

# 職場を風疹(ふうしん)の 温床にしない あなたにできる2つの行動



監修：産業医科大学微生物学教室 教授 谷口初美  
職域風疹対策コンソーシアム 代表：(株)東京ガス 産業医 堀 愛

## I なぜいま風疹(ふうしん)か？

- 東京や大阪など、大都市で流行しており、患者の7割が20～40歳代の男性です。職場での集団感染が起きています。
- 最も大事なことは、自分、そして家族・地域・職場の妊婦を風疹から守ることです。  
風疹は症状がでる前から感染力があるため、気づかずに妊婦にうつすことがあります。  
妊娠に気づきにくい初期に風疹にかかると、おなかの赤ちゃんが亡くなったり、生まれた子に重篤な障がい(聴こえない・見えづらい・心臓病など)が残ることがあります(先天性風疹症候群)。妊娠3ヶ月までの感染では、80%の確率でこうしたことが起こります。

## II 風疹はどんな病気か？

- せきやくしゃみ、手についた風疹ウイルスからうつります。感染力はインフルエンザの5倍です。
- 2～3週間後に発熱・顔から全身にひろがる細かい赤い発疹・首の後ろ側のリンパ節の腫れがあらわれます。
- ふつう自然に治りますが、発疹が出る前・後の約1週間は、人にうつしやすい時期です。

## III いまあなたにできること

2つの行動で、あなたを風疹から守り、集団感染を防ぎ、先天性風疹症候群の子供を減らすことができます。

- 1) 風疹かもと思ったら「絶対に職場に行かない、来させない」
- 2) 仕事帰りや休憩時間に、麻疹・風疹混合ワクチンを受けます

- 風疹は、2回のワクチン接種でほぼ防ぐことができます。予防接種や発症の記録がなければ、受けましょう。

### 20～40歳代の男性は

風疹に対する予防接種を受ける機会がなかった世代です。

妊娠の可能性のある家族がいる方は、積極的に受けましょう。

### 女性は

妊娠を考えている方は、積極的にワクチンを受けましょう。ただし、接種後2ヶ月間は妊娠をさげましょう。  
妊娠中は風疹のワクチン接種を受けることができません。

- 小児科や内科で、およそ8,000円から15,000円程度で受けられます。麻疹も予防するため、麻疹・風疹混合ワクチンがおすすめです。お住まいの市区町村の保健所で、費用の補助が受けられるかどうか、調べてみましょう。
- ワクチン接種によりごくまれに重い副反応がでることがあります。心配なことは、医療機関で相談しましょう。

## 麻疹・風疹ワクチンを受けられる医療機関の予約方法・時間・費用を調べて記入し、職場で周知をはかりましょう

医療機関 1	電話番号
医療機関 2	電話番号
医療機関 3	電話番号