

様々な感染経路

- 水・食べ物

- 蚊やダニ

- 動物との接触

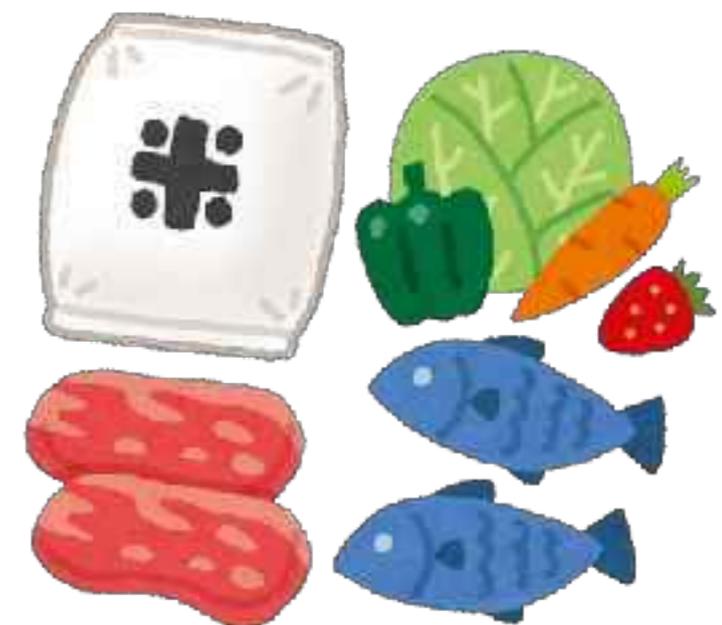
- 性交渉

- 淡水との接触



水や食べ物で感染する疾患

- 赤痢
- 腸チフス・パラチフス
- その他雑多な腸炎・下痢症
- A型肝炎・E型肝炎

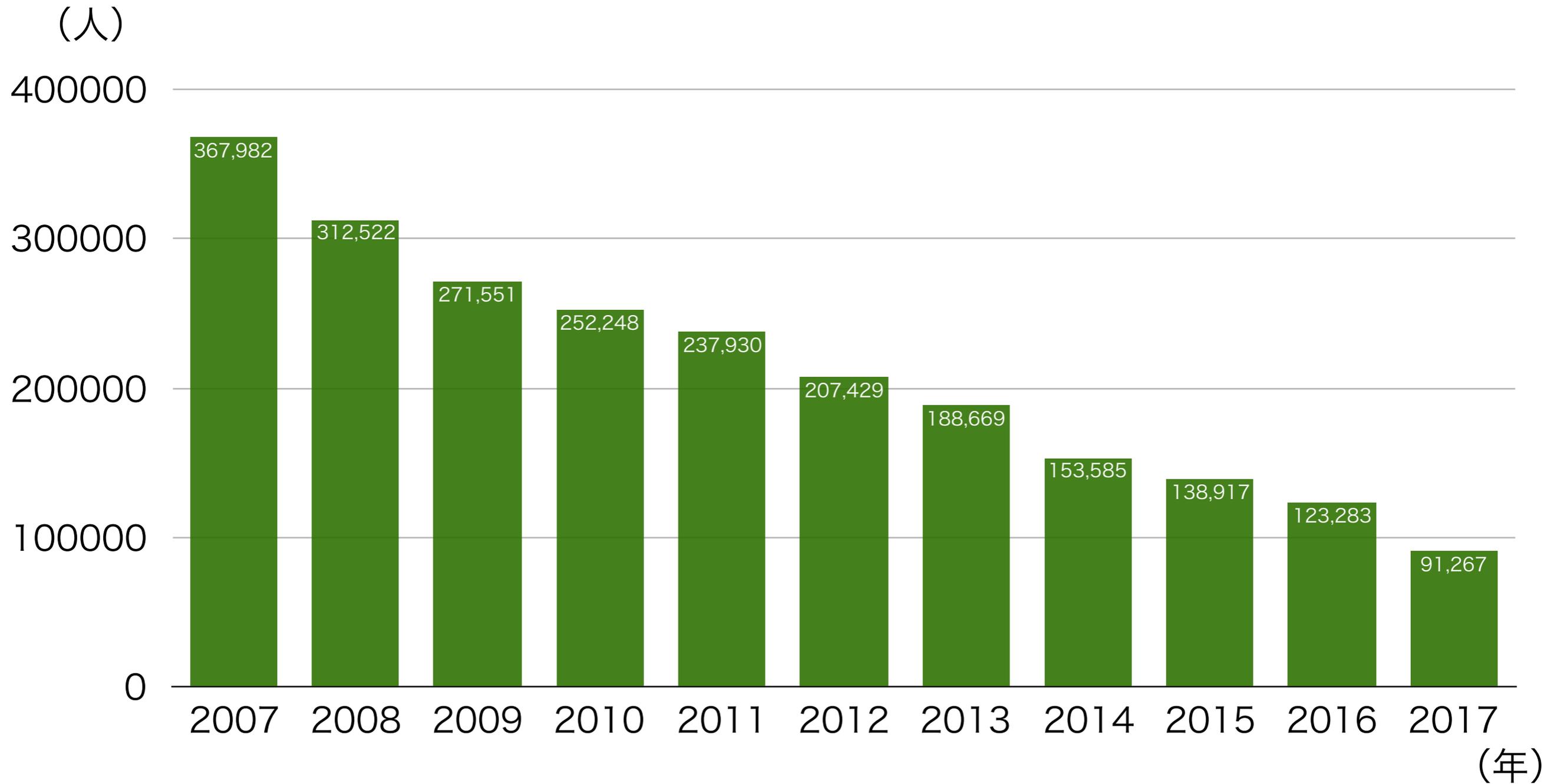


赤痢（細菌性、アメーバ性）

- 下痢、発熱、腹痛などの症状
