



平成 28 年 10 月 18 日放送

### 「旅行の前にワクチン接種を」

水戸協同病院 感染症科 矢野晴美

司会者：旅行前にワクチン接種を、ということですが、何か特別な準備が必要なのでしょうか。

矢野：旅行前には、一般に、「渡航外来」トラベルクリニックとも言いますが、受診していただくのが望ましいです。先進国から途上国へ旅行される場合、思いがけない病気にかかることがあります。特に感染症について、今年はオリンピックも開催され、現地でのジカ熱なども心配されました。

司会者：具体的にはどうしたらよいでしょうか。

矢野：水戸協同病院では、2年前から、ワクチン渡航外来を開設しまして、旅行の前後の健康管理に関わる診療をしております。

司会者：ワクチン渡航外来ではどんなことをしていますか。

矢野：ワクチン渡航外来では、渡航の2~3か月前にお越しいただき、旅行に必要なワクチンや予防についてお話しします。

司会者：これまでにどんな患者さんがいらっしゃいましたか。

矢野：例えば、中国や、東南アジアに出張で行くサラリーマンの方、夏休みに旅行する学生さんなどです。

司会者：そのような場合には、どんなことをしたらよいでしょうか。

矢野：旅行先の状況、滞在中の活動、滞在場所などを詳しくお聞きします。そのうえで、必要なワクチン、必要な対応をお示しします。例えば、アンコールワットに旅行する学生さんがいたとします。旅行は、なるべく儉約型で、安全に行ってきたいというご希望とします。アンコールワットはカンボジアですが、蚊にさされたり、現地でケガをしないように事前に予防することをお話しします。

司会者：食べものなどはいかがでしょう。

矢野：食べ物特に大切です。水や食べ物が汚染されていることがありますので、水はペットボトルの水だけを飲むこと、屋台での食事はしないこと、生野菜や氷は控えたほうがよいこと、果物は自分で皮をむけるものだけを食べること、料理は湯気が出ているくらいあったかいものを食べる、などが旅先での原則です。食べ物が汚染していると、旅行者下痢症といいますが、おなかをこわしてしまい、せっかくの旅行が台無しになる場合があります。

司会者：蚊にさされないようにはどうしたらよいでしょう。

矢野：野外活動で、蚊にさされやすい場所に行く場合には、長袖にすること。ホテル内では、蚊取り線香があれば使います。蚊帳もつけてあるホテルも多いです。虫よけスプレーや虫よけ剤を購入して持参するか、現地で購入することをお勧めしています。

司会者：現地での活動で注意すべきことはありますか。

矢野：旅行先で注意することは、先進国、途上国ともに、交通事故には気を付けてください。車の右左が逆になっている場合があります。また野外活動する場合などで、ケガをすると破傷風にかかったりします。事前に破傷風ワクチンを接種して渡航することをお勧めしています。

司会者：そのほか具体的にどんなワクチンを接種することができますか。

矢野：旅行先によって必要なワクチンは異なりますが、代表的なワクチンを挙げてみます。成人の場合には、渡航によらずお勧めのワクチンがいくつかあります。麻しん、風疹、おたふく、水疱瘡、B型肝炎、破傷風、ご年齢により65歳以上では肺炎球菌ワクチン、季節が冬の場合はインフルエンザワクチン。旅行に行く場合にはこれに加えて、A型肝炎、B型肝炎、破傷風、日本脳炎、狂犬病、髄膜炎菌ワクチンなどがあります。そのほか現在、日本では未承認ですが、大切なワクチンで、輸入ワクチンとして腸チフスもあります。

司会者：アフリカではマラリアもあると聞きましたが。

矢野：その通りです。アフリカ、東南アジア、インド方面などでマラリアのリスクがある地域に旅行する場合には、蚊にさされないように注意しながら、マラリアの予防内服をします。お薬で予防する形になります。

司会者：そのほか持病がある場合にはどうしたらよいでしょうか。

矢野：持病がある場合には、心臓や肺のご病気がある場合には、飛行機に乗っても大丈夫かどうかを主治医の先生に確認してください。現地でも通常飲んでいるお薬は忘れずに持って行き服用を続けることが大切です。

司会者：海や山に行くときにはいかがでしょうか。

矢野：外国の海や山に行く場合、海では若者がスキューバダイビングなどをすることがありますが、潜水病に注意が必要です。逆に、人気の観光地でペルーのマチュピチュなどでは、高山病にかかることがありますので、知識を持って体調と相談しながらの観光になります。

司会者：いろいろな情報をありがとうございました。実際には、ワクチン渡航外来にはどのようにかかったらよいでしょうか。

矢野：水戸協同病院のワクチン渡航外来は、完全予約制です。予約していただければ、その当日に必要なワクチンを事前にご準備できます。また母子手帳など、ワクチンを接種したかどうか分かるものをあらかじめご準備いただいたうえで、受診いただくこともできます。お電話または窓口で予約を取っていただいて受診してください。外来日は、火曜日、木曜日の午後、または第1、第3の土曜日午前になっております。

司会者：旅行の前にしっかり感染症などの対策をして旅行に行くのがよいですね。

矢野：その通りです。楽しい旅行だからこそ、しっかり準備して、病気にならないように気を付けて行っていただくのがよろしいです。ご不明な点は、当院のワクチン渡航外来にお問合せください。私どもが何かお役に立てば幸いです。