

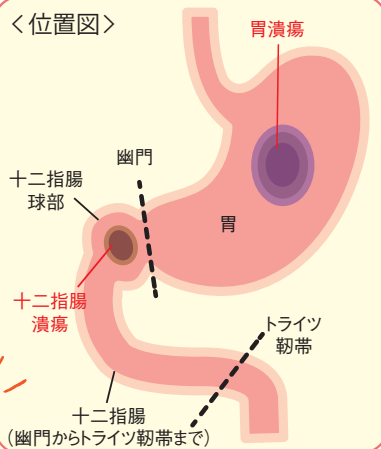
■ 位置と働き

胃・十二指腸の機能をみてみましょう。

胃…ペプシンと胃酸で食物のおおまかな消化を行なう働きと、一時的に食物をためておく働きがあります。

十二指腸…食物が胃を出ると、十二指腸に入ります。十二指腸で、胆汁や膵液などタンパク質や脂肪の消化に重要な役割を果たす消化液が合流します。

十二指腸の働き、
はじめてわかった
ピッ



■ 胃潰瘍・十二指腸潰瘍とは

健康な胃は、少しくらいの損傷なら周囲の細胞が胃粘膜を修復できます。しかし、何らかの原因でその修正が追いつかなくなると、胃液という強い酸の刺激によって胃・十二指腸の組織がはがれ落ちた状態の「潰瘍」になります。

十二指腸潰瘍は、
十二指腸球部に
多く発生します。



主な症状

みぞおちの痛み…

腹部の不快感…

むねやけ…

吐き気…

呑酸（酸っぱい液があがってくる）…

背中への痛み（肩甲骨の下）…



つらそうだ
ピッ



潰瘍で胃や十二指腸の壁の血管が傷つき、出血している場合は、のりの佃煮のようなタール状の黒い便がみられることもあります。



胃・十二指腸潰瘍について ピロリ菌から 胃・十二指腸を守ろう！

監修

千葉県医師会

吉川 正治 医師
よしかわ まさはる



大きなストレスで胃が痛くなったという表現を耳にすることは多々あります。

しかし、胃・十二指腸潰瘍の原因のほとんどは「ピロリ菌」という細菌だということを覚えてでしょうか。

正しく予防や対策できるよう、胃・十二指腸潰瘍について知っておきましょう。

▼胃・十二指腸潰瘍って？

胃潰瘍と十二指腸潰瘍は、胃液の刺激によって胃腸の粘膜がただれて深い傷ができる病気です。ひどくなると、内側から組織がえぐられ、穴があいた状態（穿孔）になってしまうこともあります。

胃液とは、胃酸や消化酵素の働きにより、食べ物を溶かして消化しやすくしたり、細菌を殺菌するために胃から分泌されるものです。

ではなぜ胃自体も溶けてしまわないかというと、健康な胃の場合は、胃から分泌される胃粘液がバリアとなり、自らの粘膜を守っているからです。

■ 病気の原因

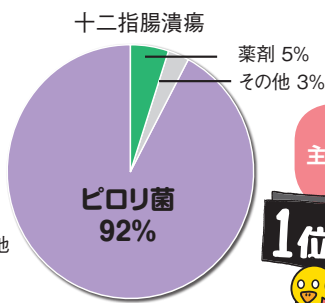
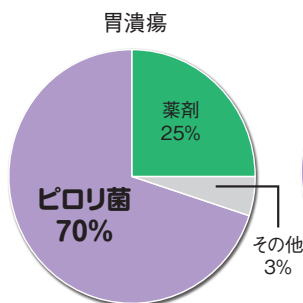
昔は精神的なストレスなどが主な原因と考えられてきましたが、ピロリ菌が発見され、その考え方が大きく変わりました。

