

第36集 「慢性胃炎」

山都町立蘇陽病院 医師 坂口 将文

ようやく秋らしくなってきましたが、みなさん、夏バテはなかったでしょうか？
今回は慢性胃炎についてお話いたします。

慢性胃炎とは

読んで字のごとく、胃の粘膜に慢性的な炎症が起こる病気です。慢性胃炎には様々な種類がありますが、今回はその中でも胃の粘膜が萎縮（粘膜が薄くなり機能が低下）する萎縮性胃炎についてご説明いたします。萎縮性胃炎はヘリコバクター・ピロリ感染との関連が深いとされています。

ヘリコバクター・ピロリって？

かつては、強い酸がでている胃の中はバイ菌なんて存在できないと考えられ、また慢性胃炎・胃潰瘍はストレスによって起こるものだと思われていました。しかし、1983年にオーストラリアの2人の博士が胃内に菌の存在を確認し、これをヘリコバクター・ピロリ（以下ピロリ菌）と命名しました（両博士ともに2005年にノーベル賞を受賞）。ピロリ菌は胃酸から身を守るバリアーを作り出すことができるので、厳しい酸環境の胃にあってもぬくぬくと生活できるのです。わが国において、近年衛生環境の向上に伴い、若年におけるこのピロリ菌の保菌者数は徐々に減少しているものの、40歳以上の保菌者は実に60-70%という、先進国の中では突出した保菌者率となっています。そして胃癌発生率においても日本は先進国の中では突出しており、これも高いピロリ保菌率と関係があるのではないかと考えられています。



ヘリコバクター・ピロリ

萎縮性胃炎と日常生活注意点

最近では健診で胃カメラの検査が多くされるようになり、萎縮性胃炎と診断される方も増えてきたのではないのでしょうか。胃もたれなどを自覚される方もいれば、健診で初めていわれた、という方も多いでしょう。無症状であっても健診で萎縮性胃炎と指摘された方は、日常生活において胃に負担をかけないように生活を心がけましょう。具体的に挙げると、暴饮暴食や過度の飲酒は避ける、禁煙する、しっかり休養をとる、ストレスをためない、などです。また、萎縮性胃炎の方は萎縮のない方に比べて、胃潰瘍・胃がんにかかる率が高くなるとされており、注意が必要となります。胃潰瘍は空腹時、みぞおちの痛み、吐き気、吐血などを起こしますので、そういった症状がみられたらすぐにお近くの医療機関を受診してください。そして、胃がんについては、かなり進行するまで多くの場合自覚症状がないため早い段階で見つけられるよう、年1回は胃カメラの検査をお勧めします。かかりつけの先生にご相談ください。

蘇陽病院だより

～蘇陽病院基本理念～

「へき地医療拠点病院として、患者様に信頼される良質な医療を提供し、地域住民に親しまれる病院を目指します。」

もっと知りたいクスリの話

第8集 便秘薬について

山都町立蘇陽病院 薬剤科 奥村真利子
監修 院長 水本 誠一

便秘になると、お腹が張ったり食欲がなくなったりするなどの不快な症状が現れます。便秘薬は腸内にたまった便を排泄する目的で処方されたり、検査のために処方されたりします。今回は便秘薬の種類と効果についてお話ししたいと思います。

便秘薬は便秘の症状に合わせて使い分けされています。

●刺激性下剤（代表的な医薬品：アローゼン、プルゼニド、ラキソベロンなど）

腸を刺激することで腸の動きを高め排便を促します。妊娠されている方には注意が必要です。

●増量性下剤（代表的な医薬品：マグミット、酸化マグネシウムなど）

腸の中に水分をとりこんで便を柔らかくし、腸の内容物を増やすことにより、腸を刺激して排便を促します。多くの水で服用することが重要です。

●坐薬（代表的な医薬品：テレミンソフト坐剤）、浣腸（代表的な医薬品：グリセリン浣腸液）

大腸を直接刺激して腸の動きを高め排便を促します。速く効果があらわれることが特徴です。内服薬を服用しても便が出ない場合に使います。習慣性がつくので使いすぎには注意が必要です。

※頑固な便秘の方や腹痛を伴うような場合には、大腸がんや大腸ポリープなどの重大な病気が潜んでいる可能性がありますので、漫然と便秘薬を続けるのではなく、医療機関を受診され、大腸検査などを受けられるようおすすめします。

お薬 ひとつ

規則正しい排便習慣をつけるため、きちんと朝食をとるように心掛けましょう。（食事をとることにより大腸が働きだして、便意が出てきます。）

