

2016年
春号

～ 加戸病院通信 第58号 ～



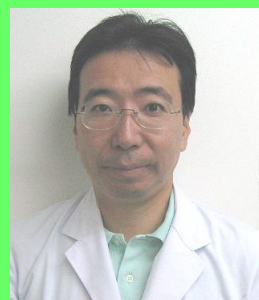
ハンド イン ハンド hand in hand



医療法人弘友会
加戸病院

〒791-3301 愛媛県喜多郡内子町内子 771 番地 TEL:0893-44-5500 FAX:0893-44-3300
E-mail: koyukai@kato-hp.jp URL: http://kato-hp.jp/

ピロリ菌について



副院長
外科・消化器外科医長
しもだ なおし
下田 直史

最近、加戸病院の外来でも、ピロリ菌に感染していないか心配とか、家族にピロリ菌に感染していた人がいたので、自分も調べて欲しいなどと来院される方が増えてきました。

・ピロリ菌（ヘリコバクター・ピロリ菌）とは何でしょうか？

ピロリ菌は胃の中に好んで住みつき、胃の壁を傷つける細菌です。胃の中は強い酸性で、細菌が住めないと思われていたため、1983年に発見されるまでに長い時間を要しました。

ピロリ菌というかわいらしい名前は、胃の出口を意味する「幽門＝ピロルス」から取っています。これはピロリ菌が幽門から初めて見つかったことに由来しています。ヘリコバクターの「ヘリコ」は、らせん形（hericoid）から命名されており、ヘリコ

プターの「ヘリコ」と意味は同じです。

ピロリ菌は胃の壁を傷つけ、胃を守っている粘液を減らし、酸の攻撃を受けやすくしてしまうので、ピロリ菌に感染したほとんどの人に胃炎がおきます。感染すると潰瘍や胃がんが必ず発症するわけではありませんが、胃潰瘍、十二指腸潰瘍の患者さんは、ピロリ菌に感染していることが多く、潰瘍の発症ならびに再発に関係していることがわかっています。また、胃がんとピロリ菌は密接に関連しているといわれています。

・どのくらいの人がピロリ菌をもっているのでしょうか？

世界中でピロリ菌感染者が発見されており、特に発展途上国では感染率が高く、先進国では感染率が低い傾向があります。

経口感染が主な経路と考えられており、上下水道が整備されていなかったり、衛生状態の悪いところでは感染率が高くなっています。先進国の中では日本は際立って高い感染率で、50代以上の日本人の70～80%がピロリ菌に感染しているといわれています。しかし、若い世代の感染率は急速に低下しています。

・胃の中では生命力が相当強いピロリ菌

胃の中はpH1～2と高い酸性で、とても生物が生きていけるような環境ではありません。実際、ピロリ菌もpH1～2では死滅します。しかし、胃はその細胞を粘膜と粘液でおおわれ、胃酸によって胃自体が消化されないようになっています。ピロリ菌はらせん状をしており、数本のべん毛を持っていて活発に動き回っています。ピロリ菌は粘膜の下にある胃壁の細胞の間に入り込んで多くの胃酸から逃れているわけです。さらにピロリ菌は胃酸に耐え抜くためにウレアーゼと呼ばれる酵素を吐き出します。この酵素は胃粘液の成分である尿素をアンモニアと二酸化炭素に分解します。この強アルカリ性のアンモニアで自分の周りを覆って、強酸性の胃酸と中和させることで自らが住みやすい環境を作り出して生息できます。その一方でピロリ菌が発生させるウレアーゼを含めた毒素が、私たちの胃粘膜に障害をもたらすわけです。

・ピロリ菌は治療薬でほぼ除菌できる。

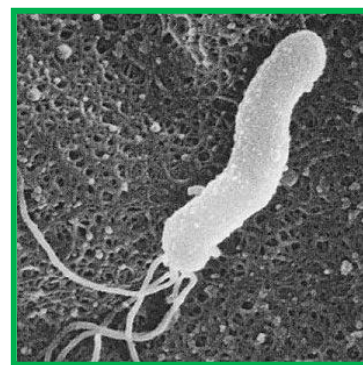
ピロリ菌の除菌療法は、1種類の「胃酸の分泌を抑える薬」と2種類の「抗菌薬」の合計3剤を同時に1日2回、7日間服用する治療法です。すべての治療が終了した後、4週間以上経過してから、ピロリ菌が除菌できたかどうか、もう一度検査する必要があります。正しくお薬を服用すれば、1回目の除菌療法の成功率は約75%といわれており、最近では90%とする報告もあります。