主な原因

- ①ピロリ菌
- ②薬 剤※
- ③ストレスなど

※ 非ステロイド抗炎症薬 / かぜ・関節リウマチ・熱性疾患や頭痛に対する薬など

潰瘍の原因



ピロリ菌が
主な原因第1位
なんだピッ

1位



Marshall BJ. Am J Gastroent 1994; 89: S116-S128より一部改変

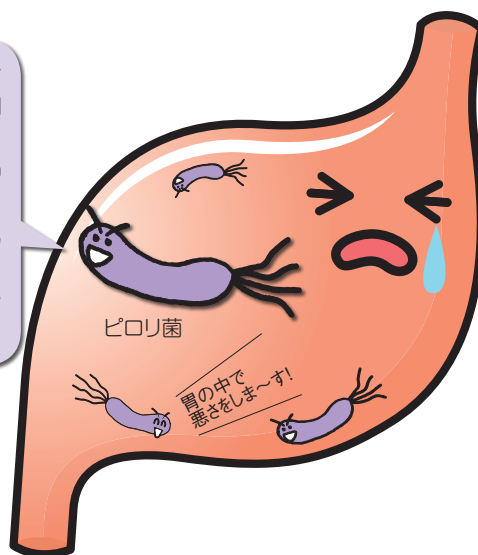
■ ピロリ菌について

- ぼくの存在は、みなさんの乳幼児期の衛生環境と関係しているかもしれないんだ。下水道が整備されていない時代に生まれた世代で、感染率が高いらしいよ。
- 「ウレアーゼ」という酵素を持っているおかげで、胃の中でも生きていけるんだ。
- 一度感染すると、自然にいくなくなることはマレで、ほとんどの場合ずっと体内にすみ続けるよ。
- 子どものときに親から子へと口移してうつるともいわれているよ。

ピロリ菌は
こんな細菌
なんだピッ



いろいろ
悪さをするので、
治療したほうが
いいな...



ところが、何らかの原因で胃粘液のバリアが破られ、胃や十二指腸自身の組織まで溶かされてしまう病気が胃・十二指腸潰瘍です。

症状の中でも多いのは、みぞおちや上腹部の痛みで、空腹時によくみられます。他にも、胸やけや膨満感、吐き気、食欲不振など、さまざまな症状を伴うこともあれば、自覚症状が全くないという人もいます。

重症化すると、血の混じった黒い便（タール・血便）が出ることがあります。また、下血に気づかないこともあり、貧血になって初めて胃・十二指腸潰瘍に気づいたという人も少なくありません。

胃潰瘍が中高年に多いのに対し、十二指腸潰瘍は比較的若い世代に多く、どちらも男性の方が多くとされています。

▼真犯人「ピロリ菌」とは？

胃・十二指腸潰瘍は患者数の多い病気であるものの、近年は減少しています。それは、真犯人ともいえる「ピロリ菌」と胃・十二指腸潰瘍の関係が明らかになったためです。

以前は、胃・十二指腸潰瘍といえば、精神的なストレスが一番の原因と思われていました。さらに当時は、強い胃酸のある胃の中では細菌は生きられず、存在しないと考えられていました。

■ ピロリ菌が起こす病気と除菌

ピロリ菌は、除菌しない限り生涯にわたって胃炎を引き起こす人も多く、また、下記の疾患との関連も指摘されています。



ピロリ菌が原因と
考えられている疾患

胃炎 **胃・十二指腸潰瘍** **胃がん**
胃 MALT リンパ種 胃過形成ポリープ
特発性（免疫性）血小板減少性紫斑病（ITP） など

2013年より「ヘリコバクター・ピロリ感染胃炎」がひとつの疾患単位として認められました（保険適用）。これによって、ピロリ菌感染に関連する種々の診断・病気治療と予防が可能になりました。

まずは、ピロリ菌をもっているかどうかを知りましょう！

ピロリ菌がいた場合は、取り除くことで胃炎や潰瘍をはじめとするピロリ菌が原因の病気予防・再発抑制につながります！



ピロリ菌の検査

①抗体測定	血液や尿からピロリ菌に対する抗体の有無を調べます。	
②尿素呼気試験	検査薬を服用し、薬を飲む前と後の呼気（息）を調べて感染を調べます。（服用後は、20分ほど経過した後に呼気を採取します）	
③便中抗原測定	便を採取して、ピロリ菌があるかどうかを調べます。	

【保険適用について】

ピロリ菌の診断と除菌については保険が適用されます。しかし、それにはいくつかの条件があり、胃内視鏡検査を実施することもそのひとつです。詳細は、医療機関にご相談ください。

ところが1983年に胃の粘膜にすみついているピロリ菌が発見されると、胃・十二指腸潰瘍になった人の多くがピロリ菌に感染していたこと、そして胃・十二指腸潰瘍の最も大きな原因となっていたのは、ピロリ菌であったことがわかったのです。

