

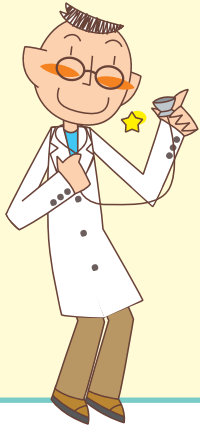
# 国境なき感染症

グローバル社会において私たちができること

解説 みずの やすたか  
水野 泰孝 感染症科 准教授



## 講座のポイント



- 世界中の人々が頻繁に移動することにより、輸入感染症が増加しています。
- 私たち個人ができる感染症の予防策は「咳エチケット」と「手指洗い」です。
- ワクチン接種は感染症の発症を防ぐ最善の予防策です。

### 2003年と2009年に発生した大規模な感染症

今や世界中の人々が気軽に海外へ行ける時代になりました。そういうグローバルな社会では、人だけでなく病気も国々を行き来することになります。何らかの手段で国内に持ち込まれる感染症、それが「輸入感染症」です。

ご記憶にもあるでしょうが、2003年春、香港で「新型肺炎ウイルス（WHOが「SARSコロナウイルス」と命名）」の存在が確認されました。感染した渡航者が世界中に散っていったことで世界を震撼させました。記憶に新しいのは2009年に発生した「新型インフルエンザ」です。これは日本中でも大きな騒ぎとなりました。これらはいずれも国境を越えて海外から持ち込まれた輸入感染症です。

なぜ輸入感染症が急増しているのでしょうか。原因の1つが航空機の路線網の発達による海外渡航者の増加です。それも短時間で移動しています。日本にも様々な国から多くの人が入国しています。その際、感染症も一緒に持ち込まれている可能性があります。

### 輸入感染症は“水際”で防ぐことが重要

輸入感染症は渡航関連感染症とも呼ばれ、海外渡航が感染症の拡大の大きな要因と認識されています。輸入感染症は自国では存在しないまれな感染症だけでなく、自国に輸入される食品や動植物による感染症、日本にも存在する一般感染症、抗生物質が効かない多剤耐性菌感染症なども含まれます。

今からおよそ100年前、世界中でスペイン風邪が猛威を振りました。その結果、6億人が感染し5000万人が死亡しました。100年前当時の伝播期間はおよそ数カ月かかったでしょう。だ

から5000万人で済んだと考えられます。人口が大幅に増え大量の人数が短時間で他の場所に移動できる現代では、感染者や死者がどのぐらい発生するか想像もつきません。だからこそ、感染症が国内に持ち込まれる前に“水際”で防ぐことが重要なのです。

### 検疫と早期診断で拡大を防ぐ

輸入感染症予防の“最前線”が「検疫」です。空港では入国審査の前に検疫のゲートを通りますが、この時に特殊なカメラで熱のある人をチェックしています。特にある感染症が世界中で拡大を見せ始めたら、その地域から渡航してきた人に対して厳重なチェックを行います。

我々医療従事者には、輸入感染症の拡大を未然に防ぐために早期診断と適切な治療が求められています。

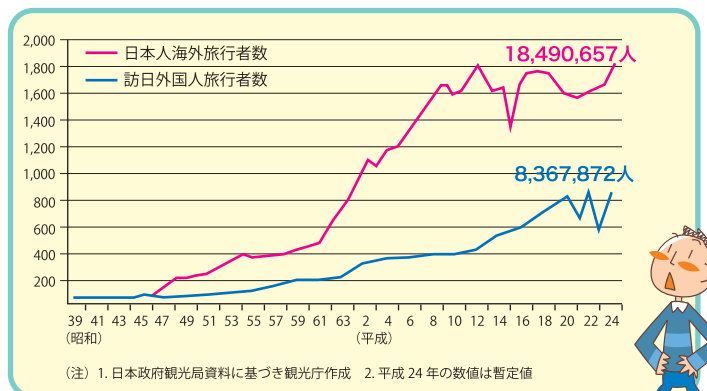


表1 訪日外国人旅行者数及び日本人海外旅行者数の推移



## 確かな情報の入手が重要です

### 一人ひとりが「できること」を实践

国が主導して行っている輸入感染症の上陸予防作戦とともに、私たち一人ひとりがしっかりと感染予防対策を行うことが大切です。まず、確かな情報の入手が必要です。国立感染症研究所感染症疫学センターや東京都感染症情報センターのホームページでは、感染症の医学的知識、流行規模などの情報が公開されています。マスクや風評に惑わされずに**正しい情報を入手する**ようにしましょう。