- 赤痢菌や赤痢アメーバに汚染された水や氷、食品などから感染する
- 予防のためのワクチンはない
- 適切な抗菌薬で治療する



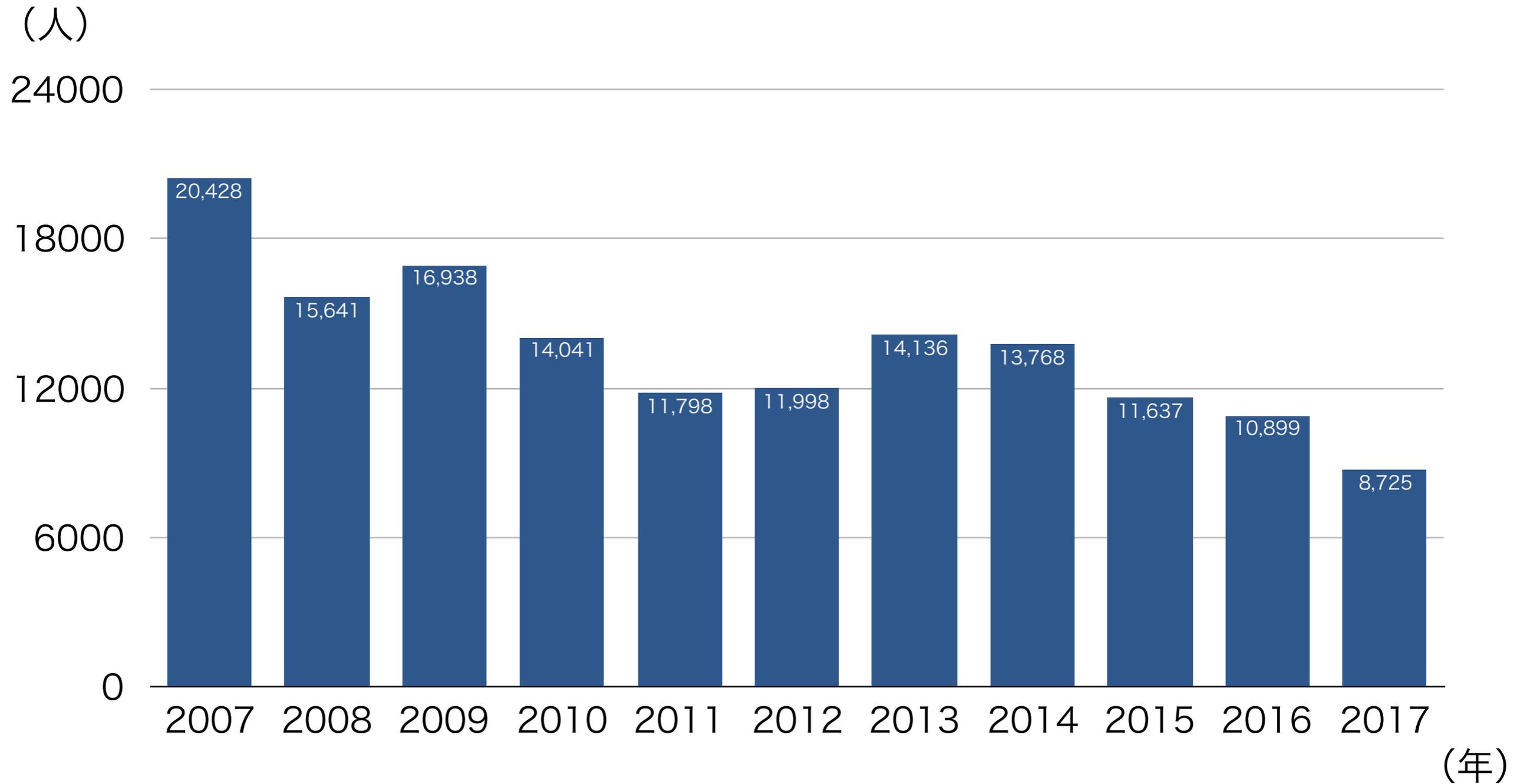
中国での赤痢発生件数



腸チフス・パラチフス

- 菌が腸から血液に入り、敗血症を起こす
- 下痢はあまりみられない
- 汚染された水や氷、食品から感染
- 腸チフスに対するワクチンはある
- 適切な抗菌薬で治療する

中国での腸チフス・パラチフス



