性赤痢など)
 - 手洗いをこまめにしましょう。
 - 生水は飲まないようにしましょう。
 - 氷は避けるようにしましょう。
 - 完全に火の通った食べ物を食べましょう。
 - サラダや生の野菜は避けましょう。
2. 【動物から感染する感染症】(鳥インフルエンザ(H5N1,H7N9)、中東呼吸器症候群(MERS)、狂犬病など)
 - 動物から感染する感染症が多数あります。海外では、むやみに動物に触れることはやめましょう。
 - 動物を触っただけの場合も、手洗いをしっかり行いましょう。
3. 【蚊が媒介する感染症】(主に熱帯・亜熱帯地域において、デング熱やジカウイルス感染症、マラリア等)
 - 長袖・長ズボン等、できるだけ肌を露出しない服装を心掛けましょう。
 - こまめに虫除け剤を使用しましょう。
 - マラリアの流行地域では、夜間の外出を控え、就寝時には蚊帳を使用しましょう。
 - 黄熱については予防接種が、マラリアについては予防薬があります。流行地域に渡航する方は、事前に医療機関に相談しましょう。

◆FORTH/厚生労働省検疫所ホームページ
(海外で健康に過ごすために)

<https://www.forth.go.jp/useful/attention/index.html>

現地で体調が悪くなったら

日本大使館、旅行会社、保険会社等の紹介を受けた病院を受診しましょう。

各国の大使館・総領事館では、現地で日本人がよく利用する医療機関や日本語の通じる医師の紹介なども行っています。

【参考】 ◆宮城県ホームページ

<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/situkan/kaigaitoko-tyuikanki.html>

◆外務省ホームページ

〈海外の医療施設に関する情報収集〉

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html>

◆海外の国や地域における、現在の感染症の流行状況等が調べることができます。
[厚生労働省検疫所 FORTH ホームページ \(外部サイトヘリンク\)](#)

石巻保健所疾病対策班

電話：0225-95-1430

受付時間：(平日) 8時30分から午後5時15分 2019年4月17日発行