

## 海外生活と子どもの健康

### 第10回 海外生活と子どもの感染症 2

鈴木こどもクリニック

院長 鈴木 洋

#### <はじめに>

少し前まで感染症についてよく使われた言葉に新興感染症、再興感染症があります。新興感染症は、字のごとく新しい感染症で国際的に公衆衛生上問題になる感染症です。鳥インフルエンザ、エイズ、エボラ出血熱、重症熱性血小板減少症候群（SFTS）、重症急性呼吸器症候群（SARS）、腸管出血性大腸菌感染症などがあります。エイズや0157で有名になった腸管出血性大腸菌感染症は日本国内でも発生し注意が必要ですが他の新興感染症は海外での話題で、いつ日本国内で発生するかその対策が論じられています。一方、再興感染症は、過去に恐ろしい感染症と言われていたものがその後公衆衛生上問題にならないくらいに減少した感染症で、再び驚異の感染症として取り扱われるようになったものです。結核、デング熱、マラリア、狂犬病などがあります。最近ではジカウイルス感染症も話題になっています。

海外生活をしている人にとって感染症は専門家にゆだねる事項ではありません。自分自身を守るための海外生活をするための一般常識として考えていただきたいものです。

この健康コラムも今回で最後です。感染症をグローバルな視点と子どもの視点から考えたいと思います。

#### <感染症対策は？>

感染症は、微生物が人の体に侵入して不都合な状態を作る現象です。昔は感染症を自然界の異常現象と関係づけて考えていたようです。その結果空気が汚れ吸うことで病気が起こるのだと。マラリアはマル（悪い：マル）アリア（空気：エア）から来ているようです。インフルエンザは influenza が語源で「星の影響」という意味が含まれています。感染症を自然の怒りのような少し不気味な現象ととらえていて、その結果過剰に誤った反応を人はしていました。現在でもまだそのような心理的な面は残っていて不必要に不安をあおるようなことが時に起こっています。

近代科学は、病原体による感染症と認識し、それぞれの原因病原体を発見してきました。病原体がわかれば、その性質もわかり、感染の仕方も徐々に解明されてきました。例えば日本脳炎は、日本脳炎ウイルスによる感染症でそのウイルスは豚に感染し増えます。しかし豚は感染症として発病しません。感染した豚に蚊が吸血し、その蚊が人を刺すことによってウイルスが感染するのです。蚊を媒介する感染症はたくさんあります。マラリア、デング熱、ウエストナイル脳炎、今話題のジカウイルスなどがそうです。これら蚊媒介感染症対策は、まず蚊対策です。蚊が発生しない寒い地域では感染症は発生しません。蚊が発生しないような対策も大事です。タイの日本人学校の子どもたちは、蚊が発生しないよう、たまり水ができないようにどぶさらいを定期的にしていました。次に蚊に刺されないような工夫です。暑い環境では涼しい空気をもとめて窓を開けがちですが出来るだけ蚊が入ってこないような工夫、蚊帳や衣服を工夫します。また虫除け剤も大事です。

次に、インフルエンザのような飛沫感染や空気感染です。感染者が呼吸や時に咳で病原体を空気中に吐き出し、それを別の人が吸うことで感染する病気です。空気感染は同じ部屋にいれば感染する確率は高く、その結果感染力が強いと表現されるものです。その対策はマスク着用です。空気感染を起こす感染症が流行しているときは、人の多い人混みには不必要に行かないことも大事です。

一時パニックになった中国で流行した SARS（サーズ）は飛沫感染といって咳とともにウイルスを含んだ唾液が飛んで人に感染したり、唾液が衣服や部屋の家具に付きそれに触ることによって接触感染します。飛沫感染であり接触感染です。空気感染と違い感染者とは2メートルも離れれば感染しません。このサーズ流行中、米国の疾病管理センター（CDC）のホームページでは2メートル離れれば大丈夫と書いてありましたが、日本ではインフルエンザのように空気感染症の扱いで不安をあおっていました。接触感染も重要な感染ルートです。この対策はやはり手洗いです。手洗いは重要な感染症対策です。子どもたちにはこの手洗いを習慣化することが大事です。外から帰ってきたとき、汚いものを触ったとき、食事前には是非手洗いが自然に出来るように習慣化することです。感染症が流行しているときのみするように指導しても習慣化されていないとなかなか出来ません。

