

発行 医療法人 永仁会

永仁会だより

ホームページアドレス <http://www.eijinkai-hp.or.jp/>

第30号

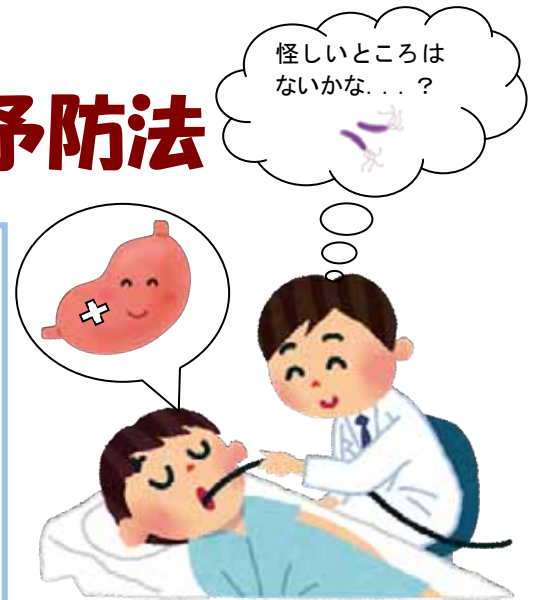
住所：大崎市古川旭2丁目5-1
TEL：0229-22-0063

早く見つけて早期治療！ 知っておきたい、胃癌の予防法

胃癌は日本や韓国などの東アジア、南米、東欧州諸国で多い病気で、米国や西欧諸国では比較的少ない傾向がある、人種や地域差のある病気です。日本人に多い癌であったため、検診や診断・治療が進んでおり、以前に比べると胃癌になる人や胃癌による死亡率は減少傾向にあります。

当院でも胃癌の原因と認められている「ピロリ菌」の除菌成功率が向上しています。検診で異常が見つかった方、または胃に不調のある方は早めに専門医にご相談ください。

消化器内科 宮下 祐介



胃癌の原因となる「ピロリ感染」

胃癌ができるメカニズムとしては、ヘリコバクターピロリ感染による慢性胃炎が原因になることが証明されています。日本で胃癌になる人のほとんどはピロリ感染がある人、あるいは以前にあった人です。

ピロリ菌に感染してもほとんど自覚症状はありません。ピロリ菌に感染すると胃の粘膜を傷つけ、粘膜に炎症を起こします（胃炎）。感染が続くと、感染範囲は胃全体に広がり慢性胃炎となります。さらにこの状態が長く続くと胃粘膜は薄くなり、胃酸などを分泌する組織が消失した状態（萎縮性胃炎）となり胸焼けや胃もたれなどの症状が現れることがあります。また、胃潰瘍や十二指腸潰瘍になったり胃癌を発症する可能性が高まります。

子供への食べ物の口移しに注意

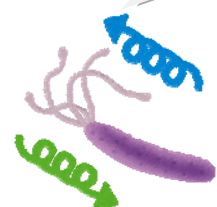
感染経路ははっきりわかりませんが、「口」を介しての感染（経口感染）であろうと考えられています。上下水道が不完全だった時代に生まれた団塊の世代以前は、感染率8割程度と高く、若い世代の感染率は年々低くなっています。予防する方法も明らかでないため、井戸水などを使用する場合には注意が必要です。

ピロリ菌は5歳以下の乳幼児期に感染することが多く、それ以降の感染は少ないとされています。また、家族間(特に母子、父子)でピロリ菌の遺伝子が一致することが多いと報告されているため、子供への感染予防のためにも、大人から小さい子供への食べ物の口移しには注意が必要です。大人のピロリ菌の除菌が大切と考えられています。

ピロリ菌とは胃の粘膜にすみつく悪い菌です



ピロリ菌は胃の粘膜に生息するらせんの形をした細菌です。一方の端に「べん毛」と呼ばれる細長いしっぽが4~8本ついていて、それをスクリューのように高速回転させながら、らせん状の本体を回転させて粘膜の中を前後に移動します。



喫煙は胃癌のリスクを高める

生活習慣では、喫煙は胃癌のリスクを高めるとされています。世界保健機関（WHO）はタバコを「確実な発ガン因子」として認定しています。これは肺癌に限ったことではなく胃癌との因果関係も深く、専門家によってはピロリ感染より強いリスクと指摘しています。



