

海外で注意しなければいけない感染症

(令和元年7月版)

食べ物・水を通じて感染する								
感染症	主な発症地域	潜伏期間	予防方法		主な症状			
			予防接種	注意事項	発熱	下痢	その他	
E型肝炎	世界各地	2~7週間	○	・十分火の通った食べ物を食べる ・生水は飲まない ・生肉は食べない(E型肝炎)	○		倦怠感、黄疸、肝臓の腫れ	
A型肝炎	世界各地(特に水道設備が整っていない地域)				○		倦怠感、黄疸	
赤痢		○	○		ときに血便、激しい腹痛			
腸チフス		○	○		倦怠感、ときに便秘			
コレラ		○	○		嘔吐、下痢による脱水			
3~60日								
数時間~5日								
虫や動物から感染する								
感染症	主な発症地域	潜伏期間	予防方法		主な症状			
			予防接種	注意事項	発熱	下痢	その他	
マラリア	熱帯・亜熱帯地域	1~4週間	○	・長袖・長ズボンの着用 ・虫除け剤の使用 ・蚊取り線香、蚊帳の使用 ・夜間外出を控える(マラリア)	○	○	周期的な高熱、悪寒、冷汗、頭痛、筋肉痛、意識障害	
デング熱	熱帯・亜熱帯地域	3~14日			○		高熱、目の奥の痛み、筋肉痛、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	3~12日			○		高熱、頭痛、筋肉痛、倦怠感、発疹、関節痛、関節の腫れ	
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、太平洋島諸国	2~12日			○		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	3~6日	○		○		高熱、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	2~14日			○		高熱、頭痛、筋肉痛、倦怠感	
日本脳炎	アジア	1~2週間	○		○		高熱、意識障害、頭痛、昏睡	
ペスト	アフリカ、アジア、アメリカ大陸	1~7日			・患者や動物(ネズミ、犬、猫)の他駅や排泄物への接触を避ける ・肌の露出を避け、虫除け剤を使う	○		腺ペスト:倦怠感、嘔吐、筋肉痛、リンパ節炎、敗血症 肺ペスト:高熱、呼吸器症状
狂犬病	世界各地(特にアジア、アフリカ)	1~3ヶ月	○		・むやみに動物に触らない ・予め狂犬病ワクチン接種する	○		治癒した受傷部の痛み、知覚過敏、恐水・恐風邪症状
鳥インフルエンザ	エジプト、中国、インドネシア	1~10日			・鳥インフルエンザでは、農家、動物園、市場などの鳥類、MERSではヒトコブラクダとの接触を避ける ・手洗いうがいの実施	○		呼吸器症状
中東呼吸器症候群(MERS)	サウジアラビアを中心とするアラビア半島	2~14日			○		呼吸器症状	
人から感染する								
感染症	主な発症地域	潜伏期間	予防方法		主な症状			
			予防接種	注意事項	発熱	下痢	その他	
麻疹	世界各地	10~12日	○		○		咳、鼻水、結膜充血、発疹	
風しん	(特にアジア、アフリカ)	14~21日	○		○		発疹、リンパ節腫脹	
ポリオ	中東、アフリカなど	4~35日	○	手洗いの実施	○		頭痛、倦怠感、嘔吐、筋肉痛、突然の麻痺	
怪我や事故で感染する								
感染症	主な発症地域	潜伏期間	予防方法		主な症状			
			予防接種	注意事項	発熱	下痢	その他	
破傷風	世界各地	3日~3週間	○	転倒や怪我に注意する			飲み込みにくい、しゃべりにくい、呼吸困難、全身けいれん	
沼・湖河川で感染する								
感染症	主な発症地域	潜伏期間	予防方法		主な症状			
			予防接種	注意事項	発熱	下痢	その他	
レプトスピラ症	世界各地	3~14日		川や湖での水浴びを控える	○		悪寒、頭痛、筋肉痛、腹痛、結膜充血	
住血吸虫症	中国、東南アジア、アフリカ、中南米	14~84日			○	○	血性下痢、血尿、肝臓や脾臓の腫れ	
主に性行為で感染する								
感染症	主な発症地域	潜伏期間	予防方法		主な症状			
			予防接種	注意事項	発熱	下痢	その他	
HIV/エイズ	世界各地	数年~10数年		・安易な性行為を避ける ・コンドームを正しく使用する ・不衛生な環境での入れ墨、ピアスの穴あけや注射針の使いまわしを避ける			無症状で経過し、進行すると肺炎や悪性腫瘍などを合併 感染初期にインフルエンザ様の症状が見られることもある	
B型肝炎		45日~6ヶ月	○				全身倦怠感、吐き気、嘔吐、黄疸、食欲不振	



感染症の正しい知識を持ち、楽しい旅を！