



＼ 減らそう！ ／ 薬剤耐性

薬剤耐性（AMR）を防ぐために
私たちができること



制作：内閣官房内閣感染症危機管理統括庁

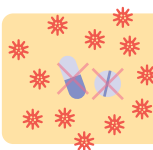
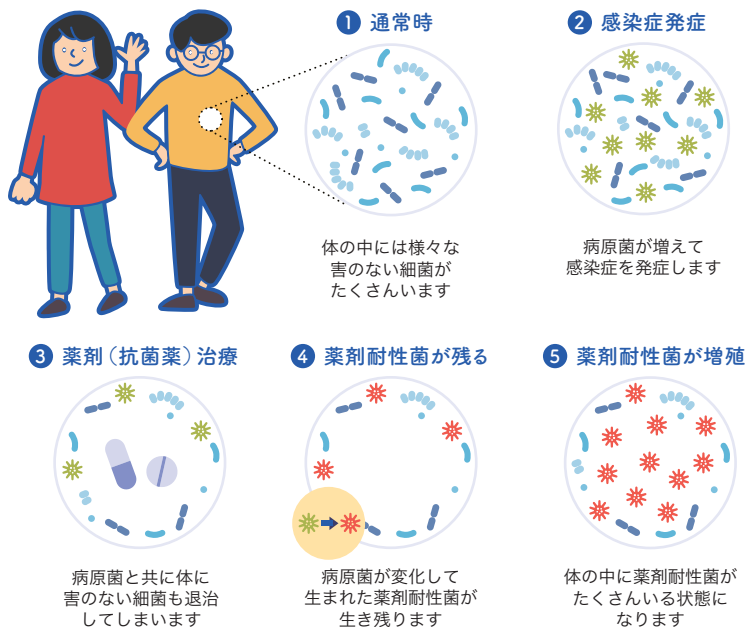
Q.1

薬剤耐性（AMR）って何？

A. 感染症の原因となる病原菌に抗菌薬（抗生物質）が効かなくなることです。

体の中に入った細菌（病原菌）が病気を引き起こした時には、処方された抗菌薬（抗生物質）を飲んで治療しますが、病原菌だけでなく、体の中にいる害のない細菌も一緒に排除してしまいます。その際に抗菌薬（抗生物質）から逃れるため、病原菌が耐性をもった「薬剤耐性菌」に変化することがあるのです。そして、周りに他の細菌がいなくなり棲みやすくなった環境で、薬剤耐性菌が増えてしまい、本来、効果があつたはずの抗菌薬（抗生物質）が病原菌に効きにくくなります。

薬剤耐性が生まれるまで



抗菌薬（抗生物質）が効かなくなると、感染症の予防や治療が難しくなり、さまざまな医療を安全に行えなくなってしまうのです。



Q.2

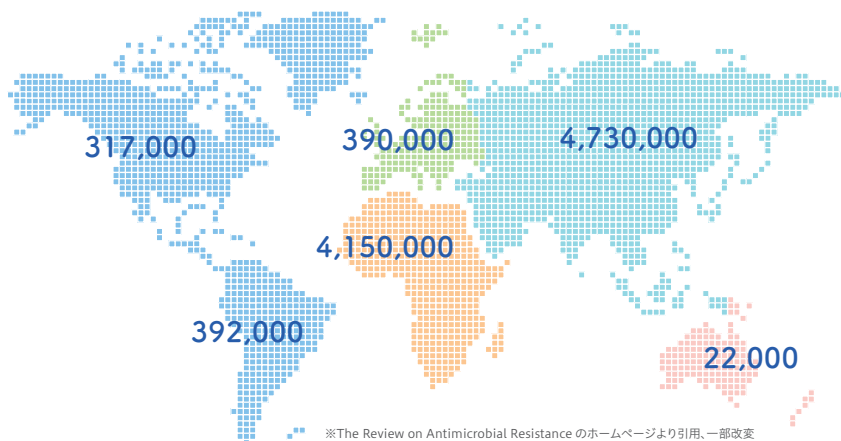
薬剤耐性でどんな影響があるの？

A. このまま何の対策も講じなければ、約30年後には
薬剤耐性で1,000万人が死亡すると予想され、
がんの死亡者数を上回ります。

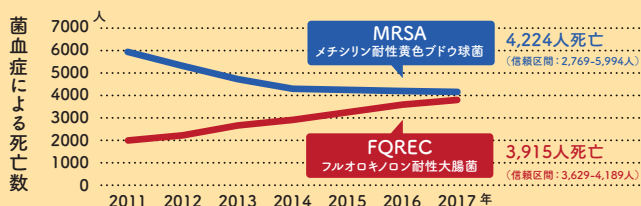
薬剤耐性による死亡者の数は世界で年間約127万人にのぼります（2019年時点）。また、2013年時点の推計では、何も対策を講じなければ、2050年には世界で約1,000万人が死亡すると言われています。

