



# 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	デング熱	ジカウイルス感染症	麻しん(はしか)
主な発生地域	アジア、中南米、アフリカ等	アフリカ、東南アジア、南アジア等	世界中の様々な地域(特にアジア、アフリカ、欧州)
感染経路	ウイルスを保有している蚊に刺されることで感染		空気感染、飛沫感染等
主な症状	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2~12日後に、軽度の発熱、発疹、関節痛などが現れる。 ※妊娠中に感染すると、赤ちゃんが小頭症等にかかる可能性がある。	感染から10~12日後に、発熱、咳、鼻水などが現れる。一度解熱した後、39℃以上の高熱と発疹が出現する。
予防方法	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		ワクチン接種

## 【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。



予防接種の医療機関検索はこちら

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



いばらき医療機関情報ネット  
<http://www.ibaraki-medinfo.jp/Search/Others/>



### ■ 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Twitter  
感染症・生活習慣病の予防  
健康づくりなどを発信します



茨城県感染症情報センター ☎ 029-241-6652  
茨城県保健医療部感染症対策課 ☎ 029-301-3219