

発行 医療法人 永仁会

EH永仁会だより

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

第22号

住所：大崎市古川旭2丁目5-1
TEL：0229-22-0063

必読!! ピロリ菌

あなたの**胃**に潜んでいるかも...
胃痛・胸焼けありませんか？

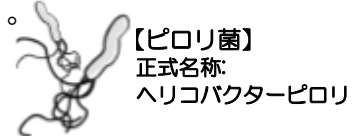


より早期に検査・治療ができるようになりました。

日本人に多いがん「胃がん」の原因として一躍注目を集めているピロリ菌。2013年2月の診療報酬改定により、保険適応でより早い段階に検査・治療ができるようになりました。がんの治療は早期発見・早期治療が大切ですが、できればがんにならないように「予防」ができればそれにこした事はないですね。そこで今回、内視鏡医の宮下祐介先生にピロリ菌についてお聞きしました。

Q1. ピロリ菌とはどんな菌ですか？

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。胃の中には強い酸がありますが、ピロリ菌はウレアーゼという酵素をもっているため、胃酸の中でも生存可能です。



Q2. どんどころから感染しますか？

感染経路はわかっていませんが、**口を介した感染(経口感染)**であろうと考えられています。上下水道が完全ではなか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るため、乳幼児期の衛生環境が関係していると考えられています。予防する方法もわかってはいないため、井戸水などを使用する場合には注意が必要です。

Q3. 症状は？ 進行するとどうなりますか？

胃にピロリ菌がいることでの症状はほとんどありませんが、ピロリ感染が続くと胃炎の状態となり、胃酸などを分泌する組織が消失した状態(萎縮性胃炎)になります。胃炎の状態が続くことで**胃潰瘍、十二指腸潰瘍の原因**となったり、また一部は**胃がん**になったりすることもあるため注意が必要です。他にも胃MALTリンパ腫や特発性血小板減少性紫斑病といった病気でもピロリ菌の除菌が有効とされています。

Q4. どんな検査をすればわかりますか？

まずは上部内視鏡検査を行うことが必要です。それによりピロリ感染が疑われる所見(萎縮性胃炎)や胃潰瘍、十二指腸潰瘍の傷痕などの所見あった場合には、血液検査や尿検査、呼気テストといった検査でピロリ菌の有無を調べます。

内視鏡検査（胃カメラ）の流れ

～安定剤希望される方へ～

※安定剤を使用すると、24時間その効果が持続します。そのため**検査当日**は、車やバイク、自転車等の**運転はできません**ので、来院時はお気をつけ下さい。

受付

※**安定剤（注射）を希望される方**は、1F採血室にて安定剤使用前の処置を行います。

検査前の準備 -2F内視鏡室-

1. 白い薬（液体）を飲みます。（胃の中を見えやすくする為）
 2. ノドに麻酔（スプレー）をかけます。
 3. マウスピースをくわえます。
- ※メガネ、総義歯の方は外し、ベルトは緩めておきましょう。
・安定剤希望の方は、注射をします。



検査開始-2F内視鏡室-

- ・左肩を下にして、横になります。
- ※唾液は飲み込まず、ゆっくり鼻から息を吸って口から吐き出しましょう。（検査時間：約5分）
- ※必要時、組織を採取します。
→組織検査（検査時間：約10分前後）



※ノドの麻酔は、検査後約1時間程で消失し、元に戻ります。

※安定剤を使用した方は、覚醒するまでベッド上、または椅子で休んで頂きます。（30分～1時間程度）

検査終了後 -1F消化器外来-

外来医師より結果説明



【呼吸テスト】

診察後、**ピロリ菌検査（呼吸テスト、または採血）**など追加検査を行う場合があります。そのため、ノドの麻酔がとれても**食べたり飲んだりしない**でお待ちください。



