ご存じですか「薬剤耐性菌」

人は、過去から現在までいろいろな感染症と戦ってきました。
その中で、菌による感染症に対しての切り札といっていいものが「抗生物質（抗菌薬）」です。
しかし、「薬剤耐性菌」という、「抗生物質（抗菌薬）」が効きにくい菌が増えています。
そこで、「薬剤耐性菌」に人が対抗していくためにはどうしたらいいのかということを掘り下げていきたいと思います。

①かぜに「抗生物質（抗菌薬）」は効かない？

「かぜ」をひいたから、かかりつけのお医者さんにかかって、「抗生物質（抗菌薬）」をもらおうとしたことがありませんか？
ところがどっこい、かぜには「抗生物質（抗菌薬）」は効かないんですよ。
「そんなはずないだろう、いつも、先生に「抗生物質（抗菌薬）」をもらって治ったよ」と思っているそこのあなた、**間違いの可能性が高い**んです。
そもそも、かぜは 80～90%の原因がウイルスなんです。
ウイルスには、「抗生物質（抗菌薬）」は全く効果がありません。
かぜをひいて「抗生物質（抗菌薬）」を飲んで治ったと思っているのは、ほとんどの場合、あなた自身の抵抗力のおかげです。ですので、かぜをひいてお医者さんにかかっても、熱や咳、鼻水といった症状に対する対症療法で十分な場合がほとんどです。これは、子供さんにも言えます。

②「抗生物質（抗菌薬）」てなに？

簡単に言うと、菌を壊したり、菌が増えないようにする薬のことです。
そこで、みなさんはイギリスのアレクサンダー・フレミングという医師をご存じでしょうか？左手の法則とは無関係ですよ。フレミングは、1928 年ある実験の失敗から、アオカビから作られるペニシリンという「抗生物質（抗菌薬）」を発見しました。これが、人類初の「抗生物質（抗菌薬）」となりました。1940 年代には世界中で使用され、第 2 次大戦の負傷兵の命をたくさん救ってきました。その後、たくさんの種類の「抗生物質（抗菌薬）」が作られることとなり、より多くの人の命を救ってきました。
そうして普及してきた「抗生物質（抗菌薬）」ですが、同時に問題となる「薬剤耐性菌」も次々と現れることになってきたんです。

③「薬剤耐性菌」てなに？

「薬剤耐性菌」とは、本来なら効果があるはずの「抗生物質（抗菌薬）」が効かない菌のことを言います。
ではなぜ「薬剤耐性菌」は生まれてくるのでしょうか？
実は、耐性菌というのは、人間がペニシリンを発見する以前から存在しています。実際に、400 万年以上前にできた洞窟から薬剤耐性菌は発見されていますし、人類の活動がほとんどないはずの北極の永久凍土からも薬剤耐性菌はみつかっています。つまり、一部の菌は生まれながらにして、もともと薬剤耐性菌なんです。
一方、一般社会においては、「抗生物質（抗菌薬）」が世界中で使用し始められた 1940 年台から薬剤耐性菌が次々とみつかるようになり、その後急速に拡散していきます。これには、「抗生物質（抗菌薬）」の使用が大きく関わっているといわれています。
「抗生物質（抗菌薬）」を使うことで、「抗生物質（抗菌薬）」が効く菌はいなくなっていきます。

元々、体の中で、「抗生物質（抗菌薬）」が効く菌は、幅を利かしていて、耐性菌を隅っこに追いやっていました。
ところが、「抗生物質（抗菌薬）」を投与することで、幅を利かしていた菌がいなくなります。すると、どんどん耐性菌が増えることができる環境になってしまい、耐性菌だらけになっていきます。
また、「抗生物質（抗菌薬）」を投与することで、それがきっかけとなって、菌が「抗生物質（抗菌薬）」に対する抵抗する手段（耐性化）※1 を手に入れてしまうことがあります。
「抗生物質（抗菌薬）」は、こういった状況を作り出してしまう場合があります。
　こういった状況を作り出してしまう原因として、以下の、「抗生物質（抗菌薬）」の不適切な使用が関係しています。
1.必要のない「抗生物質（抗菌薬）」を服用する。
2.医師から処方された「抗生物質（抗菌薬）」の服用を飲み切るように指示されていたのにも関わらず、自己判断で途中で止めたり、１日３回のところを２回にしたりして服用方法を勝手に変える。
など。

④「薬剤耐性菌」を増やさないためには

　まず、①で書いたように、かぜをひいたから、かかりつけのお医者さんに「抗生物質（抗菌薬）」をもらおうとしたことはありませんか？かぜには菌が「抗生物質（抗菌薬）」は効きません。ですので、かぜでかかりつけのお医者さんの診察を受ける際には、ご自分の症状をしっかりと伝え、「抗生物質（抗菌薬）」を要望するようなことはやめましょう。お医者さんは、「抗生物質（抗菌薬）」が必要と判断すれば、きちんと処方してくれます。
また、「抗生物質（抗菌薬）」をお医者さんから処方された場合には、その指示をきちんと守って、飲み切りましょう。勝手に、飲むのをやめたり、３回のところ２回にするなど飲む回数を減らしたり、余った薬を、症状が同じだからと言って、体調が悪くなった時に、また飲んだり、人にあげたりしないようにしましょう。
みんなで、こういう取り組みができれば、将来の子供に、菌による感染症の切り札としての「抗生物質（抗菌薬）」を残していくことができます。

（参考）薬剤耐性（AMR）対策について　薬剤耐性（AMR）対策アクションプラン（厚生労働省）
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000120172.html

※1　菌が「抗生物質（抗菌薬）」に対する抵抗する手段（耐性化）
- 「抗生物質（抗菌薬）」が作用する部分が変化し、作用できなくなる
- 「抗生物質（抗菌薬）」を分解する酵素を菌が作って、「抗生物質（抗菌薬）」を分解してしまう
- 「抗生物質（抗菌薬）」が菌の中に、入りにくくしたり、入ってきた「抗生物質（抗菌薬）」を菌の外にくみ出したりする作用が強くなることで「抗生物質（抗菌薬）」が効かなくする

などの手段で「抗生物質（抗菌薬）」に抵抗する能力（耐性化）を獲得する。

彦根休日急病診療所長　大野　勝則