食塩過剰も胃癌のリスク

生活環境の中では、世界保健機関(WHO)や国際連合食糧農業機関(FAO)といったところから、胃癌の可能性が高くなる要因として、塩分、塩蔵品(いくら、塩辛、練ウニ、漬物など)の摂り過ぎが挙げられています。そして、ピロリ菌に感染している状態で塩分を多くとると、胃癌になりやすくなる可能性もあるようです。

また、野菜や果物はより多く摂るの方が胃癌になりにくいとされています。(腎臓病や糖尿病などがある人もいますので、それぞれの病状に合わせて適量を摂ることが大事でしょう。)

飲酒については食道に近い部位の胃癌のリスクを高める可能性が考えられていますので、それぞれの体質に合わせて、適量で治めることが大事でしょう。



胃癌スクリーニング検査の特徴

胃癌のスクリーニング検査としては、「上部消化管X線検査（バリウム検査など）」と「内視鏡検査（胃カメラ）」があります。自治体の検診で行われるのがX線検査で、そこでなんらかの異常が見つければ、二次検査として内視鏡検査が行われます。または、胃の不調があれば直接内視鏡検査を行います。

上部消化管X線検査：事前に胃を空っぽにし、造影剤（バリウムなど）と発泡剤（胃をふくらませる）を飲んでX線撮影をします。体勢を変えながらバリウムの流れて行く様子を見ることで、狭くなっている箇所はないか、またはバリウムの胃壁への付着の仕方をチェックします。もしも潰瘍やくぼみ、炎症などが起きていれば、そこにバリウムが不自然にたまったりします。一度に胃壁全体の異常を調べられる点が大きなメリットです。



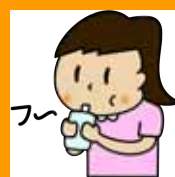
内視鏡検査：胃の中を直接カメラで映し出し、胃の粘膜の小さな病変を発見することができます。さらに、先端部についての器具で病変の組織を採取してそのまま生検を行うことができます。生検の結果癌が見つければ、治療に進むこととなります。

一方、癌所見はないものの、萎縮性胃炎や潰瘍痕が見つければ、ピロリ感染を疑いピロリの有無を調べる検査へと進みます。ピロリ感染を診断するための検査は、呼気テスト、血液検査・尿検査などがあります。

内視鏡でピロリ菌の感染が疑われたら？

下記の検査を受けましょう！

- ・呼気検査
- ・血液検査
- ・尿検査
- ・その他検査など



尿素呼気テスト

ピロリ菌が陽性なら

除菌療法へ

当院ではピロリ除菌率9割と向上しています！

Q1. 治療法（除菌療法）について教えてください

治療は2種類の抗菌薬と1種類の胃薬（胃酸分泌抑制薬）を組み合わせた3種類の薬を1日2回・7日間飲みます。1回で成功しない場合2回目の除菌を行います。

3種類を1日2回

・抗菌薬：2種類
・胃薬：1種類 × 7日間



Q2. どうして除菌率が上がっているの？

最近、従来使用されていた胃薬を上回る効果を持った薬が新しく登場しました。従来の除菌薬の臨床試験では1回目の除菌率は8割弱、2回目は抗菌薬を変えて行い9割程度といわれていました。しかし新薬を用いた除菌療法の臨床試験では1回目で9割を超える除菌率に上りました。当院でもこの薬を使用したピロリ菌除菌療法を行っており臨床試験と同程度の高い除菌率を達成しています。

従来の胃薬と比較すると…

- (1) 効果が早く表れる
- (2) 効き目が長く続く
- (3) 効果に個人差が少ない



Q3. 副作用はあるの？

抗菌薬を2種類内服することで腸内細菌のバランスに変化が出て、一時的な味覚の異常や下痢が出現することがあります。また除菌により低下していた胃酸が正常に戻るため、胸焼けなどの症状が出る逆流性食道炎になる事もあります。一時的なものと考えられますが、治療の失敗ではなく成功によるものなので、症状出現時にご相談下さい。