また、所用で感染症が流行している地域に渡航されることもあります。そうした場合は、**厚生労働省検疫所の FORTH** などが発信している感染症情報が大変役に立ちます。

### 主な感染経路について

体内に病原体(細菌、ウイルスなど)が入り込むと「感染(病原体保有)」が起こります。この時点では、まだ「発症」ではありません。感染から発症までの期間を潜伏期間と言い、その間は症状が出ません。

主な感染経路には、「**空気感染**」、「**飛沫感染**」、「**接触感染**」の3つがあります。空気感染は、咳やくしゃみの飛沫の水分が蒸発し、病

原体を含んだ微小粒子が残ります。軽いため空中に浮遊し、その粒子を吸い込むことで感染します。また、飛沫感染は、咳やくしゃみによって飛散する粒子が粘膜に付着することで感染します。しかし、感染者から2~3メートル以上離れていれば、通常、感染は起こりません。そして、接触感染は、感染者と直接または間接的に接触することで起こる感染です。

したがって、各感染経路に合わせた感染予防策が必要となります。



## 咳エチケットと手指洗いのすすめ

### マスクの正しいつけ方

1回の咳で飛び出す飛沫は約10万個、1回のくしゃみで飛び出す飛沫は約2百万個です。飛沫を飛ばさないように、**咳やくしゃみ、鼻水、鼻づまり、発熱**などの症状があったら必ずマスクをするようにしましょう。もちろん、そういう症状の人が多くいる季節には飛沫を防御する目的でマスクをすることも必要です。

「マスクの正しい着け方」をご紹介します。①ノーズピースを上にして顔に当て、ゴムひもを両耳に掛けます、②ノーズピースを曲げて鼻に密着させます、③最後に鼻、頬、顎に隙間がないかチェックします。

マスクを外す時にも注意が必要です。マスクの表面(外側)には病原体が付着している可能性があるため、触らないようにしましょう。外す時はゴムひもだけを持って、そのままノントOUCH式のゴミ箱に捨てましょう。



### 正しい手指の洗い方

手指洗いには主に2つの方法があります。**石けんと流水によるもの**、そして**アルコール手指消毒薬を使ったもの**です。

「石けんと流水を使った正しい手指洗い」は、手のひらを濡らして石けんを手と指全体につけます。手のひらだけでなく手の甲、指先、指の間もごしごし洗います。親指は全体を握ってぐるぐる洗い、手首も同様に洗います。最後に流水できれいに流し、水気をきちんと拭き取ります。「アルコール手指消毒薬を使った正しい手指洗い」も基本的な洗い方は石けんと流水と同じですが、最後にきちんと乾かしましょう。

### ワクチン接種は感染症の発症を防ぐ最善の予防策

咳エチケットや手指洗いとともに感染症予防に大切なのはワクチン接種です。ワクチンは人間が持っている「病原体に対する抵抗力」のシステムを利用して、感染症に対する免疫を作っておく薬剤です。ワクチンを接種しておくことで免疫の記憶を残すことができるので、感染症の発症予防または重症化の予防ができます。

ワクチン接種の大きなメリットは、自分の発症を防げるだけでなく、自らが感染者となって病気を媒介しないようにする点にあります。そうした社会的な意味合いもワクチンを持っているのです。前述の咳エチケットと手指洗いも同様ですが、ワクチンによる感染症予防は**自分のみならず周りの人のためでも**あると自覚することが大切です。

私たちは、日本人渡航者が海外で感染症にかからないようにするために、渡航前の**トラベラーズワクチン**も推奨しています。



感染の危険だけでなく自らが感染者にならないために必要なワクチン接種