

# 平成 30 年北海道胆振東部地震における感染予防 被災地・避難所で生活されている皆様へ 被災地で瓦礫の撤去や復旧復興作業を行う皆様へ

2018 年 9 月 9 日

被災地・避難所での生活が長期化すると、様々な感染症が発生しやすくなります。また、瓦礫の撤去や復旧復興作業において、注意が必要な感染症もあります。ここでは、個人でできる感染症の予防を中心にお伝えします。

## 被災地・避難所で生活する際の感染予防

### 〈食事と衛生〉



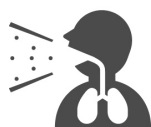
夏は食あたり(食中毒や急性胃腸炎)が発生しやすい季節です。細菌等で汚染された食べ物で腹痛、下痢、嘔吐、発熱などを起こします。暑いところに放置された食事(おにぎり、おかず)や、中まで火がよく通っていない肉などを食べることは控えましょう。また食事の前には必ず石鹸と流水で手を洗いましょう。擦り込み式のアルコール手指消毒薬がある場合には、使用しましょう。

### 〈トイレと感染症〉



急性胃腸炎や食中毒などで、嘔吐や下痢などがあると、手や共用タオルの汚染を介して、他の人に感染することがあります。トイレで用を足した後は必ず流水と石鹸で手を洗いましょう。擦り込みのアルコール手指消毒薬がある場合には、使用しましょう。また、タオルの貸し借りは避けましょう。

### 〈風邪・感冒〉



避難所で人が沢山いる状態が長く続くと、いわゆる風邪(気道感染症)が被災地の人々に広がっていくことがあります。咳などがある時には咳エチケット(くしゃみや咳の症状がある時はマスクをする、とっさのくしゃみの時はティッシュや肘の内側で口と鼻を覆う、鼻水や痰が手に付いた時は手を洗う)をしましょう。

### 〈その他の感染症〉


全国的に流行性角結膜炎（はやり目）が流行しています。症状は、目の充血や流涙などです。感染力が強く、手やタオルなどを介して他の人に感染します。タオルの貸し借りを避け、こまめに、流水と石鹼で手を洗いましょう。

### 〈ワクチンの接種〉



被災地、避難所などで起きる感染症、人が多いところで蔓延する感染症には、麻疹、風疹、水痘、おたふくかぜ、百日咳などワクチンで予防できる感染症があります。また、被災時など外傷によって感染する破傷風もワクチンで予防できます。定期予防接種はきちんと受けるようにしましょう。

### 〈暑さ・ストレス・熱中症〉

 感染症以外にも、夏は気温が上がり、暑さ、身体的なストレスで体調を崩すことがあります。熱中症は、屋外だけでなく屋内でも起きます。こまめに水分と適度な塩分を補給し、適宜涼しい場所で休みましょう。めまいや顔のほてり、頭痛、筋肉のけいれん、だるさ、大量に汗をかくななどの症状があるときは早めに医療機関へ相談しましょう。

## 瓦礫の撤去、復旧復興作業における感染予防

瓦礫の撤去などの作業の際には、熱中症対策や食中毒予防はもちろんですが、以下のような感染症に対する注意が必要です。

### <傷と感染症>



被災地では、がれきの撤去などで手や足に傷を負う危険性がありますので、作業の際には、丈夫な靴や手袋で予防しましょう。傷があるときは流水できれいに洗いましょう。また傷口が膿んだ時、赤く腫れて熱感や痛みがある時は、皮膚の深いところまで感染が及んでしまう蜂窩織炎（ほうかしきえん）の可能性もあるので、医療機関へ相談しましょう。破傷風も、傷の汚染から起きます。症状は、口が開けにくくなる、顔・首・全身の筋肉の硬直、痙攣発作などです。ワクチンで予防できますが、約10年でワクチンの効果は切れてしまいます。けがをする可能性がある作業に従事する場合は、事前のワクチン接種をお勧めします。けがをした時に接種することも可能です。

### <土壌や環境への接触と感染症>



溺れるなどして、土壌や環境水を吸い込むと、環境中のレジオネラ菌に感染し、レジオネラ症になることがあります。症状は、発熱、倦怠感、から咳、息苦しさ、意識障害などです。治療には抗菌薬が必要です。感染から発病までの日数は2～10日ですので、被災時に土壌や環境水を吸い込んでから、10日以内に症状がでた場合には、速やかに医療機関を受診しましょう。また、土木作業などで巻き上がった土埃（ぼこり）や環境水を吸い込むことでも感染することがあります。作業の際には、防じんマスクが有効です。

露出した皮膚が土壌や環境水に接触すると、レプトスピラ菌に感染し、レプトスピラ症にかかることがあります。症状は、発熱、頭痛、筋肉痛などですが、重症化すると、黄疸、腎臓の障害、出血、意識障害などが起こります。レプトスピラ菌は主にネズミ類がもっており、尿と共に体外に排出され、土壌や環境水のなかで増殖します。屋外での作業の際には、長靴やゴム手袋などを着用しましょう。

