

令和元年8月の前線に伴う大雨における感染予防 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

2019年9月2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

〈食事と衛生食事と下痢、嘔吐〉



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鹼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鹼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。手足口病、咽頭結膜熱、ヘルパンギーナなど夏によく見られる感染症やA群溶血性レンサ球菌感染症にも注意が必要です。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。

手足口病の症状は、口、手、足などに水疱を伴う発疹が特徴です。咽頭結膜熱（プール熱）の症状は、結膜炎、のどの痛み、発熱などです。ヘルパンギーナは高熱とのどの痛み、口の中にできる小水疱が特徴です。A群溶血性レンサ球菌感染症の症状は、急な発熱とのどの腫れなどです。嘔気や嘔吐が見られることもあります。また、舌にイチゴのような粒々ができることもあります。


＜手足口病の流行＞2019年は西日本を中心に手足口病が例年より多く報告されています。今年の手足口病は、コクサッキーウイルスA6によるものが多く、従来の手足口病とは水疱の出現部位や大きさが異なります。大腿（ふともも）やおしり、腕（うで）にまで広がったり、水疱が大きく、痂皮（かさぶた）になることがあります。水ぼうそうと区別がつきにくいことがあります。治ってしばらくしてから爪がはがれることがあります。

＜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ワクチンで予防できる感染症があります（麻疹、風疹、水痘、おたふくかぜ、破傷風、百日咳、日本脳炎など）。特にお子さんは定期予防接種をきちんと受けるようにしましょう。昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で風疹の抗体価が低い人は、定期接種として麻しん風しん混合ワクチンの接種が可能です。詳しくは厚生労働省のホームページをご参照ください（リンクは参考文献をご覧ください）。

＜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ことがありますので、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。

<土壌や環境水への接触と感染症>



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します。作業の際には、防じんマスクを着用しましょう。

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感染し、尿と共に菌が排出されることで、土壌や環境水が汚染されて増殖します。犬、イノシシ、シカ、牛などの様々な哺乳動物も感染します。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。

<ダニと感染症>



日本紅斑熱や重症熱性血小板減少症候群（SFTS）は、西日本で発生の多い、マダニに刺されて起こる感染症です。日本紅斑熱の症状は、発熱、頭痛、倦怠感、発疹などです。SFTSの症状は、発熱、消化器症状（悪心嘔吐、腹痛、下痢）、頭痛、筋肉痛、意識障害、出血症状などです。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よ

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、発熱と発疹などの症状が出た場合には、医療機関へ相談しましょう。

<蚊と感染症>



日本脳炎は、日本脳炎ウイルスを持った蚊に刺されることで起きる感染症です。西日本を中心に毎年10人前後が報告されています。症状は、発熱、頭痛、悪心嘔吐、めまい、意識障害、麻痺、痙攣などです。日本脳炎ウイルスは、豚やイノシシなどにも感染します。蚊は、感染した動物を吸血することで日本脳炎ウイルスに感染し、さらに感染していない動物や人を刺すことで感染させます。日本脳炎ウイルスをうつす蚊（コガタアカイエカ）は日没から夜に活発に活動します。日没から夜は特に肌の露出を少なくしたり、虫除けスプレーを使って蚊に刺されないようにしましょう。ワクチンで予防できますが、接種から10年を経過すると効果は切れてしまいます。

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

- ・ 麻しん：2回の麻しん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。
- ・ 口風しん：2019年は風しんが全国的に流行しています。風しん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：45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ですので、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を推奨します。

一般社団法人日本環境感染学会理事長 吉田正樹
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

平成 30 年 7 月豪雨における感染症予防について (2018 年 7 月 10 日)

http://www.kankyokansen.org/modules/news/index.php?content_id=237

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

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

国立感染症研究所

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>

日本紅斑熱とは

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansenohanashi/448-jsf-intro.html>

重症熱性血小板減少症候群 (SFTS)

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/sfts/3143-sfts.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

風疹の追加的対策について

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kekaku-kansenshou/rubella/index_00001.html

内閣府

災害情報

<http://www.bousai.go.jp/updates/>

気象庁

気象警報・注意報

<https://www.jma.go.jp/jp/warn/>

佐賀県

防災・減災さが

<https://www.pref.saga.lg.jp/bousai/kiji00370615/index.html>