



ワクチン接種で感染症疾患への予防を

海外旅行では、感染症罹患のリスクを回避・軽減するために、旅行先や旅行形態に応じて必要なワクチンを接種し、予防に努めることが重要です。日本旅行医学会の事務理事を務める千駄ヶ谷インターナショナルクリニックの篠塚規院長にお話を伺いました。

●ワクチン接種の心得

海外旅行に出かける場合、国内で生活している時に比べて、感染症罹患のリスクが高まることに留意しなければなりません。特に、発展途上国では、A型肝炎や腸チフスから狂犬病にいたるまで、日本ではすでに克服された病気が猛威をふるっているケースも少なくありません。また、熱帯病など地域に特有の疾患も存在しており、日本人には抵抗力が備わっていない病気に十分な注意が必要となります。途上国などで流行している感染症の中には、ワクチンにより予防できる病気が沢山ありますから、医療設備や文化が異なる上に言葉も通じにくい外国で病気に罹って大変な苦勞をするよりも、日本を出発する前にワクチン接種を受けるなど、感染症罹患の予防を心がけたいものです。

●ワクチン接種への意識が低い日本

日本では主な感染症による病気のほとんどが克服され、国内での衛生環境も良好なため、外国で感染症に罹患することなど想像できない人が

多いようですが、「外国でも大丈夫だろう」という根拠のない安易な考え方は禁物です。日本のガイドブックでは、欧米などのガイドブックに比べて、外国へ出かける前にワクチン接種を受けることの重要性への記述が十分ではありません。例えば、ネパールのガイドブックで確認してみると、日本の場合、気を付けた感染症の種類は書かれてはいるものの、「予防接種は義務付けられていないが、どうしても予防接種をして行きたい」というのであれば、各地の検疫所に問い合わせを」という記述にとどまっています。

一方、『ロンリープラネット』では、ワクチン接種が公的に義務付けられていないことを指摘した上で、10種類以上の感染症による病気が詳細に説明され、ワクチン接種が推奨されています。日本と欧米におけるワクチン接種に対する考え方の違いが、一般人向けのガイドブックの説明にも現れているようです。

●ワクチン接種のための情報収集

海外旅行で実際に訪問する国・地域によって、罹患の可能性がある病気にも特徴があります。特に、感染症の流行状況は時々刻々と変化するため、常に最新の情報を入手するよう心がけなければなりません。また、旅行の目的や形態によっても、感染症罹患のリスクは異なります。大都市での国際会議に出席するのと、デイパックを背負って地方を回る場合

とでは、罹患の可能性のある疾患は変わってきます。インターネットを積極的に活用して、信頼できる医療関係の専門サイトで必要な情報を入力したり、旅行先での行動でリスクを減らす工夫をするようにしたいものです。最も信頼性の高い医療情報のホームページとしては、米国内外を問わず、健康と安全を担う米国連邦政府の機関であるアメリカ疾病管理予防センター(CDC)の運営するサイト(www.cdc.gov)があります。

●早めに準備したいワクチン接種の計画

特定の病気に対する1種類の予防接種でも、免疫を付けるために複数回の接種が必要となるワクチンは少なくありません。一般的な日本人には接種歴がないA型肝炎やB型肝炎、狂犬病などの場合、不活化ワクチンのほとんどが複数回の接種が求められます。また、原則として複数回の接種が必要なワクチンでも、1回だけの接種で予防効果を得られる接種の仕方が用意されている場合もありますから、ワクチンの接種を受ける病院で医師と相談しても良いでしょう。海外旅行へ出かける前には、特に、旅行先が途上国の場合、なるべく早い時期に予防接種機関や検疫所で接種するワクチンの種類とスケジュールについて相談してみてください。出発直前になればなるほど、慌しさも増してきますから、余裕を持って早めにワクチン接種の準備を始めるようにしましょう。

挑戦の数だけ、 保険がある。

To Be a Good Company



東京海上日動