胃・十二指腸潰瘍は胃酸の分泌を抑える薬で治療しますが、それだけでは再発を繰り返しがちです。しかし、抗菌薬を使ってピロリ菌を退治する除菌療法も行うことで、再発を劇的に抑えられるようになりました。

さらに、日本人に多いとされている胃がんのほとんどが、ピロリ菌感染によるものであることもわかってきました。今現在、胃に不快な症状がない人でも、ピロリ菌に感染しているならそれを除菌することで、将来の胃・十二指腸潰瘍や胃がんの予防となります。

ピロリ菌は、衛生状態の悪い時代に生まれた50歳以上の年代で高い感染率を示しています。幼児期に、飲み水や食べ物を介して経口感染するといわれており、一度感染すると、多くの場合、除菌しない限り胃の粘膜にすみ続けます。

感染したからといって全ての人が病気を発症するわけではありませんが、胃の不調を繰り返す場合は必ず、ピロリ菌の有無を調べる検査を受けることをおすすめします。

■ ピロリ菌の除菌方法

ピロリ菌の除菌はお薬を服用します。

胃酸の分泌を抑える薬（1種類）・抗菌薬（2種類）・合計3剤を1日2回 7日間服用

注 意

- 確実に除菌するために、指示された薬は指示通りに服用してください。
（自分の判断で服用をやめたり飲み方を変更すると、除菌が不成功になったり、治療薬に耐性*をもったピロリ菌が出現することがあります）
※耐性…お薬に対して細菌が抵抗性を示してその薬が効きにくなってしまうこと。
- すべての治療を終了し4週間以上経過した後*、除菌できたかを確認するために再度、血液や便などの抗体検査を行ってください。
※検査方法によって、除菌治療後の検査時期は異なります。
- 副作用（軟便・下痢、発疹、味覚異常、アレルギー等）が出た場合は、主治医に相談してください。



1回の除菌で90～95%、
残り5%の方も
2回目ではほとんどの方が
除菌できます。



■ よくある質問

質問① 胃・十二指腸潰瘍になりやすい食事はありますか？

解 説 大量飲酒やカフェイン、香辛料など刺激物の大量摂取は、胃腸の負担となり潰瘍の発症リスクを高めるとわれています。余談ですが、ピロリ菌除菌中には、薬によっては禁酒が必要な場合もありますので、主治医と相談してください。

質問② 内視鏡検査が必須な理由はなんですか？

解 説 ピロリ菌に感染している場合は、胃がんをはじめとするピロリ菌の関連疾患がある場合があります。これをしっかり確認するために、内視鏡検査が必要になります。

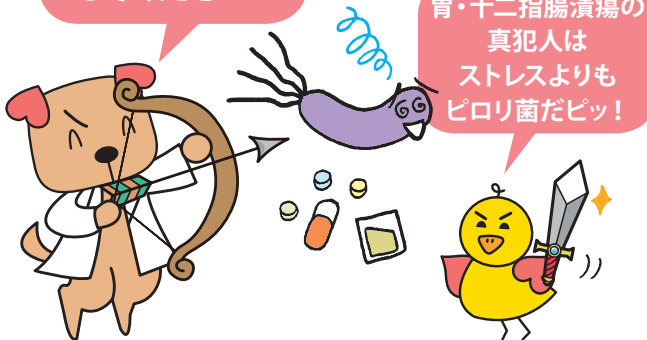
質問③ 「ピロリ菌の除菌は、若い時ほどいい」と聞きました。どうしてですか？ また何歳から除菌治療できますか？

解 説 「若いうちに除菌してしまうほうがいい」という理由は、ピロリ菌を長くすまわせておきたくないからです（長くすみつくと、それだけワルサをするリスクが高まってしまいます）。また、除菌治療について現時点では、大人になってから行われることが多いです。



ぜひ、
ピロリ菌検査を
してください！

胃・十二指腸潰瘍の
真犯人は
ストレスよりも
ピロリ菌だピッ！



▼ 消炎鎮痛剤にも要注意！
胃・十二指腸潰瘍発生の原因として、近年もう一つ問題視されているのが消炎鎮痛剤などの薬の常用です。
特に高齢になると、足腰の痛み等で痛み止めや抗炎症薬を処方してもらっている人が増えますが、こうした薬の中には胃の粘膜を荒らしてしまうものが少なくありません。
自覚症状がないまま重症化させてしまうケースもありますので、消炎鎮痛剤などの薬は、医師とよく相談しながら適切に服用するよう注意してください。