

## 海外へ渡航される皆様へ！

海外で感染症にかからないようにするために、感染症に対する正しい知識と予防に関する方法を身に付けましょう。



### 海外での感染症予防のポイント

- 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。
- 日本で発生していない、動物や蚊・マダニなどが媒介する感染症が海外で流行していることがあり、注意が必要です。
- 麻しん、風しん、ポリオは、海外で感染することがあり注意が必要です。
- 海外への渡航を計画する前に、自分が受けた予防接種について、母子手帳などで確認しておきましょう。
- 予防接種が推奨される疾患のうち、まだ受けていないものがあれば、時間的な余裕をもって医師に予防接種の相談をするなど、感染予防に心がけましょう。

### 出発前に確認しておきたいこと

- 国・地域別感染症情報（FORTH/厚生労働省検疫所）
- 海外安全ホームページ（医療・健康関連情報）（外務省）
- 海外渡航のための予防接種（FORTH/厚生労働省検疫所）
- 予防接種実施機関の探し方（FORTH/厚生労働省検疫所）
- 海外安全情報配信サービス「たびレジ」（外務省）への登録



### 旅行中に注意すべきこと

- 生水、氷や生野菜は避けましょう。
- 完全に火の通った食べ物を食べましょう。
- 水遊びに注意しましょう。
- 蚊・ダニに刺されないように服装に注意し必要があれば虫よけ剤を使用しましょう。
- 動物は狂犬病、MERS や鳥インフルエンザなどのウイルスをもっていることがあるので、むやみに触らないようにしましょう。
- 薬物やゆきずりの性交渉で、感染し一生の後悔をすることのない行動をとりましょう。



### 帰国したら

- 帰国時に症状がある場合には、検疫所で相談しましょう。
- 帰国直後に症状がなくても、感染症には、潜伏期間（感染してから発症するまでの期間）が数日から1週間以上と長いものもあり、帰国後しばらくしてから具合が悪くなる場合があります。
  - ・ 帰国後は、2週間程度は自分の健康をチェックしましょう。
  - ・ 体調がすぐれない場合は、早期に医療機関を受診し、渡航先、滞在期間、現地での飲食状況、渡航先での活動内容、動物との接触の有無、ワクチンの接種歴など必ず伝えましょう。



徳島県保健福祉部健康増進課感染症・疾病対策室  
電話：088-621-2228