

# ピロリ菌除去で患者減

① / 5

関東地方に住む男性(69)は、50歳代の半ばを過ぎた頃から、胃もたれに悩まされるようになった。「食べ過ぎるからかな」と思っていたが、印刷会社の経営で忙しく、40歳代の頃以来、健診から遠ざかっていた。

だが、がんと闘病する同世代の知人の話を耳にし、60歳の時に人間ドックを受けた。そこで、胃の出口につながる十二指腸に潰瘍が見つかった。

十二指腸潰瘍は、みぞおち付近に痛みやむかつきを覚える人もいるが、無症状の場合も少なくない。主な原因は、胃に感染する細菌「ヘリコバクター・ピロリ(ピロリ

菌)」だ。乳児期に、飲み水や、感染した家族からの口移しなどを通じてうつることが多い。

感染すると慢性胃炎の状態になり、胃酸の刺激で胃や十二指腸の粘膜が傷つき、潰瘍ができやすくなる。感染しているかどうかは、吐いた息や血液、胃の組織を調べれば分かる。この男性の場合も、慢性胃炎が見つかり、胃の組織を採取して検査。感染が判明した。ピロリ菌は、飲み薬で除菌治療できる。除菌すれば、1〜2か月で炎症や十二指腸潰瘍が治まり、再発率も年1〜2%程度に抑えられる。一方、感染したままだと、治療しても1年以内に胃潰瘍で65

%、十二指腸で85%が再発するとされる。1回目の治療で除菌できる成功率は7〜9割。再治療まで含めれば、成功率は95%を超える。男性も、除菌のために胃酸の分泌を抑えるプロトンポンプ阻害薬と、2種類の抗菌薬を1週間服用。その1か月後の検査で、無事に除菌が確認できた。治療から10年近くたった今も、健診で異常は見つからず、再発もしていない。男性は「胃腸のことが気にならず、食事も楽しめる」と話す。

ピロリ菌が大きな原因となる胃潰瘍や十二指腸潰瘍の患者は、かつて100万人以上いたが、近年は減少し2017年は20万人ほど。飲み水の衛生状態が改善したことに加え、13年に慢性胃炎患者に対する除菌治療が2回まで公的医療保険で認められ、感染者自体

が減っているためとみられる。だが、高齢化の影響もあり死者数は横ばいだ。毎年2000人以上が亡くなっている。治療が遅れて悪化し、胃や十二指腸の壁に穴が開いて手術が必要になることや、命に関わる場合もある。

兵庫医科大学内科教授の三輪洋人さんは「若い世代の患者もおり、決して過去の病気ではない。できれば20歳頃までに、一度はピロリ菌の検査を受けてほしい」と話す。(このシリーズは全5回)

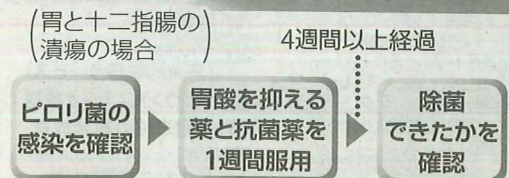
## 医療ルネサンス No.7720

### 胃潰瘍と十二指腸潰瘍の患者数の推移



ピロリ菌の電子顕微鏡写真 (国立感染症研究所提供)

### ピロリ菌の除菌治療の流れ



## 人生案内

退所しました。40代で独身です。息子は結婚して孫も生まれました。しかし、家を建てたところで離婚してしまいました。人生の後半にもなるとは私どもも私たちのことでも苦しく、つらい気持ちから抜け出せません。友人に会えば子ども

とつらい気持ちだろうと思うので、私は表面上は明るく過ごしていますが、つらいことばかり考えてしまいます。最近では年齢もあつてか無気力になってきました。前向きに生きるヒントをいただけたら幸いです。(長野・U子)

樋口 恵子 (評論家)