世界保健機関（WHO）総会で、2015年に薬剤耐性に関する国際行動計画が採択され、日本でも薬剤耐性の問題に取り組むため2016年に薬剤耐性（AMR）対策アクションプランが策定されました。また更なる薬剤耐性（AMR）対策の推進にあたって、2023年に新たなアクションプランが策定されています。

薬剤耐性による予想死亡者数（2050年）



日本では2種類の薬剤耐性菌の菌血症で年間8,000人が死亡しています。



Tsuzuki S et al. JIC. ther 26 (2020) 367e371368. <https://doi.org/10.1016/j.jiac.2019.10.017>



Q.3

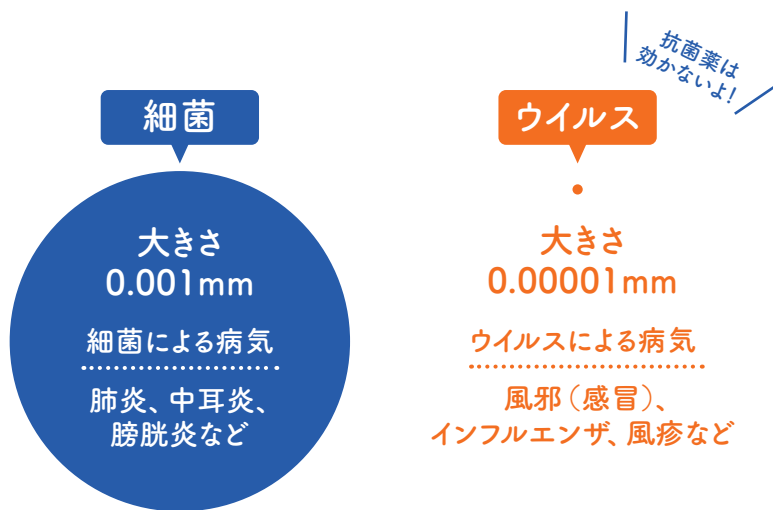
抗菌薬（抗生物質）で風邪は治るの？

A. 抗菌薬（抗生物質）は「ウイルス」が原因である風邪やインフルエンザなどには効果がありません。

抗菌薬（抗生物質）は「細菌」に効果があり、風邪やインフルエンザなどの原因となる「ウイルス」には効果がありません。

風邪をひいたからといって、抗菌薬（抗生物質）を間違えて飲んでしまうと、効果がないだけでなく、下痢・嘔吐・発疹などの副作用を起こす可能性があり、さらに薬剤耐性菌発生のリスクが高まります。

細菌とウイルスの違い



細菌とウイルスは、大きさ、構造、増え方などが異なります。

抗菌薬（抗生物質）は細菌に有効な薬なのです。

抗菌薬（抗生物質）はウイルスが原因の病気には効果がありません。風邪の時に抗菌薬（抗生物質）を飲んでよくなってきたと感じたなら、それは抗菌薬（抗生物質）の効果ではなく、自身の免疫でウイルスをやっつけたからかもしれません。



Q.4

薬剤耐性菌を増やさないためには？

A. 必要がないとき、抗菌薬（抗生物質）を飲まないようにし、
抗菌薬（抗生物質）を処方されたら医師の指示どおりに飲むことが大切です。

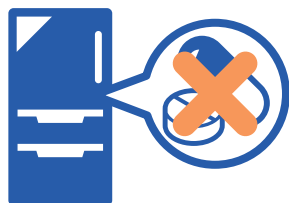
抗菌薬（抗生物質）は風邪などを治す万能薬ではありません。必要のない抗菌薬（抗生物質）を飲まない・希望しないようにしましょう。

