



夏の海外旅行！ 感染症で注意したいポイント



日本では発生していない感染症が、海外では流行していることがあります。
安全で楽しい海外旅行にするために、ポイントをおさえて準備をしておきましょう。

1 出発前の準備

◎渡航先の感染症流行状況を知る。

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

海外の感染症の最新の流行状況や予防方法などの情報を知ることができます。

★外務省「世界の医療事情」(<https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html>)

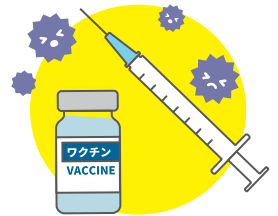
現地の医務官自身が収集した衛生・医療情報が掲載されており、国別・地域別に知ることができます。

◎計画的な予防接種を行う。

海外渡航の際に必要なあるいは渡航先等によって接種が推奨される予防接種の中で受けていないものがあれば、早めに医療機関や検疫所等に相談し、計画的に受けましょう。

★厚生労働省 検疫所 海外渡航のためのワクチン（予防接種）

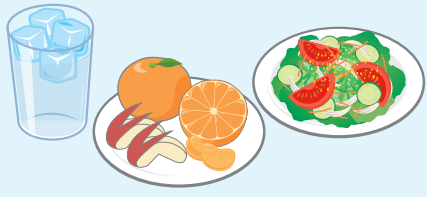
https://www.forth.go.jp/moreinfo/topics/useful_vaccination.html



2 予防のポイント 基本は手洗いの徹底です！

生ものは避ける

- ・生水、氷、生野菜・カットフルーツの喫食は避けましょう。
- ・完全に火の通ったものを選びましょう。



虫に刺されない

- ・長袖、長ズボンなど肌を露出しない服装にしましょう。
- ・草原や森林地帯を避けましょう。
- ・虫除け剤を使いましょう。



動物に触れない

- ・農家や動物園等での動物との接触は避けましょう。
- ・噛まれたときは早急に医療機関で適切な治療を受けましょう。



3 旅行から帰ったら

下痢が止まらない、発熱が続く、皮膚の異常がある…などの症状がある場合には、医療機関または管轄の保健所に以下の情報を伝えて、相談しましょう。

★自己チェックシート★

- 旅行先
- 旅行期間
- 現在の体調（症状、発症日時など）
- 旅行中の行動（現地での飲食、虫刺され、水遊び、動物との接触等）
- 予防接種状況

症状があるときの過ごし方

例)

- ・食事前、トイレ後の手洗いを徹底する。
- ・他者との濃厚な接触を避ける。
- ・タオルの共有をやめる。
- ・医療機関受診時、公共交通機関の利用を避ける。

