



## 薬剤耐性の拡大を防ぐためにできること —かぜに抗菌薬は効きません—

感染症内科 医長 小金丸 博

### はじめに

かぜを引いた時、抗菌薬をもらいに病院に行っていないですか？**抗菌薬は“かぜ”などウイルスによる感染症に対しては全く効きません。**そればかりか、**抗菌薬を不適切に使用すると、抗菌薬が効かない薬剤耐性菌を生み出す原因になってしまいます。**現在、世界中で薬剤耐性菌が増加しており、対策を怠ると2050年には世界で年間1000万人の人々が薬剤耐性菌による感染症で死亡するという報告もあります。そのため、国家レベルや病院レベルで、薬剤耐性の拡大防止に対するさまざまな取り組みが行われています。

### 薬剤耐性 (AMR) とは？

特定の種類の抗菌薬が効きにくくなる、または効かなくなることを「薬剤耐性：Antimicrobial resistance (AMR)」と言います。1980年以降、従来の抗菌薬が効かない「薬剤耐性」を持つ細菌が世界中で増えてきており、今後も抗菌薬の効きにくい感染症が増加することが予測されています。

薬剤耐性菌が増えると、抗菌薬による治療が難しくなるため、重症化や死亡の危険が高まります。特に、免疫力の弱い乳幼児や妊婦、高齢者、糖尿病や悪性腫瘍などの基礎疾患を持つ人たちは、感染症に罹患すると重症化しやすいため、薬剤耐性菌が広がることは大問題となります。

国家レベルの対策として、本邦でも2016年4月に取りまとめられた「薬剤耐性 (AMR) 対策アクションプラン 2016-2020」に基づき、6つの分野において薬剤耐性対策に取り組んでいくこととしています (表1)。抗菌薬の適正使用も重要なテーマの一つとして取り上げられています。

(政府広報オンライン  
<http://www.gov-online.go.jp/useful/article/201611/2.html>)

乳幼児や高齢者、持病のある人など、**免疫力の弱い人**が特に危険に!

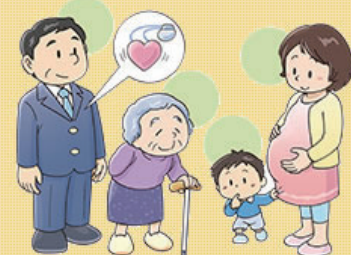


表1 薬剤耐性 (AMR) 対策アクションプラン

分野	目標
1 普及啓発・教育	薬剤耐性に関する知識や理解を深め、専門職等への教育・研修を推進
2 動向調査・監視	薬剤耐性及び抗微生物剤の使用量を継続的に監視し、薬剤耐性の変化や拡大の予兆を適確に把握
3 感染予防・管理	適切な感染予防・管理の実践により、薬剤耐性微生物の拡大を阻止
4 抗微生物剤の適正使用	医療、畜水産等の分野における抗微生物剤の適正な使用を推進
5 研究開発・創薬	薬剤耐性の研究や、薬剤耐性微生物に対する予防・診断・治療手段を確保するための研究開発を推進
6 国際協力	国際的視野で多分野と協働し、薬剤耐性対策を推進

## なぜ薬剤耐性菌が生まれるのか？

薬剤耐性菌が生まれ、広がる背景には図1のような要因があります。特に、抗菌薬の過剰な使用や中途半端な使用は、薬剤耐性菌の増加と直接関連します。

必要のない抗菌薬を服用すると、体内にいる細菌がその抗菌薬に対して耐性を獲得する可能性が高くなります。また、医師から処方された抗菌薬の服用を途中で中止するなど指示された服用方法を守らないと、殺しきれなかった細菌が体内に残ってしまい、その中から薬剤耐性菌が出現する可能性が高くなります(図2)。

図1 薬剤耐性菌が生まれる原因 (WHO ポスター)

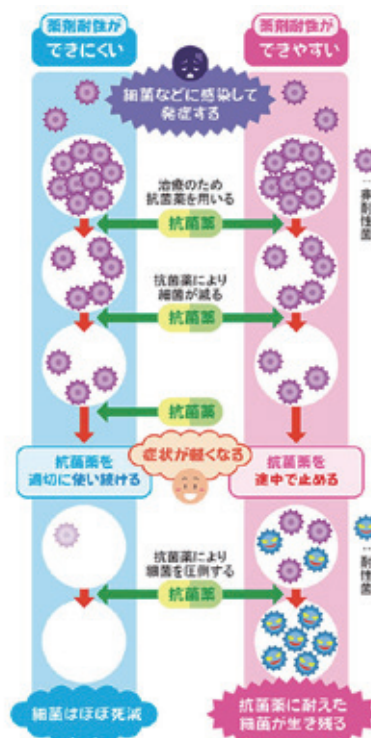
WHO ポスターを根井貴仁先生(日本医科大学付属病院 医療安全管理部 感染制御室)が日本語訳



