



須川診療所ニュース



これってなんの検査？シリーズ

その⑤

ピロリ菌の検査

Q..ピロリ菌（正式名称ヘリコバクター・ピロリ）とは？

A.胃の粘膜にすみつく細菌です。

この菌が胃に悪影響を及ぼすことがここ30年ほどで知られてきました。



「しっぽ」がある一見
かわいいピロリ菌

Q..ピロリ菌の感染源は？

A.子供のころ井戸水を飲んでいたり多く見られます。また感染した
親からの口移しで子供に感染したりもします。

（ピロリ菌は胃酸の量が多い成人には感染することはほぼなく
感染したとしても一過性のことが多いです。）

ピロリ菌は服薬で除菌しない限り胃にすみつけます。



Q.なぜピロリ菌は強酸性の胃液でも殺菌されないの？

A.ピロリ菌は「ウレアーゼ」という酵素を出しており、この酵素が胃の中
の尿素を分解してアンモニアを作ります。アンモニアはアルカリ性
なのでピロリ菌の周りの胃酸が「中和（無効化）」され、ピロリ菌は
胃液から守られてしまいます。

オレ達ピロリ菌は胃液なんか
へっちゃらだ！！



Q.なぜピロリ菌の検査が必要なの？

A.ピロリ菌は多くの場合幼少期に感染して炎症を起こし続け、
結果として胃炎や胃潰瘍などの病気を発症させます。そしてこれらの病
気は胃がんなどの原因となります。予防するためには
ピロリ菌の診断・服薬による除菌が必要です。



Q..どうやってピロリ菌の診断をするの？

A.具体的には下記のような検査があります。

☆尿素呼気試験

診断薬を飲む前後の呼気を専用の袋に集めて、飲む前と後の成分の違い
によって診断します（所要時間約 20 分程度）。食事などの制限は必要
となりますが除菌判定をする場合はこちらの検査となります。

☆血中・尿中抗体検査

ピロリ菌に感染すると菌に対応して体が抗体を作ります。この抗体は尿
や血液に含まれているため、それらの検体の抗体を測定することで診断
します。食事制限のない比較的簡便な検査です。

Q.ピロリ菌がいると診断されたらどうするの？

A.約 1 週間の服薬による除菌を行い、2 週間以上期間をおいてから
再検査し服薬の効果を確認します。服薬による除菌は約 8 割の人に効
果があるというデータもでているそうです。一回で除菌できずとも繰り
返し除菌をして減らしていく場合もあります。

漢方についてもっと知ろう！ 2021.3.26 記

2021の春、3月下旬時点ではワクチン接種が徐々に始まってきました。効果が得られ、コロナウィルスの終息に向かい、コロナ禍からの脱却、安心して生活できる環境、世界を取り戻していけることを期待したいですね。

『春になると体調を崩しやすい…』

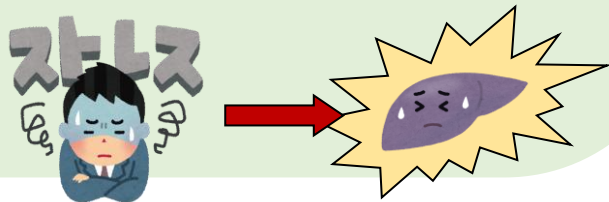
春先、朝すっきりとなかなか起きられない。「よお～し！」と声を出して、布団から勢いよく飛び出す方もいらっしゃるのではないのでしょうか。新年度のスタート、気候の変動、社会・生活環境が一変する時期でもあり、**普段よりも外的ストレスが多くなり、自律神経の乱れ、体調を崩しやすい時期**になります。春は「陽気」が満ちてくる時期です。東洋医学的には「血（けつ）」が騒いでのぼせたり、「血」が滞ったりして、頭痛や肩こり、イライラすること、手足の冷えが出たりすることがあります。



『肝（かん）』



現在の西洋学的な臓器とは意味が少し異なりますが、東洋医学的には、臓器は肝（かん）・心（しん）・脾（ひ）・肺（はい）・腎（じん）の五臓に分けて考えます。春はその中の「肝」の機能が高まり、「肝」が健康の鍵を握る時期と考えられています。**ストレスからくる体の不調は、「肝」の異常として現れると考えます。**



須川診療所 医師 中島 大



『春の食養生…甘いものは控えましょう』

東洋医学的には昔から「肝」の異常があるときは、酸味の強いものを食べるとよいと言われています。酸味は「肝」の働きを整える役割があるようです。また、どうしてもこの時期は甘いものを取りすぎる傾向にあるようです。糖質ダイエットのように過剰な制限は必要ありませんが、**お菓子やジュースなど、甘いものを口にするのを控えましょう。**満足感が得られる一方で、体内の血糖値が乱高下しやすく、かえってイライラしたり、だるさを感じやすくなったりします。良かれと思って酸味のもの、甘いもの、いずれも過剰な摂取は厳禁です。**適度な量に抑えることが肝心です。漢方薬も症状軽減につながります。**ご相談ください。

冬で閉じこもっていた方も多いと思います。春は活動するも適した時期です。感染予防をしながら、外に出て散歩や、スポーツで体を動かすことで気分転換、コロナウィルスに負けず春を過ごしてはいかがでしょうか。

「肝」の異常を防ぐためにも
ストレスの軽減は重要です。
感染対策は継続しつつ
気分転換もしていきましょう。

