

# その抗生物質いりません

今回は少し、シヨッキングなお話しをしようと思います。それは、抗生物質についてです。抗生物質はペニシリンの発見以来、人類に多大な貢献をしてきました。現在でも細菌感染症治療の主役です。多くの細菌に対して、多くの抗生物質が作られています。そのほとんどは効果があるのですが、実はほとんど効果が期待できないものもあります。今回はそのほとんど効果がないと考えられる抗生物質をみなさんに知っておいていただき、もし、どこかの医師から処方された場合、一度、こんなことを書かれていたけどどうなのかと処方してみてもらった医師に確認してみてもほしいからです。医師の中にはそのことを知らずに効果が期待できない抗生物質を処方していることがあるからです。それはあなただけでなく、その医師の評判と同時にそのほかの患者さんも無益な薬から患者さんを守ることができません。

では、どんな抗生物質が効果が期待できないのでしょうか。我々、医師の間で有名な抗生物質があります。それは経口（飲み薬の）第3世代セフェム系薬といわれるものです。商品名でいうとフロモックス、メイアクト、トミロン、セフゾン、バナシなどです。第3世代ということでは第1、2世代があるわけですが、数字が増えるほどより多くの細菌に効果があるとされています。しかし、これら経口第3世代セフェム系薬は腸管からの吸収率が低く、メイアクトで16%、セフゾンで25%と、成分のほとんどが便となって出ていきまします。ほかの第1世代、第2世代セフェムと呼ばれるものは、90%以上はちゃんと吸収されます。最初にお話ししたペニシリン系のお薬でも75%は吸収されて利用されます。さて、ほとんどが便になるのに効果が期待できるのでしょうか？実際に決められた投与量自体もとても少なく、まるで効果が期待できません。点滴の第3世代セフェムはちゃんと効果があるので、入院してしっかり治療すべきときは投与します。

これら経口第3世代セフェム系薬はしばしば副鼻腔炎や鼻炎、中耳炎、皮膚感染症で処方されてい

るのを見受けられます。しかし、軽症の副鼻腔炎や中耳炎のほとんどはウイルス感染症で抗生物質は効果なく（抗生物質は細菌感染症に効く）適切な投与であったのか疑問です。また、皮膚感染症でも、とびひや溶連菌性皮膚炎では局所治療やペニシリン系薬、第1、2世代経口セフェムで十分効果があるので、これらを利用するのは不適切といえるでしょう。

さらに不適切な抗生物質使用にはもっと有害なことが生じます。それは感染症に効果が起きなくても、しっかり副作用が生じる可能性があるということです。また、腸内細菌を破壊して、肥満やアレルギーにもつながると言われており、高齢者では命にかかわるかもしれない、クロストリジウム感染症というひどい下痢症になる危険性が高くなります。ほかに耐性菌という抗生物質が効かない細菌が発生します。やはりこうした耐性菌の一番の犠牲者になるのが高齢者や抵抗力の弱い乳児、免疫力の低下した人、心臓や肺が慢性的に悪い人です。こうした方々に使える抗生物質がなくなり、無用な命の損失を生じる危険性があります。

かぜもほとんどがウイルス感染症なので抗生物質は効きません。ちなみにかぜに対して、抗生物質を処方してその恩恵を受ける方は7万人に1人といわれ、逆に副作用で困るひとは四百数十名に1人と言われています。

抗生物質に限らず、不要な薬、特に気休めで薬は飲まないほうが健康でいられます。世の中には実は効果がないことが証明されている薬や、効果があるかどうかわからない薬がたくさんあります。ぜひ、本当に効く薬、必要な薬なのかを医師に確認してみてください。



# 患者様の声

当院では患者様の声を集めております。患者様の喜びの声を聴く事ほど、私たちの仕事にやりがいと情熱を与えてくれるものはありません。いいこと・悪い事どんなことでも結構です。是非、あなた様のお声をお聞かせください。

## 院長のひまわり

今回は特別にお母さんにおすすめの2冊を紹介いたします。お孫さんが産まれた方が読んでも役に立つと思いますよ。  
Dr. KIRIKOのおっぱい育て〜母乳育てたいお母さんのために！ 浦谷桐子 著

1冊目は母乳育児の本です。産婦人科の医師が書いています。特に完全母乳をしたお母さんにおすすめです。母乳育児に関するさまざまな疑問やトラブルの対処法にやさしく答えてくれます。私の妻も読んで、母乳に関する悩みがほとんどなくなりました。



監修：MPSM日本マタラー・産科・小児科専門医会(JALC) 発行：コナエ社 著：杉本信子

赤ちゃんがすぐに泣き止み、グッスリ寝てくれる本 渡部信子 著

2冊目は妊婦さんの腰痛の強い味方トコちゃんベルトを開発した助産師さんの本です。うちの子がなかなか寝付かず、どうにかならないものかと悩んでいたときに会いました。著者が言うには「赤ちゃんは泣くのが仕事ではない！」とのこと。赤ちゃんは特に新生児期は基本的に心地よいか不快かのどちらかしかなく、泣くのは不快だからだとのこと。おっぱいもおむつも温度もちょうど良いはずなのに寝ないのは姿勢が良くないからという。赤ちゃんの体を子宮内にいたころのようにまんまるくするとよく眠れるという。実際に我が家でも試したら、よく眠るようになりました。赤ちゃんがなかなか眠ってくれずに悩んでいるお母さん、お父さんもおすすめの1冊です。



## 安心！お家で医療」

### 「訪問診療のご案内」

お体が不自由になってきて、この先もお薬など治療が必要だけれども、一人では通院が大変になってきている方はいらっしゃいませんか？

私たち、こさか家庭医療クリニックはどんなお病気、症状の方でも、もちろん、がんを患い最後を住み慣れたご自宅で迎えたという方もご自宅での診療を行います。もし、専門的治療が必要な場合で、患者様やご家族さまのご希望であれば、適切な医療機関へ紹介いたします。

よく知らない診療所、しかも「家庭医療」というあまり聞き慣れないところに大切なご家族や患者さんを紹介して、より悪くなってしまうのは嫌だとお考えでしょうか？そうした強い責任感をもっておられる方こそ、当院に一度、ご相談ください。どんなご相談でも喜んでお受けいたします。診察時間内に直接来院されても構いませんし、お電話での相談も歓迎いたします。そのときに診療方針やどんなケアが可能なのかを確認することができます。

あるいは訪問診療（定期的にご自宅へお伺いして診察すること）をしたいが、周囲が理解してもらえない場合は、ご相談いただければ、話し合いの場を提供いたします。もし、周りで通院に困っている方やそのご家族の方がいらっしゃいましたら、皆さんにお知らせください。そして、もしこれを読まれている訪問看護ステーションの方や医療機関の方がいらっしゃいましたら、ご紹介くださいました患者様について、定期的にカンファレンスを行って、より質の高い安心できる医療を提供していきたいと考えております。

たくさんのお薬を飲んでいて、減らしたいと考えているご友人の方はいらっしゃいませんか？

もしかしたら、お薬を減らすことができるかもしれません。

まずはお電話を  
こさか家庭医療クリニック  
電話 078-591-8070  
ホームページ <http://kosaka-katei.com/>  
北鈴蘭台駅前 コープ北側テナント

こさか家庭医療

検索