

ゴールデンウィークに 渡航される皆さまへ!



海外には日本にない病気がたくさんあります。海外での感染症予防のポイントや、海外で注意すべき代表的な感染症についてお伝えいたします。

★ 出発前

渡航先で流行している感染症などを確認しておきましょう。
厚生労働省検疫所サイト「FORTH」には、海外の感染症の最新の流行状況や予防方法、必要なワクチンなどの情報が載っていますのでご活用ください。



FORTHサイト <https://www.forth.go.jp/index.html>

★ 旅行中

特に食べ物や水を介した消化器系の感染症や蚊やマダニ、動物などが媒介する感染症には注意が必要です。

また、人から人に広がる感染力の強い感染症が流行・発生している地域があることにも注意してください。

食べ物や水からうつる感染症 E型肝炎、A型肝炎、赤痢、腸チフス、コレラなど

- 上下水道やトイレの整備が不十分な地域では、水や食品が病原体に汚染されていることがあります。
- 生水を飲まないようにしましょう。氷や生野菜、カットフルーツは避けましょう。
- 生鮮魚介類や生肉などは食べずに、十分に加熱された物を食べましょう。



蚊やマダニが媒介する感染症 マラリア、デング熱、ジカウイルス感染症、チクングニア熱、黄熱、ウエストナイル熱、ダニ媒介脳炎など

- 野外活動の際には、長袖・長ズボンを着用するなどして肌の露出は避け、虫除け剤を使用するなど注意をしましょう。



動物からうつる感染症 鳥インフルエンザ、狂犬病、MERSなど

- 野生動物や家畜は、危険な感染症の病原体を持っている可能性があります。
- 海外では、むやみに動物に触らないようにしましょう。



人からうつる感染症 麻しん、風しん、ポリオ、新型コロナウイルス感染症、サル痘など

- 海外で感染して日本国内へ持込み、感染が広がる事例が報告されています。
- 咳やくしゃみでうつる病気がはやっている地域では人ごみに近寄らないようにしましょう。
- 性感染症にかかることもあるので、ハイリスクな性行為は避けましょう。



★ 帰宅後

具合が悪くなったら早めに医療機関を受診し、海外に渡航したことや渡航先などの情報を必ず伝えてください。

