

# ぎふ感染症かわら版

平成 29 年 12 月 15 日 岐阜県感染症情報センター（岐阜県保健環境研究所）



## 年末年始に海外旅行をする方は、感染症予防に心がけましょう！

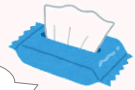
海外では、日本ではかかることのない感染症にかかってしまうこともあります。安全に旅行し帰国することができるように、正しい知識と予防方法を身につけましょう。

### 海外での感染症予防のポイント



#### ● こまめな手洗いを

手洗いは感染症予防の基本です。  
食事前やトイレの後は、石けんと流水で手を洗いましょう。  
きれいな水が使えない場合は、手洗い後に  
アルコール製剤で消毒することも効果的です。



消毒用のウェット  
ティッシュなどが  
あると便利です



#### ● 生水や生の食べ物に注意

衛生環境の悪い地域では、水はボトル入りのものを飲みましょう。  
氷の入った飲み物、カットフルーツやサラダ、生肉・生魚なども避けましょう。

#### ● 蚊に刺されないよう対策を

肌を出さないように服装に気をつけて、虫よけスプレーを使いましょう。



#### ● 動物にむやみに近づかない

野生動物や、街に放し飼いにされている犬に近づかないようにしましょう。

### 渡航前と帰国後に気を付けること

- ★ 海外へ渡航する前に、行き先の地域でどのような感染症が流行しているか詳しい情報を確認しましょう。

参考となるホームページ：FORTH/厚生労働省検疫所 <http://www.forth.go.jp/>



- ★ 帰国時に発熱や下痢などの症状がある方や  
蚊に刺された、動物に咬まれたなど心配なことがある方は、  
空港や港の検疫ブースで検疫官に申し出ましょう。
- ★ 感染症には、潜伏期間（感染してから発症するまでの期間）が  
長いものもあり、帰国後数日してから具合が悪くなることがあります。  
その際はすぐに医療機関を受診し、渡航先や滞在期間、  
現地での行動について必ず医師に伝えてください。
- ★ その他、不安なことがある場合は、検疫所または保健所にご相談ください。



## ⚠️ 海外で気をつけたい主な感染症 ✈️

### 飲み水・食べ物からうつる感染症

コレラ・赤痢・腸チフス・A型肝炎など

衛生環境の悪い地域では、水が様々な病原体に汚染されていることがあります。水はボトル入りのものを飲みましょう。

海外の屋台などでは、飲み物に入っている氷、カットフルーツやサラダなども現地の生水が使用されている場合があるので注意しましょう。

生肉、生魚なども避け、十分に加熱されたものを食べましょう。



### 蚊が媒介する感染症

デング熱・チクングニア熱・ジカ熱・マラリアなど

アジア、中南米など熱帯・亜熱帯地域では、蚊が媒介する感染症が流行しています。

特に、日本からの渡航者が多い東南アジアの国々で、

デング熱に感染する人が多くなっています。

流行地域では、長袖・長ズボンを着用し、素足でのサンダル履きを避けるなど、肌を出さない服装を心がけ、虫よけスプレーも活用しましょう。

※ ジカ熱は、妊娠中に感染すると胎児に小頭症などを起こすことがあるため、妊婦の方はジカ熱の流行地への渡航を控えた方がよいとされています。



### 動物からうつる感染症

鳥インフルエンザ・<sup>マーズ</sup>MERS・狂犬病など

鳥インフルエンザは、主に中国や東南アジアで発生しています。

人への感染は、感染した鳥やその排泄物に近づくことにより起こります。

これらの地域では、生きた鳥を売る市場などに近づかないようにしましょう。

<sup>マーズ</sup>MERSは、主に中東で発生しています。

中東のヒトコブラクダが感染源の一つと考えられていますので、中東でラクダに触ることは避けましょう。



狂犬病は、日本など一部の地域を除いて、世界中で発生しています。

感染した動物（アジアでは主に犬）に咬まれることによって感染します。

放し飼いの犬や野生動物には近づかないことが安全です。



### 人からうつる感染症

麻しん・風しんなど

麻しんや風しんは、世界各地で流行しています。

特に麻しんは、海外で感染して帰国すると、

国内で多くの人に感染を広げてしまうことがあります。

アジア、アフリカの他、ヨーロッパでも流行していますので注意が必要です。

流行地に長期滞在する方は、予防接種を受けることも検討しましょう。



保育所や幼稚園、高齢者施設など、希望される施設に対して「ぎふ感染症かわら版」のメール配信もおこなっています。くわしくは岐阜県感染症情報センターホームページをご覧ください。

岐阜県感染症情報センター