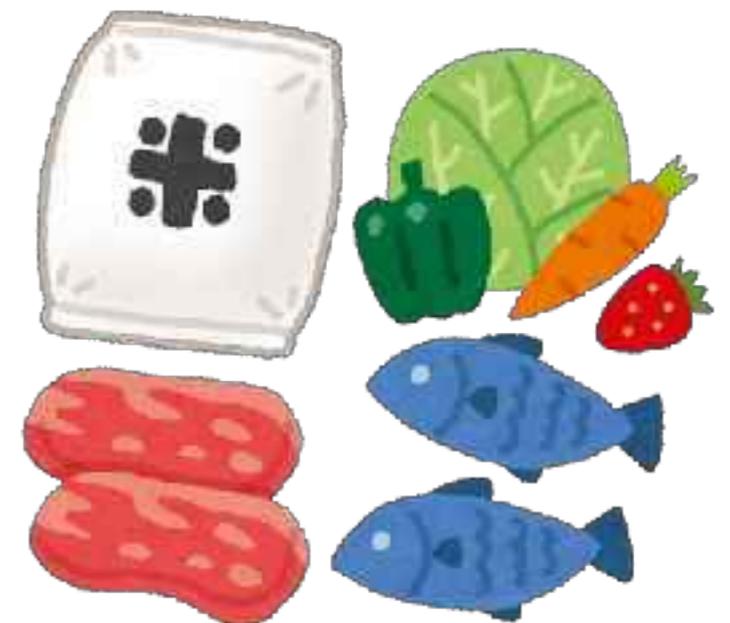
その他の下痢症

- 海外渡航者の30-70%は下痢症を経験する
- 予防は、食べ物を選択と、手洗い！
- 血便・発熱があれば、抗菌薬が必要な可能性あり



食べ物の選択

- 全ての食べ物にリスクがある
Boil it, peel it, cook it, or forget it
- 沸騰した水は安全（高地では沸点が下がるので注意）
- 加熱した料理を、温かいまま食べる



CDC, Can I Eat This?

