



風疹を予防しよう

新聞やニュース等で報道されているとおり、首都圏を中心に風疹が流行しています。特に 30～50 歳代男性 の患者が多くなっています。自分自身と家族や一緒に働く人を風疹から守るために、正しい知識を知り予防しましょう。

風疹とは？



原因	風疹ウイルスに感染することで発症
感染経路	飛沫感染 が中心 感染者の咳やくしゃみ、会話などでウイルスを含んだ水滴が飛び、その水滴を鼻や口から吸いこむことで感染
症状	感染後、平均 16～18 日の潜伏期間を経て、以下の症状が表れる ・ 38 度前後の発熱 ・ 赤い発疹 ・ リンパ節の腫れ（耳や首の後ろ）等 <u>※症状が出ない感染者も 15～30%程度存在するため、気づかない間に周囲に感染を広げてしまう可能性がある</u>
感染力	強い 症状が出る前後 1 週間、周囲の人に感染させる可能性がある <感染者 1 人が周囲に感染させる平均人数> ・ インフルエンザ：1～3 人 ・ 風疹：5～7 人

先天性風疹症候群

風疹に対する免疫がない妊娠 5 ヶ月頃までの妊婦が風疹に感染すると胎児も感染し、産まれてきた赤ちゃんが**先天性風疹症候群**を発症する可能性があります。

<先天性風疹症候群の主な症状>

- ・ 先天性の目の病気
（白内障・網膜症・緑内障）
- ・ 難聴
- ・ 心疾患
- ・ 低出生体重児
- ・ 精神・運動機能発達の遅れ
- ・ 血小板減少性紫斑病
- ・ 肝脾腫 など



予防法

風疹ワクチンの接種が最も有効です。

<抗体獲得率>

1 回接種	95%	2 回接種	99%
-------	-----	-------	-----

2 回の接種で、より確実な予防が可能になります。

◇妊娠中の女性

風疹ワクチンは生ワクチン（ウイルスを弱毒化させたもの）のため、予防接種を受けることができません。人混みを避ける、家族は予防接種を受けるなど、感染しないよう注意してください。

◇妊娠を希望する女性

予防接種を受けた後、2 ヶ月間は避妊が必要です。



風疹の予防接種制度

男女、年代によって風疹の予防接種制度が異なるため、風疹ウイルスに対する免疫の保有状況が異なります。また、制度上は接種対象となっても何らかの事情によって、予防接種を受けていない場合もあります。母子手帳や抗体検査で免疫があるかどうか確認することをお勧めいたします。

《年代別にみる風疹の予防接種制度の変遷》

男性	(個別接種) (2回)	接種 幼 児 期 (1回) 個 別	中 学 生 の 時 に (1回) 個 別 接 種	1回も接種していない
女性				



28歳7ヶ月
(1990年4月2日生)

31歳1ヶ月
(1987年10月2日生)

39歳7ヶ月
(1979年4月2日生)

56歳7ヶ月
(1962年4月2日生)

(年齢：2018年11月1日時点、参考：厚生労働省「職場における風疹対策ガイドライン」)

免疫の有無セルフチェック

1. 風疹の予防接種を受けたことがありますか？ ※風疹のワクチンには3種類あります。 ①風疹 ②MR(麻疹・風疹混合) ③MMR(麻疹・おたふくかぜ・風疹混合) なお、③は現在使われていません。	ある・ない・不明
2. 風疹にかかったことがありますか？	ある・ない・不明
3. 採血をして免疫を持っているかどうかの検査(抗体検査)を受けたことがありますか？	ある・ない・不明

- 1、2、3がいずれも「ない」または「不明」
- 3のみ「ある」で検査結果が陰性



予防接種
推奨

出典：厚生労働省「職場における風疹対策ガイドライン」

多くの自治体では、風疹の抗体検査や予防接種費用の助成事業を行っています。助成要件、金額等は自治体により異なるため、お住まいの市区町村のホームページ等でご確認ください。

～風疹にかかってしまったら～

医療機関 受診	風疹と思われる症状が見られたら、感染拡大を防ぐために事前に医療機関に連絡し、風疹の疑いがあることを伝え、医療機関の指示に従って受診する
治療	風疹ウイルスそのものに対して効果のある薬は、今のところない 症状に応じて解熱薬などによる対処療法が行われる
安静	多くの場合、風疹の症状は3～5日間、安静にすることで治る 出勤開始については、医師の指示に従う

