

主な感染源	注意すべき感染症	予防接種	主な症状			予防方法	
			発熱	下痢	その他		
食べ物 水	A型肝炎	●	●		倦怠感、黄疸	<ul style="list-style-type: none"> <li>肉や魚介類は十分に火を通して食べ、生水、氷は食べないようにする。</li> <li>野菜類は生水を用いて処理されている可能性があるため、生野菜やフルーツなどは、自分で皮をむいて用意できるもの以外は避ける。</li> <li>不衛生な環境で食事をしない。</li> </ul> 	
	E型肝炎		●		倦怠感、黄疸		
	赤痢		●	● ときに血便	激しい腹痛		
	腸チフス	▲ (国内未承認のため、接種できる医療機関に制限あり)	●	● 持続する高熱	●		倦怠感、頭痛、意識障害
	コレラ	▲ (国内未承認のため、接種できる医療機関に制限あり)			●		おう吐
蚊 	マラリア	予防薬（飲み薬）あり	● 高熱、周期的	○	倦怠感、頭痛、関節痛、筋肉痛、意識障害	<ul style="list-style-type: none"> <li>肌の露出を少なくするため、長袖、長ズボンを着用する。</li> <li>首回りにはタオルを巻いたり、ネックガードのついた帽子を着用する。</li> <li>素足でのサンダル履きはしない。</li> <li>蚊は色の濃いものに近づく傾向があるため、白など薄い色の服を選ぶ。</li> <li>マラリアの媒介蚊は夜行性なので、夜間の外出は控える。</li> <li>外出の前には虫除け剤を塗布する。虫除け剤は有効成分「DEET（ディート）」、「イカリジン」が含まれているものを選ぶ。また水や汗により効果が下がるため、こまめに塗りなおす。日焼け止めを使用する際は、その上から虫除け剤を塗る。</li> <li>部屋の窓は開けっぱなしにせず、網戸は閉めておく。</li> <li>蚊取り線香や蚊帳などを使って蚊を寄せ付けないようにする。</li> </ul>  <p>*1：ジカウイルスは妊娠中に感染すると、胎児に先天性の障害を起こすことがあります。 *2：黄熱は渡航先によっては予防接種証明書がないと入国できない国もあります。</p>	
	デング熱		● 急な高熱	○	目の奥の痛み、頭痛、関節痛、筋肉痛 3～5日で解熱し、解熱とともに発疹が現れる。		
	チクングニア熱		● 高熱		発熱・関節痛が必発。 8割程度に発疹がみられる。		
	ジカウイルス熱*1		● 軽度		倦怠感、頭痛、発疹、結膜炎		
	黄熱*2	●	● 急な高熱		頭痛、嘔吐、タンパク尿		
	ウエストナイル熱		●		倦怠感、頭痛、筋肉痛		
	日本脳炎	●	● 急な高熱		頭痛、嘔吐、意識障害などの脳炎症状。		
ノミ 	ペスト		●		腺ペスト：リンパ節炎、敗血症 肺ペスト：高熱、呼吸器症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>ネズミや犬、猫の体液や排泄物への接触を避ける。</li> <li>小動物の死骸などには触れないようにする。</li> <li>人混みでのマスクの着用や虫除けスプレーなどのノミ予防をする。</li> </ul> 	
動物	狂犬病	●	●		受傷部の痛み、恐水・恐風症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>動物や鳥類、またその排泄物にはむやみに触れないようにする。</li> <li>もしも触れた場合はしっかり手洗い、うがいをする。</li> </ul> 	
	鳥インフルエンザ		●	○	呼吸器症状		
	MERS		●	○	呼吸器症状		
人	麻疹	●	●	○ 乳幼児に多い	咳、鼻水、結膜充血、発疹	<p>いずれもワクチン接種による予防が重要です。 小児の頃に予防接種を受けている年代の方も多く、接種歴を確認しましょう。 流行地域に渡航する方は、追加接種も検討しましょう。</p> 	
	風疹	●	●		発疹、リンパ節腫脹		
	ポリオ	●	●	○	麻痺		
沼や湖河川	レプトスピラ症		●		頭痛、筋肉痛、腹痛、結膜充血	<p>流行地域では不用意に河川や沼などの水に入らないようにし、特に洪水の後は絶対に入らないようにしましょう。汚染された河川でのカヌーやラフティングなどでも感染する可能性があります。</p> 	
	住血吸虫症		○	○ 血性	肝臓、脾臓の腫れ		
事故・けが	破傷風	●			開口障害（飲み込みにくい、しゃべりにくいなど）、全身けいれん	<p>小児の頃に予防接種を受けている年代の方も多い。 けがをした場合は、流水で傷の奥までしっかりと洗い、異物を取り除き、傷口はふさがずに空気にさらしましょう。</p> 	