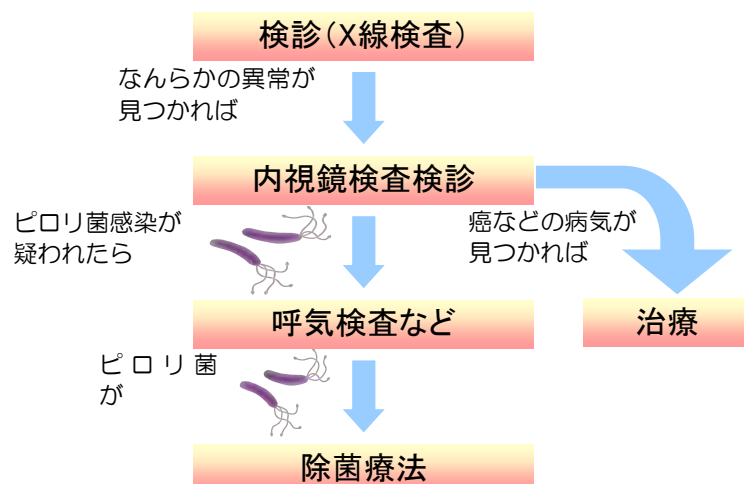
まとめ

胃癌の予防のためには、ピロリ菌感染の有無を確認し、感染が確認されたら除菌療法を行うことをお勧めします。また喫煙や食生活など生活習慣に注意することが大切です。そして、早い段階で病気を発見するために、定期的に検診を受けましょう。

胃がんを予防するための生活習慣



胃がんを予防するための検査の流れ



出典：国立がん研究センター社会と健康研究センター予防研究グループ
科学的根拠に基づく発がん性・がん予防効果の評価とがん予防ガイドライン提言に関する研究

食べることは生きること

平成28年5月21日、当院にて「経口摂取実現のためのベッドサイドスクリーニングと食事介助」と題し、NPO法人口から食べる幸せを守る会®の小山珠美先生を迎え、嚥下評価と食事介助についての講義・実技セミナーを開催しました。約100名の参加者が大崎地域のみならずその他の地域からも集まりました。



小山 珠美 先生
NPO法人口から食べる幸せを守る会®理事長
看護師(日本摂食嚥下リハビリテーション学会認定士)
KTSM実技認定者
NHKプロフェッショナル仕事の流儀(2016年5月出演)



きっちり隙間を埋めることで姿勢が安定し、呼吸が整います。これが食べるための大事な準備です！

実技セミナーでは嚥下機能の評価方法や、誤嚥の危険が少ない食事介助方法を学びました。ベッドの角度や姿勢を安定させることの重要性、食べ物を口に運ぶ量やタイミング、スプーンを入れる角度など具体的な指導をいただきました。

参加者からは「スプーンの入れ方や姿勢で食べやすさがこんなに違うんだ！」といった驚きの声が多く聞かれ、普段困っていること・疑問点を質問するなど、『口から食べること』への関心の高さが感じられました。

食べる幸せを守るお手伝いができるよう、医療職・介護職共に力を合わせ、食事介助の知識・技術の向上に努めていきたいと思えます。



ベッドサイドでの食事介助。食べやすいスプーンの大きさや、口に運ぶタイミング、舌にのせる場所など、多くのポイントを学びました。

言語聴覚士によるリハビリができるようになりました！

こんにちは。言語聴覚士の遠藤です。

私は主に病気や障害、加齢などにより食べ物を咀嚼したり飲み込んだりするのが難しくなる『嚥下障害』の患者様に、口や喉のリハビリテーションを行ったり、安全に食べられるためのアドバイスなどを行っています。

美味しく安全に食べることが生きる喜びにつながっていくと思っています。その他、言葉などのコミュニケーションに障害がある方のリハビリも行っています。よろしくお願ひします。



言語聴覚士(ST)とは、

- ・摂食嚥下障害
(食べ物をうまく飲み込めない)
 - ・構音障害
(呂律が回らない。うまく話せない)
 - ・失語症(言葉が思い出せない)
- などの障害を持つ方々にリハビリテーションを行い、機能回復や社会復帰のお手伝いをする専門職です。



病院の実績

(2016年9月度)	月計	平均
外来患者数	3,447	119.0 (外来稼働日)
入院患者数	1,495	49.8 (1日あたり)
血液透析症例数	1,736	66.8 (透析稼働日)
入院平均在院日数		9.0
手術件数(合計)	62	

● 編集後記 ●

めっきり肌寒くなってきました。皆様がよく愛する食欲の季節が到来です。テレビでもスーパーでも温かくて美味しい物が毎日私を誘惑します。しかし今回のテーマはピロリ菌！！食塩の取りすぎは良くありません！！でも食べたくなるのが人情。ラーメンが食べたいなあ…と考えている自分を戒めながら、編集後記を執筆しております(悲)。

広報部会 柏崎