[View More by This Developer](#)

By Centers For Disease Control and Prevention

This app is only available on the App Store for iOS devices.



Free

Category: [Travel](#)

Updated: Apr 27, 2015

Version: 1.1.1

Size: 45.9 MB

Language: English

Seller: Centers for Disease Control and Prevention

© Centers for Disease Control and Prevention

Rated 12+ for the following:

Infrequent/Mild Alcohol, Tobacco, or Drug Use or References

Description

Application description: Montezuma's revenge, Delhi belly, or travelers' diarrhea—whatever you call it, an illness from unclean food or water can ruin your international trip. Help prevent travelers' diarrhea and other illnesses by using CDC's Can I Eat This? app. Select the country you're in and answer a few simple questions about what you're

[CDC, Can I Eat This? Support](#) ▶

[...More](#)

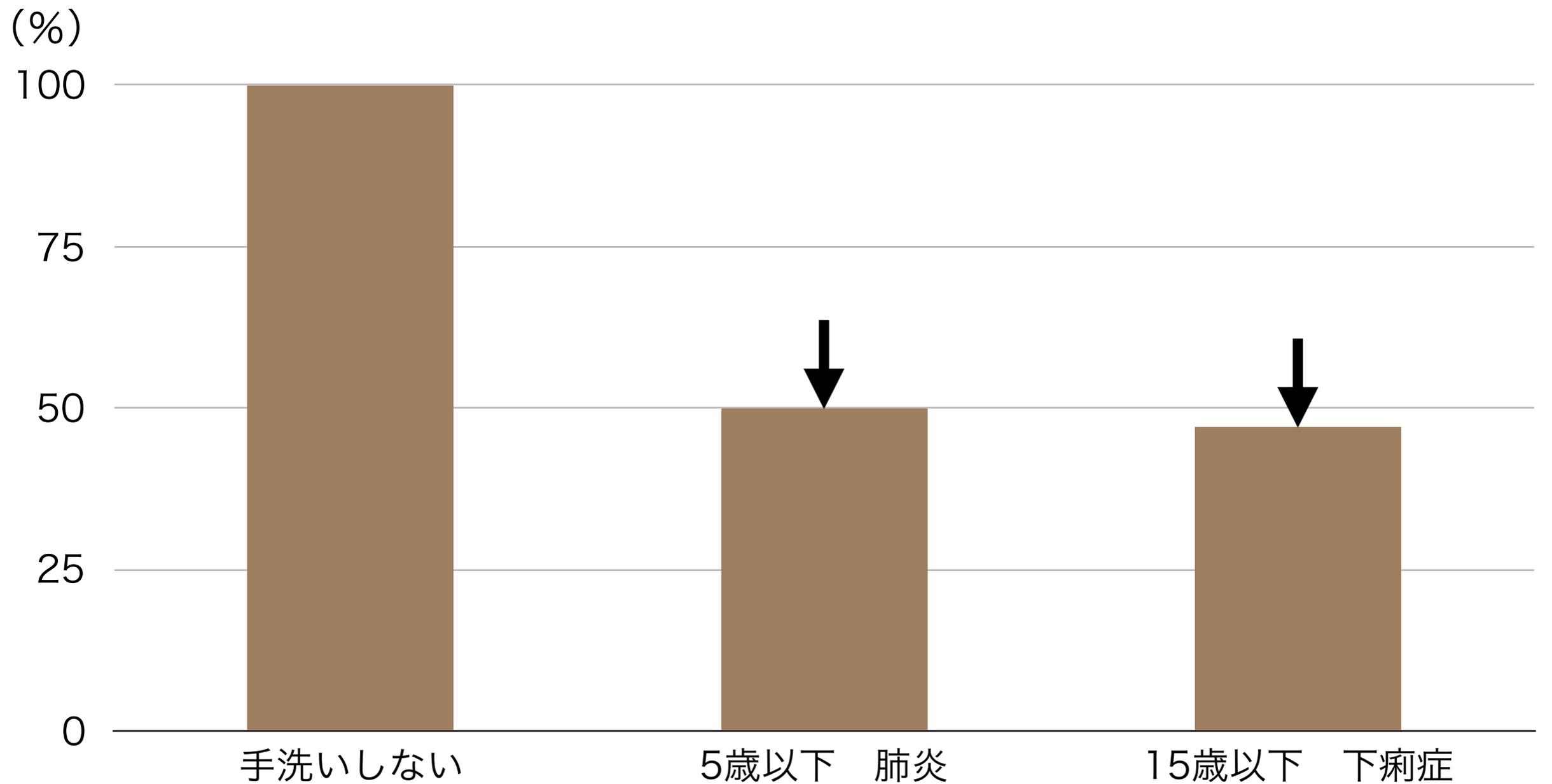
