

旅行外来を受診される方へ

ワクチン接種と海外渡航に関する注意事項を、診察前によく読んでください。

下記の内容を踏まえたうえで、診察とワクチン接種を行います。

わからない内容については診察医に気軽にお尋ねください。

1. ワクチンを接種した後の注意事項

- ① 重大なアレルギー反応（意識が遠のく、息苦しくなる、じんましんなど）が現れることがまれにあります。接種後 30 分は椅子に座り、少しでも体調に異変を感じたらすぐに申し出てください。
- ② 注射した場所が、かゆくなる、痛くなる、赤くなる、腫れる、しこりができたりすることがあります。多くは 3 日程度でおさまりますが、強く痛んだり動作に支障が出る場合はご連絡ください。
- ③ 発熱、頭痛、倦怠感、筋肉痛、関節痛などが生じることがあります。
- ④ MR（麻疹・風疹）ワクチンでは、接種後 7～12 日目頃に、熱や発疹が出る場合があります。

2. その他の注意事項

- ① 注射した場所は、もまないようにしてください。
- ② 当日はお風呂に入っても構いませんが、注射した場所を擦らないようにしてください。
- ③ 当日は飲酒や激しい運動は避けてください。
- ④ 妊娠可能時期の女性は生ワクチン（黄熱ワクチン、麻疹風疹混合ワクチン、水痘ワクチン、おたふくワクチン）を接種する場合、原則接種後 2 カ月間の避妊が必要です。

3. ワクチンの接種スケジュール

狂犬病	計 3 回、初回接種から 1 週後（2 回目）と 3～4 週後（3 回目）
日本脳炎	計 3 回、初回接種から 1～4 週後（2 回目）と 12 か月後（3 回目） ※幼少期に接種している方は、1 回のみの接種で良い場合があります。
A 型肝炎	計 3 回、初回接種から 2～4 週後（2 回目）と 6 か月後（3 回目）
B 型肝炎	計 3 回、初回接種から 4 週後（2 回目）と 5～6 か月後（3 回目）
破傷風	計 3 回、初回接種から 3～8 週後（2 回目）と 12～18 か月後（3 回目） ※幼少期に接種している方は、1 回のみの接種で良い場合があります。
髄膜炎菌	計 1 回
MR ワクチン	計 2 回、初回接種から 4 週後（2 回目）

※ 上記の日程で接種困難な場合にはご相談ください。

※ 異なる生ワクチン（麻疹、風疹、おたふくかぜ、黄熱）を複数接種する場合は 27 日以上

間隔をあけて接種する必要があります。複数の不活化ワクチンを接種する場合は、間隔をあけずに同日接種も可能です。

※ 本院では腸チフスワクチン、コレラワクチンは接種できません。

4. 海外滞在中の一般的な注意事項

- ① 火が十分に通っていない食べ物、屋台で売られている食べ物、氷やアイスクリーム、すでにカットされている果物などは食べないように心がけてください。水はボトルウォーターか煮沸済みのものを飲むのが安全です。
- ② 手洗いをこまめにするようにしてください。
- ③ 蚊やダニなどによる虫刺されを避けるため、長袖・長ズボンを着用し、防虫剤（DEET、イカリジン配合虫よけスプレーなど）、蚊取り線香、蚊帳を利用してください。
- ④ マラリアに対する予防薬がありますが、渡航前から内服する必要があるなどいくつかの注意点があります。希望される方はお知らせください。
- ⑤ 動物には出来るだけ近づかないようにして下さい。もし咬まれたりした場合は、受傷部位をせっけんで洗った後、ただちに現地の病院に行って狂犬病と破傷風に関する医療アドバイスを受けてください。
- ⑥ 川、池、湖などで水浴びしたり泳いだりすることは避けてください。
- ⑦ サンドルなど露出の多い履物は避けるようにして下さい。
- ⑧ 海外へ渡航する際は海外旅行保険に加入されることを強くおすすめします。
- ⑨ 「たびレジ」に登録し、旅先の安全情報を入手しましょう。
- ⑩ 標高が高い観光地を訪れる際は十分な日数をかけて高度順応し、高山病の予防に努めましょう。予防薬の内服も考慮してください。

5. 感染のおこりかた

蚊に刺されて感染する病気：日本脳炎、マラリア、デング熱、黄熱病など

食事や水を介して感染する病気：A型肝炎、旅行者下痢症、腸チフス、コレラなど

体液との接触、性行為で感染する病気：B型肝炎、梅毒、HIVなど

動物に咬まれる、もしくは引っ掻かれて感染する病気：狂犬病など

傷口から侵入して感染する病気：破傷風など

患者の咳、飛沫からの感染する病気：新型コロナウイルス、結核、髄膜炎菌感染症など

6. 感染症情報サイト

外務省在外公館医務官情報 <http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html>

FORTH For Traveler's Health 厚生労働省検疫所 <http://www.forth.go.jp/>

7. この資料に関するお問い合わせ

長崎大学病院 総合感染症科 国際感染症予防診療センター 旅行外来担当医まで

TEL：095-819-7383 / FAX：095-819-7385