あなたが本欄にご投稿くださったのはとてもうれしいのですが、あなた自身と周辺で、もう一度話し合い、考え直してください。まず第一に夫君。2人の子の親として、言いたいことはたくさんあるはず。けんかにならないよう気をつけながら、「2人をなんて励ましてやればいいのかしら？」と相談してください。基本的にあなた方夫妻は、まずは子育ての成功者だと思えます。息子さんも娘さんも自立して家を出ていらっしゃるのですから。それができなくて悩む親子が多く、一種の社会問題になっています。それにしても、息子さん

返す必要があります！



3/80(火)

# 吐血 原因は持病の薬



持病の薬に加え、潰瘍を予防する薬の服用を欠かさない森さん（茨城県稲敷市で）

2012年11月、茨城県稲敷市の森章二郎さん(88)は、入浴中に突然、気持ちが悪くなり、血を吐いた。翌日、定期検査で訪れた主治医に吐血があったことを伝えたところ、すぐに消化器内科に回された。内視鏡の検査を受けると、胃に潰瘍ができていて、そこから出血していることが分かった。出血は自然に治まってきたため、以来、胃酸を抑える薬を飲むことで再発を防いでいる。

再発を予防するために服用していた低用量アスピリンだった。森さんは数年前、心臓の血管を広げる治療を受けており、血管を詰まらせにくくするために常用していた。アスピリンなどは非ステロイド性抗炎症薬とも呼ばれ、一般に解熱、鎮痛、炎症を抑える目的で広く使われている。しかし、胃酸から粘膜を保護する物質を抑える働きもあるため、潰瘍がでやすいといったデメリットもある。

このため、胃酸を抑える薬などと併用するのが一般的だが、当時は森さんには処方されておらず、飲んでいなかった。血液の流れを良くする別の薬も服用していたことも、出血が止まりにくい要因となっていた。狭心症に限らず、血栓が引き起こす心筋梗塞や脳梗塞などの患者やリスクが高い人は、予防のために、低用量アスピリンを処方されることが少なくない。実際、東京医科大茨城医療センターによると、胃潰瘍や十二指腸潰瘍で、低用量アスピリンを服用していたケースは、02～11年の前半と後半で比べると、約2倍に増加した。同大消化器内科教授の岩本淳一さんは「多種類の薬を服用している高齢者は珍しくないため、そこに潰瘍の原因となる薬が含まれていることも多い」と指摘する。

痛み止めの効果もあるため、悪化しても気づきにくく、森さんのように吐血して初めて潰瘍に気づくこともある。特に、低用量アスピリンによる潰瘍は症状が出にくく、約8割が無症状とも言われている。非ステロイド性抗炎症薬を飲むと、服用しない場合に比べて出血のリスクが5倍ほど高まる。潰瘍が悪化し、胃に穴が開くなどすれば、腹膜炎を併発して命に関わる危険もある。こうした薬による潰瘍を防ぐため、日本消化器病学会は、胃酸を抑える薬の併用を指針で推奨している。岩本さんは「短期間の内服や、市販されている一部の痛み止めでも、潰瘍の引き金になるリスクはある。自分の飲んでる薬が、そうした病気の原因にならないか、医師や薬剤師にきちんと相談してほしい」と話している。



※過去記事はヨミドクターで

ご意見・情報を 〒100-8055 読売新聞東京本社医療部 FAX03(3217)1960 iryou@yomiuri.comへ

過去のレシピ よみうりグルメ部

## きょうのひと皿

### カレー肉じゃがコロック

時間の目安 30分/熱量 129kcal/塩分 0.5g (1個分)



- \*材料 6個分**  
牛こま切れ肉100g/ジャガイモ1個/タマネギ1/2個/カレー粉大さじ1/2杯/溶き卵適量/パン粉適量
- \*作り方**
1. ジャガイモは皮をむき、8等分にし、さっと水で洗う。タマネギは薄切り、牛肉は長さ2cmに切る。
  2. 耐熱ボウルにしょうゆ大さじ1杯、酒と砂糖各大さじ1/2杯、