図2 薬剤耐性菌が出現するまで

(政府広報オンライン)

<http://www.gov-online.go.jp/useful/article/201611/2.html>



## 薬剤耐性 (AMR) の拡大を防ぐには？

薬剤耐性の拡大を防ぐためには、感染症をしっかりと予防することで抗菌薬を必要とする機会を減らしたり、感染症を周囲にひろげないようにすることが重要です。それに加えて、

ウイルス感染症など抗菌薬の不要な感染症に対して、医師が抗菌薬を処方しない姿勢が大切です。表2に抗菌薬が必要な病気と不要な病気の例を挙げます。感染症であっても、必ずしも抗菌薬の服用が必要ないことがわかりいただけだと思います。

表2 抗菌薬が必要な病気と不要な病気

病気（疾患）	一般的な原因		抗菌薬？
	ウイルス	細菌	
かぜ／鼻水	○		不要
気管支炎／咳・痰 (もともと元気な成人、こども)	○		不要
百日咳		○	必要
インフルエンザ	○		不要
溶連菌咽頭炎		○	必要
咽頭炎（溶連菌以外）	○		不要
滲出性中耳炎	○		不要
尿路感染症		○	必要

また、患者さま一人ひとりが抗菌薬を適切に使用することも重要です。「この薬は5日間、飲み切ってください」と指示された薬を、症状が軽くなったからといって途中で止めてしまったことはありませんか？また、「1回2錠、飲んでください」と指示された薬を、1回1錠に減らして服用したことはありませんか？

抗菌薬は、こうした不適切な使い方をすると、薬剤耐性菌が出現する危険が高まります。薬剤耐性の拡大を防ぐためにも、抗菌薬を服用する際は、医師や薬剤師の指示を守って、必要な病気に、適切な量を適切な期間、服用するように気をつけましょう。

以前に処方された抗菌薬が残っていても、それを自己判断で飲むことはやめましょう。抗菌薬を他人にあげたり、もらったりすることも控えてください。似たような症状でも原因菌が異なる可能性がありますし、抗菌薬の中途半端な使用は薬剤耐性菌を生み出す原因になりかねません。

薬剤耐性菌による感染症には有効な抗菌薬がないことがあるため、そもそも感染しないことが重要です。適切にワクチンを接種し、予防できる病気をしっかり予防するように心がけましょう。

### 薬剤耐性 (AMR) の拡大を防ぐには

**抗菌薬は、医師や薬剤師の指示を守って使いましょう**

- ・勝手に途中で止めない
- ・勝手に量や回数を変更しない

※変えたいときは、必ず医師に相談を

(政府広報オンライン)

<http://www.gov-online.go.jp/useful/article/201611/2.html>

## おわりに

薬剤耐性 (AMR) の拡大を防止することは、私たちの未来にとって非常に重要なことです。抗菌薬は限られた資源であり、適切に使用しないと有効な治療薬を失うことにつながります。国民一人ひとりが抗菌薬に対する正しい知識を持ち、正しく使用することで、薬剤耐性を広げないようにしましょう。

# 栄養相談を受けてみませんか？



栄養科 科長 羽根田 千恵

主治医から、食事に注意するように・・・と言われ、何をどうしたらよいのかと困った経験はありませんか？食事は毎日毎日、1日に3回考えなくてはならないもの。ましてや自分の食事だけでなく、家族の食事も用意しながら・・・となると大変なことになります。そのような時、栄養相談をご利用ください。主治医からの指示栄養量に合わせて患者さま一人ひとりに合わせた提案を行います。

今回は、栄養相談について、身近に感じていただけるように紹介をさせていただきます。

## Q 1：栄養相談はどのようにして受けるのでしょうか

予約制になります。初回は主治医が予約いたします。栄養相談では医師からの指示栄養量にもとづいてお話しいたします。まずは、主治医にご相談ください。入院中の患者さまでも受けることは可能です。

## Q 2：栄養相談はどのような流れでしょうか

まずは、今までの食習慣について伺います。普段、召し上がっている食事の内容や食習慣について確認し、今後の食事内容について説明します。初めての相談時には、この調査が必要なため、30分程度お時間をいただきます。2回目以降は、20分程度になります。

## Q 3：料金はかかりますか

初回は3割負担で780円（栄養指導料のみ）、継続の2回目以降は、600円です。

## Q 4：栄養相談は難しい話になりませんか

わかりやすく、すぐに実行できる提案をこころがけています。そのためにも、現状の食事内容の確認にも時間をかけて、伺っております。栄養相談室には食品のフードモデルや写真などを準備しております。お一人ずつに合わせて話を伺いながら、説明しておりますので、気軽な気持ちでまずはお尋ねください。

また、栄養相談は一度きりではなく、診察日に合わせて何回でも継続してお話をさせていただきます。ご本人だけでなく、調理を担当するご家族も一緒に参加いただき、少しずつ改善していきましょう。



