

ぎふ感染症かわら版

令和6年12月19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。安全な旅行ができるよう、感染症に関する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

海外で、最も感染の可能性が高いのは食べ物や水を介した消化器系の感染症です。
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、ダニに噛まれないよう対策を

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や猫にも近づかないようにしましょう。

渡航前と帰国後に気をつけること

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/>



- ★ 渡航前に、どのような感染症が流行しているか現地情報を確認し、
現地の状況に応じて病院の渡航外来やトラベルクリニックに相談してください。
- ★ 帰国時に発熱や咳、下痢などの症状がある方や、蚊に刺された
動物に咬まれたり引っ掻かれたなど、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場合があります。
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、2023年は熱帯・亜熱帯地域でデング熱の大規模な流行が報告されています。

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。



人からうつる感染症

麻しん（はしか）・風しんなど

麻しん（はしか）や風しんは、世界各地で流行しています。

特に麻しんは、感染力が非常に強いいため、空気感染等により簡単に人から人へ感染します（2024年2月には、中東からの旅客機に乗り合わせた8名が感染しました）。

麻しん・風しんともに、ワクチンで予防ができます。

上記の例も、ワクチン接種によって防げた可能性が高いです。

また、風しんは国内でも流行しており、妊婦がうつった場合には、妊娠週数によっては胎児に先天異常がおこる場合があります。

国内外での感染を予防するためにも、

これまでに予防接種を受けたことがない人は渡航前の接種をおすすめします。



動物からうつる感染症

MERS・狂犬病・鳥インフルエンザなど

MERSは主に中東での発生報告が続いており、ヒトコブラクダが感染源の一つと考えられています。そのため、中東ではラクダに近づくことを避けましょう（ラクダの生乳や、加熱不十分なラクダ肉を喫食することも避けるべきです）。



狂犬病は、アジア、アフリカ、中南米のほとんどの地域で流行しており、犬以外にもほとんど全ての哺乳動物から感染する可能性があります。そのため放し飼いの犬や猫、野生動物には近づかないほうが安全です。その他にも、動物からうつる感染症は数多くあります。ご注意ください。



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