食中毒は、食べる物を介して感染性病原体が体内に入り引き起こす病気です。主に嘔吐や下痢の伴う胃腸炎です。経口感染とも言われています。食中毒とは言いませんがこれら病原体で引き起こされた胃腸炎の吐物や下痢の処理の接触で感染することもあります。日本では衛生事情が良く伝統的な料理に刺身など生ものを使う食べ物が多くあります。日本でもこれら生ものを介して生ずる食中毒が報告されていますが、海外では生ものを直接食べる文化はあまりありません。それよりも熱を加えて料理するものを十分に熱処理しないで起こる食中毒が時々見受けられます。食べ物以上に注意する必要があるのは水です。滞在する国の水に対する注意度は絶対です。大人は本人が注意すればいいのですが子どもではそうはいきません。ましてや使用人の衛生教育をきちんとしないとと思わぬ食中毒になる事があります。

#### <予防接種は感染症対策の横綱>

日本は長い間、「予防接種後進国」と揶揄されてきましたが、やっと先進国並みになってきました。日本国内だけの感染症対策としての予防接種とグローバル化した世界での予防接種対策ではその対応に違いがあります。予防接種の歴史には光と影が伴っていました。健康な子どもに接種する予防接種、予防接種による被害は出来るだけゼロにしたいものです。しかし、異物である予防接種を体内に注入することは、適切な方法で接種しても思わぬ副反応が起こることは避けられません。その副反応が起こらないように予防接種が改良されてきました。要するに日本の予防接種行政は慎重だったのです。

人の行き来することが頻繁になると地域的な感染症は地域に留まらずグローバルになる可能性が高いのです。ですからグローバル化した時代の予防接種は「日本では」ではダメなのです。特に海外に仕事なり旅行なりに出かけるときには渡航先の感染症情報を考慮した予防接種対策が必要になります。

予防はことが起こってからでは十分とは言えません、「その前に」が原則です。子どもたちにはまず日頃から日本で出来る予防接種は定期接種からきちんと済ませておく

ことです。今年の10月からはB型肝炎ワクチンも定期化されます。

日本で出来る定期接種でないワクチンも是非接種して下さい。ロタウイルスワクチン、おたふくかぜワクチンです。インフルエンザワクチンは季節性ワクチンで毎年インフルエンザ流行前に接種した方がいいでしょう。但し経鼻のインフルエンザワクチン「フルミスト」は一部の日本の医療機関でも輸入ワクチンとして行っているようですが、今年米国疾病管理センター（CDC）より、予防効果の点から接種を控えるように勧告が出ているので注意して下さい。

次に日本では感染症自体が発生しにくいものの予防接種についてと、予防接種も日本には無いものについてお話ししたいと思います。

まず、黄熱ワクチンです。黄熱自体は日本での発生はありませんが、アフリカや南米に赴任予定の人には求められます。子どもでは9カ月以上が対象ですが卵アレルギーのある子どもでは接種できません。接種するとイエローカードを渡され接種証明書になります。今までは10年が有効期限でしたが今年から終生1回でいいことになりました。

髄膜炎菌髄膜炎は国内でも時々患者が発生していますが、2015年から「メナクトラ」というワクチンが国内販売され2歳以上で接種可能になりました。アメリカやイギリスの学校に留学する際必要となる場合があります。またサウジアラビアのメッカ巡礼（ハジ）の時期入国するときに必要なようです。私も10年前にサウジアラビアに医療巡回相談に行った際多くの日本人が子どもを含み事情がよくわからずこの予防接種を入国時にしていたことを覚えています。狂犬病、腸チフス、コレラ、ダニ媒介脳炎の予防接種もあります。デング熱の予防接種も一部の国で始められています。ダニ媒介脳炎は東ヨーロッパやロシアで発生していてここに滞在している日本人学校の子どもたちは接種しているようです。いずれにしてもこれらは日本ではなじみのない感染症です。ワクチンについては日本ではトラベラーワクチン専門のクリニックか、そのホームページを参考にするか、いつも受診しているかかりつけの小児科医に相談するといいいでしょう。

### <おわりに>

海外生活は何となく不安です。さらに感染症も何となく不安です。二つ重なればその不安も増大します。その不安を少しでも軽減するのは正しい知識と情報です。今回は感染症についてお話ししましたが、海外生活における感染症対策はその渡航先で必要とされる予防接種です。子どものお医者さん、小児科医は感染症についてどの専門の医師よりよく知っています。渡航が決まったら、短期の海外旅行でもかまいません。いつも子どもを診てもらっているかかりつけの小児科医に海外生活について感染症をはじめ色々ことをアドバイスしていただいたらよいかと思います。多くの小児科専門医はそんな子どもの親を待っています。小児科の専門医はこどもの総合専門医であることを知っておいて下さい。