





海外における感染症予防



【注意が必要な主な感染症】

感染症名	麻疹(はしか)	デング熱	マラリア
主な発生地域	世界中の様々な地域 (特に東南アジア地域、東地中海地域、アフリカ地域)	アフリカ地域、アメリカ地域 東地中海地域、東南アジア地域の熱帯・亜熱帯地域	アジア、アフリカ、オセアニア、 中南米の熱帯・亜熱帯地域
感染経路	空気感染、飛沫感染等	病原体を保有する蚊に刺されることで感染	
主な症状	感染から10～12日後に、発熱、咳、鼻水などが現れ、一度解熱した後、高熱と発疹が出現する。	感染から2～14日後に、発熱、激しい頭痛、関節痛、筋肉痛、発疹などが現れる。	感染から1～4週間後に、発熱、寒気、頭痛、嘔吐、関節痛などが現れる。
予防方法	ワクチン接種 	蚊に刺されないこと(ワクチンはありません) ・虫よけスプレーの使用(定期的に塗る) ・長袖・長ズボンの着用など 	

【感染対策】

■ 出国の前に

渡航先の感染症発生状況を把握し、ワクチン接種歴の確認および適切なワクチン接種を行いましょう。

渡航前にワクチン接種歴を確認し、予防対策が不十分なものがあれば予防接種を検討しましょう。
また、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ので、予め確認しましょう。



渡航前ワクチンに関する情報はこちら

海外渡航のためのワクチン
(厚生労働省検疫所(FORTH))
https://www.forth.go.jp/moreinfo/topics/useful_vaccination.html




予防接種実施機関の探し方
(厚生労働省検疫所(FORTH))
<https://www.forth.go.jp/moreinfo/topics/vaccination.html>



■ 海外滞在中

感染対策の基本は「**手洗い**」です。

主な感染経路	予防のポイント
水や食べ物	生水や生ものの喫食を避け、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定期的に虫よけスプレーを使用しましょう。 また、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。
動物	できるだけ動物との接触を避け、接触した場合は速やかに手を洗いましょう。
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。

■ 帰国後

発熱や発疹等の症状が現れた時は、事前に医療機関に連絡し、速やかに受診しましょう。

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

※心配な方は、最寄りの保健所にご相談ください。



詳しくはこちらのページをご覧ください

厚生労働省検疫所(FORTH)
<https://www.forth.go.jp/index.html>



FORTH お役立ち情報
ここに注意！海外渡航にあたって
<https://www.forth.go.jp/useful/attention/index.html>



茨城県内の保健所一覧
<http://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/koso/iji/koso/healthcenter/index.html>



茨城県保健医療部公式X
感染症・生活習慣病の予防
健康づくりなどを発信してます



茨城県感染症情報センター
茨城県保健医療部疾病対策課

☎ 029-241-6652
☎ 029-301-3233