- カレー粉を入れる。牛肉を入れて混ぜ、水気を切ったジャガイモ、タマネギを上におく。ラップをかけ、電子レンジ(600W)で7分加熱し、そのまま2分蒸らす。混ぜながらつぶす。
3. (2)を6等分して形作り、小麦粉適量、溶き卵、パン粉をまぶす。
  4. 180度の油に(3)を入れ、2分ほどかけ、こんがり揚げる。
- ◇  
レンジ調理するときは、加熱後、蒸らすとふっくら仕上がります。
- 藤井恵

くらし 家庭



3/9(水)

# 医療ルネサンス No.7722 胃と十二指腸の潰瘍 3/5

## 再発しやすい「特発性」

宮城県の大学1年生の男性(19)は、中学3年生の頃から時折、胃のあたりに押さえつけられるような痛みを感じていた。市販の胃薬でも一時的に痛みが改善することや、受験勉強で忙しかったこともあり、検査を受けずに手持ちの薬でしのいでいた。

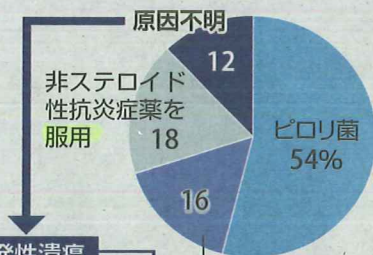
高校受験を終えた2018年3月、通っていた内科医に勧められ、東北大病院を受診。翌月、内視鏡検査で十二指腸潰瘍が見つかった。潰瘍の主な原因とされるピロリ菌にも感染していた。

そこで、胃酸を抑えるプロトンポンプ阻害薬を約2か月服用し、ピロリ菌の除菌も行った。症状はいったん改善し、男性は「手術をせずに治すことができた」と安心していった。

しかし、その年のクリスマス頃の頃、定期検査で再発

### 胃と十二指腸の潰瘍の原因別分類

※菅野さんらのチームの研究報告から



ピロリ菌に感染し、非ステロイド性抗炎症薬を服用



特発性潰瘍の内視鏡写真 (菅野さん提供)

#### 特発性潰瘍

- ▶再発しやすい
- ▶薬で治りにくいケースも
- ▶治療後も長期間、注意が必要

が見つかかった。潰瘍の原因は、ピロリ菌の感染か、アスピリンなど非ステロイド性抗炎症薬の服用によることが多い。だが、男性は除菌に成功し、原因となるような薬も服用しておらず、原因不明の「特発性十二指腸潰瘍」と診断された。

衛生状態の向上でピロリ菌の感染率が低下し、潰瘍の患者が減る一方、原因不明の特発性潰瘍の割合は増えている。国内の報告によると、2000年代前半頃までは胃潰瘍や十二指腸潰

瘍全体の1%前後だったが、最近の研究では10%以上が増えた。

特発性潰瘍は、再発しやすく、1年半後に14%が再発したとのデータがある。また、胃酸を抑える薬を通して長い約2〜3か月服用しても、2割強が治らなかつたとの研究報告があるなど、薬が効きにくいケースがあるのも特徴だ。

男性の場合、特発性と診断された高校1年の冬に、再び胃酸を抑える薬を服用し、症状は治まった。た

だ、再発の恐れがあるため、主治医で同大病院消化器内科の菅野武さんの勧めに従い、その後も服薬を続けることにした。長期の休みごとに内視鏡検査も受けた。

男性は、長く再発がないことから、菅野さんと相談し、高校卒業を機に飲み薬を中断することを決めた。吐き気や強いおなかの痛みなど再発を疑う症状があれば、薬を再開し、すぐに受診することになっている。

現在まで再発を疑う症状はなく、男性は「おなかの痛みを感じることもなく、大学生活を楽しめています」と喜ぶ。

菅野さんは「特発性潰瘍の場合、治ってしばらくしてから吐血するなど、急に潰瘍を繰り返すこともある。再発の有無を定期的に調べるなど、粘り強く対応していくことが大切だ」と話している。

「受けたい医療 2022年版」が発売中。一般書店と読売新聞販売店で扱っています。

## くらし 家庭



※過去記事はヨミドクターで

### きょうのひと皿

#### 白いマーボー豆腐

時間の目安 15分 / 塩分 2.1g / 熱量 280kcal (1人分)



