

## 子供を連れて海外旅行へ行くときの注意について。

### 1. 海外での子供のリスクの特徴

旅行者の約4%は子供で、旅行に関連した病気で入院した人の25%は子供が占めているといったデータがあります。旅行や赴任に子供を同伴する場合は注意が必要ですが、これらのリスクは十分な知識と事前の予防でかなり回避することができます。

子供は大人に比べて、下痢、マラリア、狂犬病、デング熱、熱中症など海外でかかりうる病気に罹りやすく、また重症化しやすいので、渡航前にワクチンを含めたしっかりとした準備をしておく必要があります。

また、国内にいても子供は、下痢、腹痛、風邪などをよく起こすので、言葉の通じず、習慣の違う海外でいざと言う時に慌てないよう、ある程度家族で対応ができるように準備をしておかなければなりません。

### 2. 海外での子供のリスク

海外渡航先での子供の死因のトップは交通事故です。渡航先では交通事故にあう確率が日本にいる時と比べ物にならないくらい高くなります。原因としては、途上国では車の運転が乱暴であったり、両親も道が分からないなどで子供に対する注意がおろそかになるなどが考えられます。2番目に多い死因は溺水です。海辺の観光地が多いのも原因でしょうが、潮の流れが予想外に速かったり、潮の満ち干きで海辺から遠くに残されてしまうなどの原因も考えられます。海辺は子供にとって危険だらけです。たえず目を離さない様こころがけましょう。

### 3. 子供の下痢・・・

途上国への旅行では、特に3歳以下において下痢の頻度が極めて高く、重症化しやすく、治るまでとても時間がかかりやすいといった特徴があります。

子供はいろんな所をさわったり、手をよく口に持ってくる、風呂やプールで水を飲みやすい、地面に近いので落ちたものを知らないうちにひろってしまうなどといった原因が考えられます。

子供の下痢で最も怖いのは“脱水”です。子供はとても脱水に弱く、ひどい下痢では数時間で重篤な状態になることもあります。治療の主は水分を取らせることです。水分補給は子供が下痢になったら両親が真っ先にすべきことで、これが何よりも重要な治療です。ただの水やジュースでは水の吸収が悪いので、塩や電解質が入ったものを飲む必要があります。海外ではORS（Oral Rehydration Salts）という粉が薬局で手に入るのので、水に溶かして飲ませてください。ORSは国内では“OS-1”という商品名で大塚製薬より販売されておりますので、あらかじめ購入してもって行くのも良いでしょう。水も飲めないくらいぐったりしているようなら、早急に病院に運んでください。

### 3. マラリア

子供は蚊に刺されやすく、子供のマラリアは大人に比べて脳マラリアなど重篤になりやすく、発熱した数時間後に死亡することもあります。マラリア汚染国で亡くなっているのは殆どが子供か妊婦です。

マラリアは、海外では特別な病気ではありません。世界人口の4割はマラリア汚染地域に住んでおり、年間3億人ほど感染している普通の病気です。

マラリアの予防方法には色んな選択枝があり、子供の年齢、渡航する地域、季節、活動内容、基礎疾患などを考慮して最良の方法を考える必要があります。渡航する前に、感染症の専門医に相談してください。

### 4. 狂犬病

子供は狂犬病のハイリスクグループです。

インド、東南アジア、中国など、狂犬病が多い国は世界中に多くあります。狂犬病は世の中で最も死亡率が高い感染症で、亡くなっているのは殆どが子供です。

子供に多い原因は、

子供は犬にちょっかいを出すために多数の箇所をひどく噛まれる。

背が低いので脳に近いところがかまれるため潜伏期間が短い。

犬を触ったことをお母さんに怒られるので、噛まれたことを隠してしまう。

などが考えられております。

発症防御には予防的なワクチン接種もしくは噛まれた後にワクチンを接種する暴露後接種の2つの方法があります。

渡航地域の医療事情、活動内容、期間などを考慮し、最良の方法を考える必要があります。

狂犬病汚染国に渡航する際は、事前に感染症専門医に御相談ください。

## 5. 日本脳炎

子供は大人に比べて日本脳炎のリスクが高く、アジア地域や中国、インドなどの地方に渡航する際は、子供はリスクにさらされま  
す。近年、日本脳炎ワクチンがADEM（急性散発性脳脊髄炎）を引き起こすのではないかという意見があり、国は予防的接種の  
差し控え勧告をだしましたが、関連性についての医学的根拠は全く提示されておりません。日本脳炎は死亡率が高く、生き延びて  
も脳神経障害が残る可能性がたかい病気です。罹っても治療がなく予防するしか方法がありません。最近、今までのワクチンと  
製造方法が異なる新しいワクチンが開発されましたが、元々医学的な関連性が全く分からないため、この新しいワクチンがADE  
Mを引き起こさないという根拠もないわけです。新しい日本脳炎ワクチンを接種した人が自然発生したADEMにたまたま罹患し、  
国を相手に訴訟をかけたなら、このワクチンもまた同じ運命をたどるのは必須です。あるかないか分からない副反応と、日本脳炎を  
発症するリスクを天秤にかけて、予防接種を受けるべきかどうかを考える必要があります。

## 6. 高山病

子供は大人に比べて高山病に罹りやすいので注意が必要です。高山病は2500m以上の高さに急に登った際に起こります。最近  
流行のマチュピチュ遺跡やクスコ、ラサ、ボリビアの首都ラパスなど通常に旅行する観光地や都市で富士山よりも高く、高山病の  
リスクがある渡航地はいくらでもあります。子供は高山病の中でも重篤なHAP E（低酸素に伴う肺水腫）を起こす危険性が高く  
特に注意をはらう必要があります。一般に高山病の予防にとっても効果があると信じられているダイアモックスは、実は軽い頭痛な  
どを抑える効果はあるも、重篤な高山病を予防することはできません。高山病の予防はゆっくりと登ることであり、治療は低いと  
ころに降りることです。子供を高地に同伴することはお勧めしませんが、どうしても連れて行かなくてはならない事情ある場合は、  
旅行行程や緊急時の対処法などに専門医と検討をする必要があります。

## まとめ

海外渡航における子供のリスクは大人と異なり、上記に挙げた以外にも子供に対する注意点は数にいとまがありません。

これらのリスクは渡航地域、時期、滞在の形態、宿泊場所、滞在期間、などで変わります。

海外に渡航する際は、是非専門医に相談することをお勧めいたします。