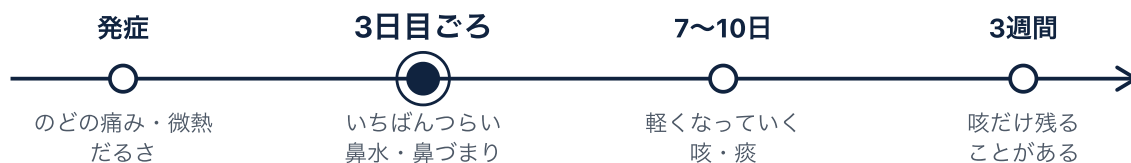


かぜに抗菌薬（抗生物質）は効きません

かぜの原因のほとんどはウイルスで、抗菌薬（抗生物質）は細菌にしか効きません。抗菌薬を飲んでも治りは早くなりず、副作用と「薬の効かない菌」を増やすことになります。



かぜのふつうの経過。いったん良くなってから再び悪くなるときは受診を

なぜ抗菌薬を出さないのか

- ・ かぜなどの急性気道感染症の原因の約9割は、ウイルスです
- ・ 抗菌薬は細菌をこわす薬で、ウイルスには効きません
- ・ かぜに抗菌薬を飲んでも治りは早くなりず、吐き気・下痢・発疹などの副作用が増えます。腸の中の良い菌も減らしてしまいます
- ・ 抗菌薬を使うと、効かない菌（薬剤耐性菌）だけが生き残ります。将来、本当に必要なときに薬が効かなくなるおそれがあります

かぜの経過の目安

のどの痛みや微熱、だるさで始まり、鼻水・鼻づまり、そのあと咳や痰が出てきます。発症から3日目前後がいちばんつらく、7～10日ほどで軽くなっていきます。咳だけは3週間ほど残ることがあります。鼻水が黄色や緑色でも、それだけでは細菌の感染とはいえません。十分な水分と栄養をとり、ゆっくり休むことが治療です。

抗菌薬が処方されたときは

- ・ 細菌の感染と判断して処方されたときは、症状が良くなっても、指示された日数を飲みきってください。途中でやめると、治りきらないことがあります
- ・ 余った抗菌薬を取っておいて、次のときに飲むのはやめてください。効かないうえ、思わぬ副作用が出る可能性があります。手元に残っている抗菌薬は、薬局にご相談ください

こんなときは相談してください

- ・ 3日以上たっても良ならない、いったん良くなったあとに再び熱が出る・悪くなる（細菌の感染が加わっていることがあります）
- ・ 息が苦しい、呼吸が速い、ぼんやりしている、水分がとれない、といったときは、早めに受診してください。心臓や肺の持病がある方、高齢の方は特にご注意ください

この紙は、担当医の説明を補うものです。診断や治療の指示ではありません。気になることは担当医にご相談ください。

出典: 厚生労働省「抗微生物薬適正使用の手引き 第四版 医科・外来編」（2026年1月）

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/001630903.pdf> / AMR臨床リファレンスセンター「薬剤耐性（AMR）について学ぼう: 不適切な処方・不適切な服用」 <https://amr.jihs.go.jp/general/1-2-2-1.html>

作成: マナヴィア（MANNAVIA、現役内科医） / 最終確認: 2026/09/15 / 製薬会社の資金は受けていません / mannavia.com/leaflets/cold-no-antibiotics