動画はこちら



#### ※材料 2人分

豚ひき肉100g / 絹ごし豆腐1丁(300g) / 赤唐辛子4本 / 長ネギ1/2本 / ニンニク1かけ / ショウガ1かけ

#### ※作り方

- 1.豆腐は水気を切り、2cmの角切りにして、キッチンペーパーの上のせておく。豚ひき肉に酒大さじ1杯を混ぜる。
- 2.赤唐辛子はぬるま湯に浸し、やわらかくなったらヘタと種

- 3.長ネギ、ニンニク、ショウガはみじん切りにする。
- 4.フライパンで油大さじ1/2杯、赤唐辛子を弱めの中火でいため、香りが立ったら、豚ひき肉を入れていためる。
- 5.パラパラになったら(3)を加えていため、みそ大さじ1/2杯、塩小さじ1/2杯、砂糖同1杯を加えていりつけ、水1カップ、豆腐を入れ3〜4分煮る。
- 6.片栗粉小さじ2杯に倍量の水を加えて混ぜて(5)に入れ、混ぜて煮立てとろみをつける。

藤井恵



# 医療ルネサンス No.7723

## 胃と十二指腸の潰瘍

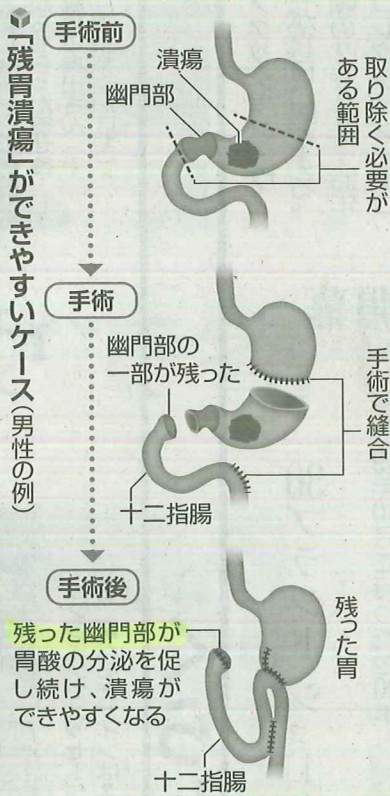
4/5

### 切除しても残部にまた

胃がんや胃潰瘍などを切除した後、残った胃に新たにできる潰瘍がある。「残胃潰瘍」という。

東京都江東区の内装業男性(72)は24歳の時、仕事の帰り道に吐血した。都内の病院で胃潰瘍と診断され、胃の3分の2を切除する手術を受けた。当時は、有効な治療薬などがなく、胃潰瘍でも切除するのが標準的だった。しかし、男性はその後、30〜50歳代の間に計3回、残った胃に潰瘍が再発してしまっ

た。「こつした残胃潰瘍の原因取り除く必要がある範囲」



「残胃潰瘍」ができやすいケース(男性の例)

手術で縫合された可能性がある。

手術で縫合

残った胃

残った幽門部が胃酸の分泌を促し続け、潰瘍ができやすくなる

十二指腸

胃の切除で血管を取り除いた場合、血液循環が滞り潰瘍ができたり治りにくくなったりすることもある。

幽門部が残って残胃潰瘍が再発する可能性がある。幽門部が残って残胃潰瘍が再発する可能性がある。

因には、以前に受けた手術でやむを得ず問題が残ったケースもあります。東京大学消化管外科准教授の野村幸世さんは指摘する。男性が24歳の時に受けた手術は、潰瘍ができた胃の下部を切除し、残った胃と小腸をつなぎ合わせる方法が採られた。その際、胃の出口付近にある「幽門部」という部分も完全に切除する必要があった。しかし、男性の場合、幽門部の一部が、十二指腸とともに胃から切り離された形で体内に残った可能性がある。

野村さんは「胃や十二指腸の潰瘍は、症状がひどくなると診断された時には何度か潰瘍ができた後で、周囲の組織と癒着するなどして幽門部を取り除くことが難しいケースもある」と説明する。胃がんの切除後も、幽門部が残って残胃潰瘍が