検査終了

お疲れ様でした。

内視鏡Ns.佐藤和枝



=検査のお申込み=

当院の検査日は以下の一覧表のとおりです。
検査をご希望の方は、受付に直接または電話にてお申し込みください。
詳しくは受付にお問い合わせください。

当院の検査日

	月	火	水	木	金	土
午前		●	●			●
午後				●		

=検査前の食事の注意点=

<前日：夕食>

★19時まで：消化の良い食事

★19時以降：水分のみ可

※以下の飲み物は×

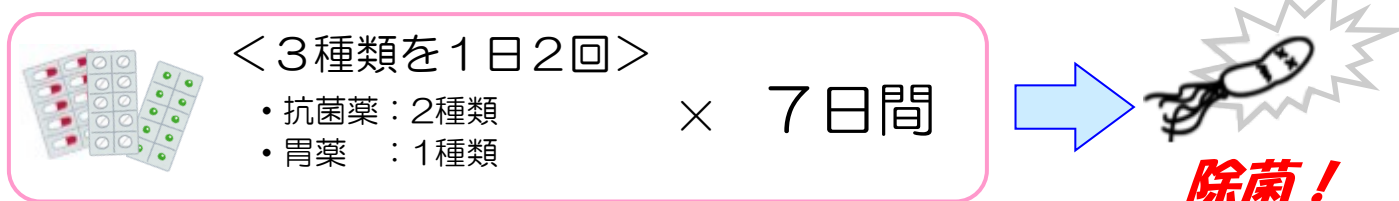
- ・アルコール
- ・牛乳
- ・果肉入ジュース

<当日>

★水のみ可

Q5. 治療法(除菌療法)について教えてください

治療は2種類の抗菌薬と胃薬を組み合わせた**3種類の薬を1日2回、7日間服用**します。途中で服用を中止してしまうと、治療薬に抵抗をもった菌が出現することがあります。薬の副作用で下痢などの症状が出る場合がありますので、症状がひどくなる場合には、まずご相談ください。1回目の治療の成功率は8割程度といわれています。2回目まで治療の有効性が証明されており、2回目は薬を変えて同様に7日間服用します。ほぼ9割の方は除菌が可能です。薬に対してアレルギーがある方は事前に申し出てください。



Q6. その他注意事項はありますか？

ピロリ菌の除菌によって、低下していた胃酸が正常に戻るため、除菌後に逆流性食道炎となり、胸焼けなどの症状が出現することがあります。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ください。

しかし、胃がんの原因はピロリ菌だけではありません。除菌後も胃がんのリスクは残るため、定期的な内視鏡検査をおすすめします。

わかりました。胃痛や胸焼けなどの自覚症状があれば、**まず内視鏡検査を**、ということですね。そして除菌後も、定期的な内視鏡検査を続けることが大切なんですね。宮下先生ありがとうございました。

耳より情報

ピロリ菌と戦う乳酸菌「LG21」

一口に乳酸菌といっても、数千もの種類があることをご存知ですか？一般的には腸内環境を整えることで便秘予防や免疫力アップ効果が知られています。

その中で**LG21乳酸菌**はピロリ菌の活動を抑制する効果があることが確認されています。

LG21を使ったヨーグルトが商品化されていますので、食生活の中に取り入れてみることもオススメです。



プロフィール

みやした ゆうすけ
 宮下 祐介先生
 (内視鏡担当)

- 趣味：買い物
- 好きな食べ物：マンゴー、カレー
- 苦手な食べ物：エビ、カニ、イカ
- 好きな女優：あまちゃん
- 自分の性格：まったりしている

教えて！栄養士さん

「胃にやさしい食事」ってどんなもの？



胃に負担のかかる食べ物を控える事が大切です。
例えば、消化の悪い食べ物や胃酸の分泌を高める食べ物に
気をつけましょう。

胃に負担のかかる食べ物

1. 消化の悪い食べ物

- ・ 繊維の多いもの・硬いもの



- ・ 脂肪分の多い食品



消化するのに時間がかかる為、胃に滞在する時間が長く、胃への負担がかかる事になります。胃の滞在時間を短くする為にも、繊維を切るように刻む・おろす、またよく煮る等、調理方法でも工夫することができます。



2. 胃酸の分泌を高める食べ物



- ・ 甘みの強いもの
- ・ 食塩の多いもの
- ・ 酸味の強いもの
- ・ 香辛料の多いもの



- ・ アルコール飲料、炭酸飲料
- ・ カフェインが含まれるコーヒー・紅茶・緑茶等のお茶



上記の食べ物に気をつけていただければ、特に食べていけないものではありません。ゆっくり良く噛んで食べることが大切です。また、冷たい物は胃の働きを弱めるので、摂り過ぎには注意しましょう。

病院の実績

(2013年7月度)	月計	平均
外来患者数	3,259	130.4 (外来稼働日)
入院患者数	1,668	53.8 (1日あたり)
血液透析症例数	1,981	73.4 (外来稼働日)
入院平均在院日数		15.2
手術件数(合計)	51	
看護体制実質配置(7対1配置)		6.4 : 1

看護体制実質配置とは：1名の看護師が受け持つ入院患者数の対比

～ 編集後記 ～

猛暑だった夏の暑さも和らぎ、だいぶ過ごしやすい季節になりましたが、皆様の胃はお元気ででしょうか？日本人の死因第1位である癌。特に胃癌の原因とも言われているピロリ菌の早期発見・早期治療に勝るものはありません。症状が出る前に『予防対策』として検査を受診しましょう。

広報情報委員 大方