

【一覧】海外で注意しなければいけない感染症

主な感染源	注意すべき病気	主な発症地域	滞在地域				予防方法		主な症状			
			リゾート 観光地	都市部	地方の 町や村	森林・原野	その他	予防接種	発熱	下痢	その他	
食べ物 水	★ E型肝炎	世界各地	●	●	●	●	十分火の通った食べ物を食べる 生肉は食べない		●		倦怠感、黄疸（体の皮膚や 白目が黄色くなる）	
	★ A型肝炎	世界各地（特に、水道設備が 整っていない地域）	●	●	●		十分火の通った食べ物を食べる 生水は飲まないようにする	●	●	倦怠感、黄疸（体の皮膚や 白目が黄色くなる）		
	★ 赤痢	世界各地（特に、水道設備が 整っていない地域）	●	●	●				●	●	激しい腹痛 ときに血便	
	★ 腸チフス	世界各地（特に、水道設備が 整っていない地域）	●	●	●				●	●	倦怠感、比較的徐脈 （高熱なのに比較的脈が遅い）	
	★ コレラ	世界各地（特に、水道設備が 整っていない地域）	●	●	●					●	●	嘔吐 下痢による脱水 大量の水様便
事故・ケガ	★ 破傷風	世界各地	○	○	○	○	転倒やケガに注意する	●		飲み込みにくい、しゃべりにくい、 全身がしびれる		
蚊	★ マラリア	熱帯・亜熱帯地域（アジア、ア フリカ、中南米）	○	○	● 夜間	● 夜間	夜間外出を控える 蚊帳の使用 虫除けローションの使用 長袖・長ズボンの着用	予防薬（飲み薬）	●	○	悪寒、冷汗 頭痛、筋肉痛 意識障害	
	★ デング熱	熱帯・亜熱帯地域（アジア、オ セアニア、アフリカ、中南米、 中東）	● 昼間	● 昼間	○ 昼間		虫除けローションの使用 長袖・長ズボンの着用 室内での蚊取り線香の使用など		●	○	目の奥の痛み 筋肉・関節痛、発疹	
	■ チクングニア熱	東南アジア、南アジア、アフリ カ、中南米	● 昼間	● 昼間	● 昼間	●			●		頭痛、筋肉痛、倦怠感、発疹、関節 痛、関節のはれ	
	■ ジカウイルス感染 症	アフリカ、東南アジア、南アジ ア、カリブ海諸国、アメリカ大 陸、太平洋島諸国	● 昼間	● 昼間	○ 昼間				●	●	発疹、結膜炎、筋肉痛、関節痛、倦 怠感、頭痛	
	■ 黄熱	アフリカ、中南米		○	● 昼間	● 昼間			● 発生地域では必須	●		頭痛、筋肉痛 悪寒、嘔吐
	■ ウエストナイル熱	北アメリカ ヨーロッパ南部 アフリカ、中東、アジア	●	●	●	●				●		頭痛、筋肉痛、倦怠感
	■ 日本脳炎	アジア		●	●				●	●		昏睡（痛みや刺激に反応しない）、 意識障害、頭痛
ノミ	■ ペスト	アフリカ、アジア、アメリカ大 陸		●	●	●		患者や動物（ネズミ、犬、猫）の体液 や排泄物への接触を避ける。 肌の露出を避け、虫除けを使う。		●		腺ペスト：リンパ節炎、敗血症 肺ペスト：高熱、呼吸器症状
動物	■ 狂犬病	世界各地 （特にアジア、アフリカ）	◆	◆	◆	◆	むやみに動物に触らない 予め狂犬病ワクチン接種を受ける 犬等からの咬傷後、ワクチン等による 予防的治療	●	●	治癒した受傷部の痛み 知覚過敏 恐水・恐風症状		
	■ 鳥インフルエンザ	アジア、アフリカ		○	●		農家、市場、動物園などの鳥類との接 触を避ける。手指衛生、うがい		●	○	呼吸器症状	
	■ MERS	中東	◆	○	○		ヒトコブラクダとの接触、生や加熱不 十分なミルクや肉類の摂取を避ける		●	○	呼吸器症状	
人	★ 麻疹	世界各地 （特にアジア・アフリカ・欧州）	●	●	●			●	●	○ 乳幼児では多い	咳、鼻水、結膜充血、発疹	
	★ 風しん	世界各地 （特にアジア・アフリカ）	●	●	●			●	●		発疹、リンパ節腫脹	
	■ ポリオ	中東・アフリカなど		○	○		手指衛生	●	●	○	麻痺	
	■ エムボックス	世界各地	○	○	○	◆	接触を避ける		●		発疹、頭痛、リンパ節腫脹	
	★ 新型コロナウイルス 感染症	世界各地	●	●	●		マスクの着用、手指衛生	●	●	○	呼吸器症状、倦怠感、頭痛、 消化器症状	
沼や湖河川	■ レプトスピラ症	世界各地			●				●		悪寒、頭痛、筋痛 腹痛、結膜充血	
	■ 住血吸虫症	アジア、アフリカ、中南米など			○	○	淡水（川や湖）での水浴びを控える		○	○	下痢（血性）、尿尿、 肝臓、脾臓の腫れ	

★：最も注意をしなければいけない病気
■：渡航先、活動内容によって注意しなければいけない病気

●：感染する機会が多いので十分に注意
○：感染する機会は少ないが注意が必要
◆：動物と接触する機会が多い場合には十分に注意

手指衛生：手洗い、手指消毒

●：ワクチンにより予防できる
※予防接種は、渡航期間、地
域、活動内容により、医師と相
談の上考慮する。

●：よくみられる症状
○：ときにみられる症状