



海外旅行と感染症予防対策

休暇を利用して海外旅行に出かける方も多いのではないのでしょうか。最近では中南米やアフリカ、東南アジアなど熱帯地域への旅行者が増えているようですが、これらの国々の多くで発生、流行している感染症は日本やヨーロッパで見られるものとは異なります。渡航先によって推奨されている感染症予防対策があるのはご存じですか？

Text by 欧州日本人医師会 山田佳奈 医師／一般内科・感染症科（サランシュ フランス）

+ 海外渡航時、何に気を付ける？

熱帯地域では特に、蚊が媒介する感染症が多く、虫よけや蚊帳の使用、肌の露出を抑えるといった対策が必要です。野犬や野鳥など動物には安易に近づかない、また生水は飲まない、加熱されていない食品は避けるなど、衛生面にも気を配る必要があります。

+ 予防接種

海外渡航時に義務付けられている、もしくは推奨されている予防接種の種類は渡航先、滞在期間、滞在形態、健康状態などによって異なります。熱帯地域へ渡航する場合は特に、狂犬病、黄熱、A型肝炎、腸チフス、日本脳炎などの予防接種が必要となるケースがあります。その他、B型肝炎や破傷風などは、日本やヨーロッパでも見られる感染症ですので、普段からの接種をお勧めします。

そもそもなぜ予防接種が推奨されているのでしょうか。予防接種には、1) 感染症を予防したり、かかった場合に重症化しにくくする個人に対する予防、2) 個人を予防することで周囲への感染を阻止する、さらには多くの人が接種することで感染症の蔓延を防止する、社会に対する予防という2つの意義があります。また海外渡航時に関して言えば、例えば海外の学校へ就学する際に予防接種証明書が必要になったり、あるいは黄熱の流行国へ渡航する際に、入国時やそれらの国からの乗り継ぎ時に黄熱の予防接種証明書の提示を求められる場合があります。

予防接種以外にも、マラリアの流行地へ渡航する場合はマラリアの

予防薬を服用することが勧められています。

予防接種を受けることで予防できる病気は限られていますが、事前に渡航先の医療情報を収集し、それぞれの予防接種について理解した上で、どの予防接種を受けるかを決める必要があります。



予防接種の種類によっては接種できる医療機関が限られていますので、かかりつけの医師に相談すると良いでしょう。また、種類によっては一定の期間を空けて2～3回の接種が必要になるものもありますので、渡航までの時間に余裕を持って相談されることをお勧めします。

+ 渡航先の医療情報はどこで収集するか

海外渡航時の医療情報はインターネットで収集できます。日本の外務省のホームページには、それぞれの国に必要な予防接種やその他の医療情報が掲載されています (www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html)。また、アメリカ疾病予防管理センターのホームページでは282の国と地域に関して、滞在形態、期間、子ども連れかどうかなどを考慮した情報を得ることができます (Centers for Disease Control and Prevention: www.cdc.gov)。

事前に必要な医療情報を知ることで、海外での滞在をより安全なものにできるといいですね。

欧州日本人医師会 電話無料健康相談のご案内

(ご注意：診察ではありません)

欧州9カ国、20名余りの非営利団体に属する日本人医師が、海外赴任や旅行など不慣れた海外生活での医療に関する、無料の健康相談を行います。

● 健康相談日時：火・水・木曜日

(ヨーロッパ中央時間)	水・木曜日	21:00 - 22:00
	火曜日	22:00 - 23:00
(イギリス/アイルランド)	水・木曜日	20:00 - 21:00
	火曜日	21:00 - 22:00

● 電話番号：+49 9951 9493 399

※この電話番号は相談専用電話のため、上記の時間以外には使えませんのでご注意ください。

無料健康相談担当医師一覧は以下のサイトでご確認ください。

<http://www.eu-jp-doctors.org>