再発する可能性がある。幽門部が残って残胃潰瘍が再発する可能性がある。

幽門部には、胃酸の分泌を促すとともに、胃酸が十分にになると胃酸分泌促進を中断する機能がある。胃から離れた場所に残ると、胃の中で胃酸が出ていても感知できず、胃酸が出続け、胃潰瘍ができやすくなる。

野村さんは「胃や十二指腸の潰瘍は、症状がひどくなると診断された時には何度か潰瘍ができた後で、周囲の組織と癒着するなどして幽門部を取り除くことが難しいケースもある」と説明する。胃がんの切除後も、幽門部が残って残胃潰瘍が

再発する可能性がある。幽門部が残って残胃潰瘍が再発する可能性がある。

こうした残胃潰瘍の治療は、胃酸を抑えるプロトンポンプ阻害薬の服用が基本だ。男性もこの薬を飲んでおり、再発を抑えられている。ただ、取り除けなかった幽門部が原因の場合は、2015年に登場したより強力に胃酸を抑える薬を用いることもあるという。

ピロリ菌の感染も、残胃潰瘍の原因になり得る。そのため、手術で残った胃に、感染がないか確認しておくことも大切だ。感染していれば、ピロリ菌の除菌治療を行うこともある。ただ、除菌が残胃潰瘍の再発予防や治療に効果があるか、十分に分かってはいない。

「受けたい医療 2022年版」が発売中。一般書店と読売新聞販売店で扱っています。

## 家庭

### きょうのひと皿

### ニラと豚肉の手ヂミ

時間の目安 20分/熱量 363kcal/塩分 0.4g (1人分)



#### \*材料 4人分

ニラ 1束/豚バラ肉(薄切り) 100g/卵 1個/おろしニンニク 小さじ 1杯

#### \*作り方

1. ニラは長さ3cmに切る。
2. 肉は長さ2cmに切り、塩、コショウ各少々をふる。
3. ボウルに卵、水 $\frac{1}{4}$ カップを入れ、泡立て器などで混ぜ、塩、コショウ各少々、おろしニンニク、ゴマ油大さじ1杯、小

#### 過去のレシピ よみうりグルメ部

麦粉1と $\frac{1}{2}$ カップを加え、しっかり混ぜる。

4. (3)にニラ、肉を加え、菜箸で混ぜる。
5. 直径26cmのフライパンに、油大さじ2杯を熱し、(4)を平らに広げ入れ、中火弱で両面を5分ずつ焼く。食べやすく切る。
6. 酢、しょうゆ各小さじ1杯を混ぜ、好みでつけて食べる。

チヂミは薄く色づく程度に焼き上げると、モチッと、素材の味が引き立ちます。

藤井恵



3/11(金)

# 薬で発症 他診療科と連携

胃と十二指腸の潰瘍の症状や治療について、日本消化器病学会などによる診療指針をまとめた国際医療福祉大消化器内科教授の佐藤貴一さんに聞いた。

「胃と十二指腸の潰瘍はどんな病気ですか。」

「食物を分解する働きをもつ胃酸は、胃や十二指腸の壁の粘膜を傷つけてしまうことがあります。粘膜が削れ、穴が開くような状態になったのが潰瘍です」

「国内の患者数は、2017年に、胃潰瘍が19万人、十二指腸潰瘍が2万人と推計されます。患者数は年々減少していますが、出血などの合併症で命に関わることもあり、胃と十二指腸の潰瘍で毎年2000人以上が亡くなっています」

「原因は何ですか。」  
「胃の粘膜のピロリ菌感染と、解熱鎮痛薬などの非ステロイド性抗炎症薬が2



国際医療福祉大学  
消化器内科教授  
佐藤貴一さん

1983年、自治医科大学医学部卒。同大消化器内科准教授などを経て、2014年4月から現職。国際医療福祉大病院内視鏡部長も務める。

大原因です。ピロリ菌の感染者が減った一方、高齢化に伴い、心血管の疾患の予防のため低用量アスピリンを服用する人が増え、非ステロイド性抗炎症薬が原因の潰瘍が増加しています」