栄養相談風景



食品フードモデルと食事説明用リーフレット

**Q 5：どのような病名の指導を受けることができますか**

食事管理の必要な糖尿病などの生活習慣病を中心に行っています。昨年度の栄養指導病名の内訳は図1のとおりです。

昨年度から新たに「低栄養・がん・嚥下困難」が対象病名に加わりました。入院中に召し上がっていたいただいた食事内容を退院後にも継続いただけるように説明いたします。

不足しがちな栄養素を補うことのできる高栄養食品の紹介なども行っています。

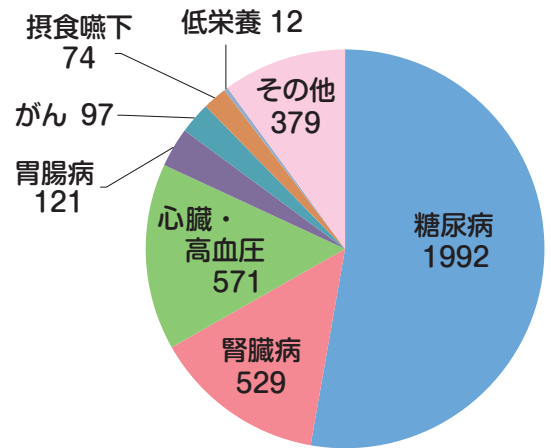


図1 平成28年度  
栄養指導件数 N = 3775 件



**Q 6：栄養相談だけを受けることができますか**

かかりつけ医（当院と連携のある）の先生を通じて当センターに依頼をいただくと受けられます。

**Q 7：栄養相談はどこで受けるのですか**

2階の化学療法室手前の栄養相談室で行います。23番受付で案内をいたします。

外来の栄養相談は栄養科所属の管理栄養士が相談を受けます。患者さまお一人ずつに合わせ、すぐに実行できるような提案ができるよう、日々、努力しております。興味のある方は、ぜひ主治医にご相談ください。お待ちしております。



## 患者さまの声

車椅子のまま血圧が測れると良い。

→車椅子を利用している方も血圧を測りやすい機器を1階11番受付の横に設置しています(患者さまによっては、高さ調整が必要な場合もあります)。お困りの際は、受付のスタッフまでお声掛けください。看護師が測定いたします。

健康増進センターのところを自転車で通る人がいる。自転車での通行を禁止にするべきである。

→センター敷地内における車道の自転車通行は禁止しておりませんが、歩道を通行する場合は自転車を降りてご移動いただくようご案内しております。また、チェーン付きコーンを健康増進センター前に設置し、自転車に乗ったまま通行することができないようにいたしました。今後とも、引き続き自転車を降りて通行する旨を周知徹底いたします。

デイルームにて、周りに人がいるのに服薬等の個人情報について説明していた。すぐ横に面談室があるので、そちらで説明した方が良い。

→デイルームで入院をお待ちいただいている患者さまが複数いらっしゃるところで、採血結果や内服薬の説明をしてしまいました。配慮が足らず大変申し訳ございませんでした。今後、患者さまの個人情報保護に留意し対応するよう周知徹底いたします。

大きな病院は軽い症状の病気は地域の病院に任せることは当然であるが、言い方によって感じが悪い。

→当センターでは病状が安定している場合などは地域の病院に患者さまをお任せして、病状が思わしくない際はご紹介いただく病院連携を実践しております。今後、適切な説明ができるよう、コミュニケーション能力の向上に努めてまいります。

## 「邦楽器の夕べ」について

今年度第1回目のセンター内コンサート「邦楽器の夕べ(和ってイーネ!)」を7月27日木曜日午後4時から2階食堂にて開催しました。

今回は、望月佐之助さん、望月太意樹さん、望月左喜十郎さん、望月美都輔さんにより、素囃子を堪能しました。素囃子とは能の演奏方式のひとつで、囃子方(笛、小鼓、大鼓、太鼓)による演奏のことで、当日は患者さまとご家族、約100人の皆様にお集まりいただきました。

1曲目の「獅子」で気分が高揚した後は、レクチャー・コーナーとして演奏に使用する楽器やリズムの取り方などについてわかりやすく解説していただきました。祭囃子メドレーでは、拍子に合わせて皆さん思わず体が動き出すなど、会場が活気と笑顔で満ちあふれました。

邦楽器によるコンサートは今回初めての試みでしたが、今後もこのような催しを行うことで患者さまとご家族の皆様に、よりよい環境を提供できるよう取り組んでいきたいと思っております。



### 第147回老年学・老年医学公開講座

# 高齢期こころ豊かに ～百寿者からのメッセージ～

申込不要・入場無料・  
手話通訳あり

- 平成29年10月3日(火)  
13時15分から16時まで  
(開場12時15分)
- 文京シビックホール大ホール  
東京都文京区春日1-16-21