また、医師はあなたの体に合わせた抗菌薬（抗生物質）を処方しています。処方された抗菌薬（抗生物質）は、医師の指示どおりに飲むことが重要です。

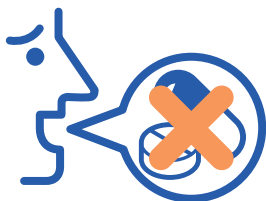
抗菌薬（抗生物質）は正しく飲みましょう



抗菌薬（抗生物質）は
医師の指示どおり飲みましょう



抗菌薬（抗生物質）は
余らせたりとっておかない



自ら抗菌薬（抗生物質）を
希望しない



抗菌薬（抗生物質）を
あげたりもらったりしない

Q.5

すぐにできる対策はないの？

A. 感染症を予防することで、薬剤耐性の予防にもつながります。

今日からすぐにできる感染症予防策！

手洗い



「まずは手洗い」を習慣化しよう！

私たちの手には、目には見えないたくさんの菌が付着していて、私たちは気が付かないうちに菌を取り込んだり、運んだりしています。手洗いは、感染経路を遮断するためにとても効果があります。



咳エチケット



咳や鼻水が出るときはマスクをしましょう。隙間のないようにあごまですっぽり隠れるように付けます。とっさのときは、ハンカチ等で口と鼻を覆いましょう。

ワクチン接種



感染症にはワクチンで予防できるものがたくさんあります。ワクチンを接種しておくことで、その病原体に対して免疫を獲得し、病気になりにくかったり、症状が軽く済んだりします。



不必要な抗菌薬（抗生物質）を使用しないことが、薬剤耐性の予防になります。日々手洗いを心がけ、必要なワクチンはきちんと接種し、感染症を予防しましょう。



Q.6

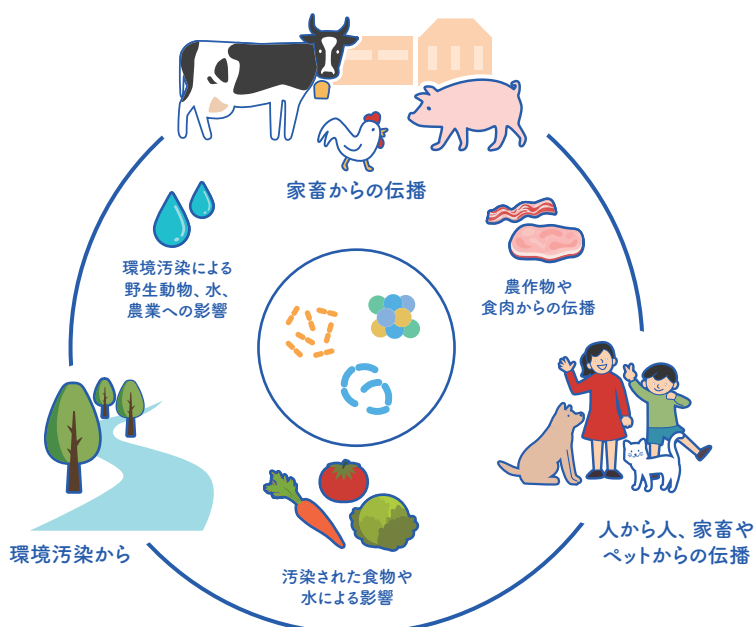
薬剤耐性は人だけの問題なの？

A. 抗菌薬（抗生物質）は畜産、水産、農産物などあらゆる所で使われているため、食品などを通じて薬剤耐性菌が伝播する可能性があります。

抗菌薬（抗生物質）は人や動物の医療以外にも、畜産、水産、農産物などあらゆる所で使われています。薬剤耐性を持つ遺伝子が環境や食品を介して、人や動物へ伝播する可能性があるともいわれています。

薬剤耐性は人だけの問題ではありません。動物の健康や環境の保全にも気を配り、それらに関わるさまざまな分野の人々が連携して課題解決を図っていく考え方を「ワンヘルス・アプローチ」といいます。

伝播する薬剤耐性菌



私たちの周りでは、開発による生態系や、環境の破壊、気候変動による影響、経済や社会的背景などさまざまな課題があります。私たちも「ワンヘルス」の理念に基づいて、皆で取り組んで行く必要があります。



「薬を用量用法を守って飲むこと」
抗菌薬（抗生物質）が使える未来のために
私たちができること



みんなの「気づき」で、救われる未来がある。

抗菌薬（抗生物質）の用量用法を守らないと、
本当に必要な時に効かなくなる可能性があります。
今から適切に服用する習慣を身につけましょう。

正しい知識を身につけることが、あなたやあなたの大切な人の
健康を守ることに繋がります。

「薬剤耐性（AMR）対策について」知りたい方へ



内閣官房内閣感染症危機管理統括庁

ホームページ



内閣官房内閣感染症危機管理統括庁

普及啓発動画

制作協力： 国立研究開発法人 国立国際医療研究センター病院
AMR臨床リファレンスセンター