What's New in Version 1.1.1

Fixed a bug that caused the app to crash when certain selections were made

iPhone Screenshots



手洗いの重要性



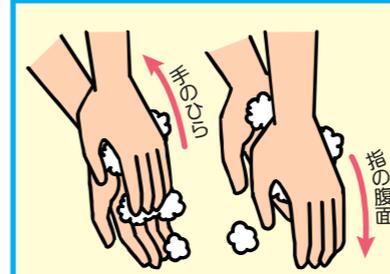
できていますか？ 衛生的な手洗い



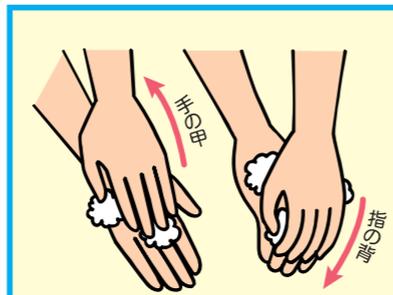
1 流水で手を洗う



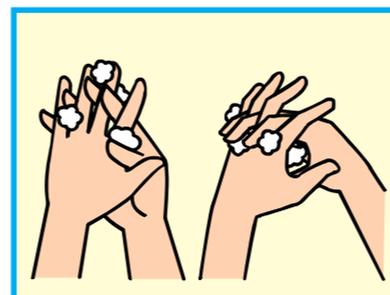
2 洗剤を手取る



3 手のひら、指の腹面を洗う



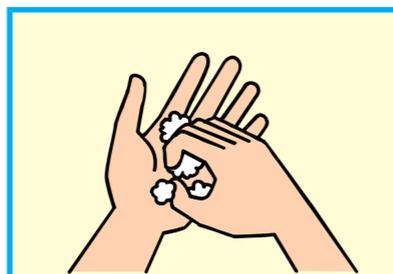
4 手の甲、指の背を洗う



5 指の間(側面)、股(付け根)を洗う



6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う



7 指先を洗う



8 手首を洗う(内側・側面・外側)



9 洗剤を十分な流水でよく洗い流す



10 手をふき乾燥させる



11 アルコールによる消毒

2度洗いが効果的です!

2～9までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

下痢がひどい場合 (脱水の補正)

- ORS (Oral Rehydration Solution)



家でできる経口補水療法

1 ふつとうさせて殺菌した
湯さましを1ℓ用意



2 砂糖
小さじ6はい



3 塩
小さじ半分



4 1+2+3をかきまぜてげりをした
子どもに飲ませます



A型・E型肝炎

- 肝炎を引き起こすウイルス
- 汚染された水・氷・食品で感染
- A型肝炎は予防のワクチンがある
- 有効な抗菌薬はない



A, E型肝炎发生数