・ピロリ菌の検査はどのような検査ですか？

ピロリ菌の検査には、①内視鏡（いわゆる胃カメラ）を使う方法と②内視鏡を使わない方法がありま

す。①は胃炎や潰瘍などの病気があるかどうかを直接観察して調べると同時に、胃粘膜を少し採取し組織を調べます。①菌を増やして調べる**培養法**②ピロリ菌の酵素を調べる**迅速ウレアーゼ試験**③顕微鏡で観察する**組織鏡検法**があります。②は①診断薬を服用し、吐き出された息（呼気）を調べる**尿素呼気試験**②血液や尿を採取してピロリ菌に対する抗体の有無を調べる**抗体測定**③便を採取してピロリ菌抗原があるかどうか調べる**便中抗原測定**があります。

胃がん家系でご心配な方や、なんとなく胃の具合がいつも悪い方などは医師にご相談ください。人間ドックや検診などで希望すれば自費で検査を受けることができます。



ヘリコバクター・ピロリ菌

《栄養だより》

管理栄養士 駿河モモ

高齢者の食事

低栄養に注意!!

皆さんの周りで、食が細くなってしまったご高齢の方はいらっしゃいませんか？高齢になってくると、義歯の不具合や認知症の影響などで食事が進みにくくなってしまふことがしばしばあります。しっかり食事が摂れないと体重が減り、やがて低栄養に陥ってしまいます。



食事の基本は主食、主菜、副菜をそろえて、色々な食品をバランスよく摂ることですが、高齢者の1人暮らしの方などは特に食事はご飯に漬物、味噌汁だけであったり、菓子パンやカップめんなどで済まされる方もいらっしゃるようです。



最近は宅配食も普及してきました。また、体調が優れず食事量が少なかった時は、手軽に栄養が補える飲み物やゼリーもあります。ときには、便利な宅配食や栄養補助食品を活用し、毎日、元気に過ごせるよう利用を考えてみられてはいかがでしょうか？

誤嚥性（ごえんせい）肺炎に注意!!

誤嚥（ごえん）とは食べ物や飲み物が誤って気管に入ってしまうことを言います。食べ物や飲み物と一緒に細菌まで気管に入ってしまうと肺炎を起こしてしまうことがあり、これを誤嚥性肺炎と言います。



皆さんの中には硬い食べ物を細かく刻んで食べたことや提供したことがある方はいらっしゃいませんか？実は刻んだ食べ物は口の中でばらけてしまい、逆に食べにくくなってしまいます。食べやすくする為には、煮炊きを中心に、軟らかく調理する、また、食べにくい食材はあんなどをからめて、口の中でまとまりやすくする必要があります。

毎日の食事、ひと手間かけるのは大変ですが、最近では高齢者向けの軟らかく調理された食品（加工品）が普及してきました。一部、そういった食品を利用するのも手ではないでしょうか？

ドラッグストアに行ってみよう!!

最近はドラッグストアでも栄養補助食品や軟らかく調理された食品が売られるようになりました。通販も可能ですがまずは、お近くのドラッグストアを覗いてみてはいかがでしょうか？

はじめまして！ 新入職員です☆

平成28年4月1日より医療法人弘友会職員として、加戸病院や老人保健施設フレンドで勤務することになりました。新人研修で教わった弘友会の5つの理念を忘れず、精一杯頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



新入職員と役員等



外来担当医

(平成28年4月1日現在)

※ 手術などのため、変更になる場合があります。

※ 火曜日の午前は、城戸美穂医師（女医）による子宮がん検診を実施しております（予約制）。

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	平澤		平澤	平澤	平澤／奥嶋	平澤／東 淡野 (2回/月)
	午後	平澤 (予約のみ)		平澤 (予約のみ)	平澤 (予約のみ)	奥嶋 平澤 (予約のみ)	
外科	午前	下田	加戸	下田	加戸	小川 下田	加戸
	午後	下田 16:30~17:00	下田	加戸	下田	小川	
整形外科	午前	城戸 鴨川 (第1月曜) 完全予約制	城戸	城戸	柴田	城戸	柴田
	午後	城戸 16:00~					
脳神経外科	午前		穴戸 9:30~			穴戸 9:30~	