「症状は。」  
「みぞおちあたりの痛みや嘔吐、吐き気があります。潰瘍から出血すると、血液が混じった黒い便が出たり、出血が大量の場合には吐血したりします。出血が長引くと、貧血がみられる

「治療法は。」

「基本は、胃酸を抑える薬を使います。一般的にはプロトンポンプ阻害薬が使われます。最近では、より強力なカリウムイオン競合型酸分泌抑制薬を使うことも増えています」

「ピロリ菌感染が原因の場合は、除菌をします。非ステロイド性抗炎症薬が原因の場合は、医師と相談して、可能なら中断します。心筋梗塞や脳卒中の予防のために服用を中断できない場合は、胃酸を抑える薬を併用します」

「重症化した時は。」  
「胃や十二指腸に穴が開いたり、狭窄が起きて通りが悪くなったりしている場合は、薬の治療や内視鏡治療、必要な場合は手術も行います。出血している時は、内視鏡で、血管をクリップで挟んだり、薬液を注

入して血管を収縮させたりして止血します。こうした症状が落ち着いた後は、薬の治療を行います」

「薬が原因の潰瘍を予防するには。」  
「整形外科や循環器内科などとの連携が重要です。解熱鎮痛薬や血栓を防ぐアスピリンなど、非ステロイド性抗炎症薬を処方されている場合、通常はプロトンポンプ阻害薬など胃酸を抑える薬を併用する必要があります。しかし、一般的な胃粘膜を保護する薬を処方されていることも多く、潰瘍を防ぐには不十分です。自分が処方されている薬を確認し、不安なら医師や薬剤師に相談してください」

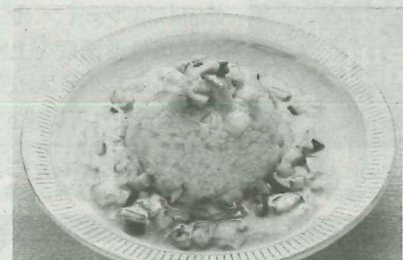
「早期発見には。」  
「痛みはそれほどなく、胃もたれ程度にしか感じないこともあります。少しでも気になることがあれば、消化器内科で内視鏡検査を受けてください」

(余門知里、野村昌玄)  
「次は「意思決定 面会制限の教訓」です」

過去のレシピ よみうりグルメ部

## あんかけチャーハン

時間の目安 20分 (干しシイタケを戻す時間を除く) / 熱量 516kcal / 塩分 2.3g (1人分)



戻し汁と水を合わせて1と1/2カップ、塩小さじ1/2杯、しょうゆ同1杯、砂糖大さじ1/2杯、酒同1杯、コショウ少々を加えて煮立てる。片栗粉大さじ1杯を倍量の水で溶いて加えて、とろみをつける。スープを

## きょうのひと皿

＊材料 2人分  
ご飯300g / 卵 2個 / 長ネギ2/3本 / ハム4枚 / キヌサヤ8枚 / 干しシイタケ2枚

- ＊作り方
1. 干しシイタケは1カップの水で戻し、1cmの角切りにする。
  2. 長ネギは粗いみじん切り、ハムは1cm角に、キヌサヤは3等分に切る。
  3. 卵は溶きほぐす。
  4. フライパンに油大さじ1杯を熱し、長ネギ半量、卵を入れひと混ぜし、ご飯、塩、コショウ各少々を加え、いため合わせて皿に盛る。
  5. フライパンに油大さじ1/2杯を熱し、残りの長ネギ、干しシイタケ、キヌサヤ、ハムを加えて炒め、ご飯を

40代のパート女性。大学の生の一入娘は離れて暮らしています。主人は娘が小さい頃に亡くなりまし

人に主人の話をしたら、は幸せだから不幸な人の持ちはわかってあげられない、ごめんね」と言います。主人の相談したいのは、自

しい りません。主人の