北海道にはエキノコックスという寄生虫をもつキツネや野犬が生息しています。これらの動物やその糞に触れたり、糞で汚染された湧き水や果実などを口にすると、寄生虫の卵が体内に入り、エキノコックス症にかかることがあります。エキノコックスは体内で幼虫となり、肝臓などに寄生して肝臓の腫大、腹痛、黄疸、貧血、腹水貯留などの症状を起こしますが、幼虫の発育が遅いため自覚症状が現れるまでに数年から十数年を要します。予防のため、キツネや野犬、その糞に触れないこと、餌付けをしないこと、えさとなる生ゴミなどを放置しないこと、野山から帰ったあとは手を洗うこと、自生している果実や山菜はよく洗って食べることや湧き水などの生水を飲まないことに注意しましょう。

## <ダニと感染症>



北海道では、マダニに刺されると、ダニ媒介性脳炎、ライム病、回帰熱などに感染する可能性があります。ダニ媒介性脳炎の症状は、頭痛、発熱、悪心、嘔吐、意識障害、痙攣などです。ライム病や回帰熱に共通する症状は、発熱、頭痛、筋肉痛、関節痛などです。さらに、ライム病では、顔面神経麻痺や不整脈などが起こることもあります。回帰熱では、結膜炎、黄疸なども見られることがあります。マダニは初夏～秋にかけて多く見られ、イノシシなどの野生動物が出没する環境、民家の裏庭、畑、あぜ道などに多く生息します。屋外の作業の際には、皮膚の露出面を少なくする、虫よけスプレーを用いるなどし、マダニに刺されないようにしましょう。もし刺されてしまったら、無理に取り除こうとするとマダニの頭部が皮膚に残ることがありますので、できるだけ医療機関で取り除いてもらいましょう。

屋外での作業後、これらの症状が出た場合には、医療機関へ相談しましょう。

## 被災地へ支援に行く皆様へ



被災地に向かう際には、感染症を持ち込まない、またご自身が感染しないため、以下の点に注意し感染予防にご留意下さい。

○体調が悪い場合には無理をしない。

特に、発熱、咳、発疹、下痢などの感染症が疑われる症状がある時には、体調を整えてから現地に向かう。

○必要に応じワクチンを接種しておく

- ・ 麻疹・風疹：2回の麻疹あるいは風疹の含有ワクチン接種が終了していない場合は、麻しん風しん混合ワクチンを推奨します。
- ・ 破傷風：50歳以上の方は、破傷風に対する免疫を持っていないことが多いので、創傷を負う可能性が予想される時には、事前に破傷風トキソイドによる予防接種を推奨します。

一般社団法人日本環境感染学会理事長 賀来満夫  
同リスクコミュニケーション委員会

## 参考文献

### 日本環境感染学会

九州北部豪雨災害における感染症予防について（2017年7月20日）  
[http://www.kankyokansen.org/modules/news/index.php?content\\_id=197](http://www.kankyokansen.org/modules/news/index.php?content_id=197)

秋田県大雨による災害における感染症予防について（2017年7月28日）  
[http://www.kankyokansen.org/modules/news/index.php?content\\_id=200](http://www.kankyokansen.org/modules/news/index.php?content_id=200)

### 国立感染症研究所

#### 流行性角結膜炎とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/528-ekc.html>

#### 破傷風とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/466-tetanis-info.html>

#### レジオネラ症とは

<http://www.niid.go.jp/niid/ja/diseases/ra/legionella/392-encyclopedia/530-legionella.html>

#### レプトスピラ症とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/531-leptospirosis.html>

#### マダニ対策今できること

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/sfts/2287-ent/3964-madanitaisaku.html>

#### ダニ媒介性脳炎とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/encyclopedia/392-encyclopedia/434-tick-encephalitis-intro.html>

#### エキノкокクス症とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/338-echinococcus-intro.html>

#### ライム病とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/524-lyme.html>

#### 回帰熱とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/379-relapsing-fever-intro.html>

#### 日本脳炎とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/449-je-intro.html>

被災地・避難所でボランティアを計画されている皆様の感染症予防について

<http://idsc.nih.go.jp/earthquake2011/IDSC/20110317volunteer.html>

## 厚生労働省

エキノコックス症について

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000154886.html>

マダニ媒介性の回帰熱に関する Q&A

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou18/kaikinetsu\\_qa.html](https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou18/kaikinetsu_qa.html)

## 北海道庁

ダニ媒介感染症について

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/page.jsp?id=697369&device=?&>

感染症予防計画 第5版

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kth/kak/03-yobou30kaitei.pdf>

## 札幌市

エキノコックス症とは

<http://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f1kansen/f07ekino.html>

## 内閣府

北海道胆振地方中東部を震源とする地震に係る被害状況等について

[http://www.bousai.go.jp/updates/h30jishin\\_hokkaido/pdf/300906\\_jishin\\_hokkaido\\_02.pdf](http://www.bousai.go.jp/updates/h30jishin_hokkaido/pdf/300906_jishin_hokkaido_02.pdf)

## 気象庁

地震情報

<http://www.jma.go.jp/jp/quake/>