

会員各位

ご家族の方にもお知らせ下さい

発信：大連日本商工会
医療委員長 西村 秀敏

日本人医療相談室からのお知らせ

日本人医療相談室・星野医師より「胃の健康を考える」に関するニュースレター(2006-5)が送付されましたのでお知らせいたします。

記

ニュースレター2006-5

胃の健康を考える

大連市中心医院日本人医療相談室 星野眞二郎

胃のもたれ感や胸焼け、げっぷ、むかつきなどのいわゆる上部消化管症状(食道、胃、十二指腸などの不調)で悩む人の数は年々増加しています。特に、暑い夏の時期は、ただでさえ食欲不振になりがちですので、この時期に消化器症状が出現した場合にはいわゆる“夏バテ”の原因となります。

胃に限らず、消化器系は、一般に、精神的な影響、特に“ストレス”の影響を非常に受けやすい臓器であるといわれています。このため、“胃腸は第二の脳である”、あるいは“胃腸は考える内臓である”ともいわれています。

胃の主な働きは“食物を消化して吸収しやすくする”ことですが、胃の消化液である“胃液”は1日に約3リットル前後分泌されるといわれています。胃液の成分としては、

細菌などの微生物の繁殖を防止し、“消化酵素”の働きを促進する“胃酸”

胃壁、胃粘膜の表面を覆う成分である“粘液”

食物を消化・分解する消化酵素である“ペプシン”

などが含まれています。

胃酸の分泌は、食べ物を見たり、おいしそうな匂いを嗅いだりすると、その刺激が、大脳から自律神経(迷走神経)を介して胃に伝わり、分泌が促進されます。また、食物が胃に入って胃壁を刺激することでも分泌され、胃での消化が終わって、食物が十二指腸に移動するとその分泌は抑制されます。この事実はパロフという人が犬を使った動物実験で検証しました。この実験に使われた実験モデルは“パロフの犬”と呼ばれ“条件反射のモデル”として有名です。

一方、胃の“粘液”は強酸性である“胃液”(pH1~2前後)を中和して胃壁を守る働きをしています。通常は“胃酸”や“ペプシン”などの胃粘膜の“傷害因子”と、胃粘膜を守る“防御因子”のバランスが保たれているために、“胃自身が消化されてしまう”ことはありません。しかし、不規則な生活、お酒の飲み過ぎ、あるいはストレスなどが原因で、胃粘膜の分泌量が減少し、胃酸の分泌が過剰になること

により、このバランスが崩れると“胃潰瘍”、“十二指腸潰瘍”、“逆流性食道炎”、“逆流性胃炎”など種々の疾病が発生します。しかし、その一方で“上部内視鏡などの検査をしても何の異常も認めない - 機能性胃腸障害”という病気が最近、話題になっています。この病気の原因としては“食道や胃の機能異常（括約筋の機能低下や消化管運動の異常）”、“内臓の知覚神経の異常（知覚過敏）”などが想定されています。

また、最近では“ピロリ菌（正式名はヘリコバクター・ピロリ）”という細菌の存在と、“慢性胃炎”、“胃潰瘍”、“胃癌”の発症との関係が示唆されています（ちなみに“ピロリ菌”は中国語では“螺旋菌（らせんきん）”で、文字通り、“鞭毛（べんもう）”を使って旋回しながら移動します）。従来までは、胃の内部は強酸性の環境下ですので、細菌が存在することは全く想定されていませんでした。しかし、このピロリ菌は胃の粘膜に住みついて、胃粘液中の尿素を分解してアンモニアを発生し、周囲の環境を中和することにより、“胃酸による攻撃”から逃れているのです。このピロリ菌は、1980年代にオーストラリア人のロビン・ワーレン氏とバリー・マーシャル氏により発見されたのですが、彼らはその後、この“ピロリ菌と病気との関連性”を自らの身体を使って、実証し、2005年度の“ノーベル賞”を受賞しました。このピロリ菌の感染率は一般に、“発展途上国で高く、先進国では低い”といわれています。また、日本の調査では、感染率は60歳代では約80%、20歳代では約25%であり、“年齢が高いほど感染率が高くなっている”ことが分かっています。つまり、上下水道の普及率の悪い地域の住民や、戦後の衛生状態が悪い時に育った世代は感染率が高いということです。ピロリ菌感染がある場合、“加齢に伴う胃粘膜の萎縮性変化”が進行する結果、一般に胃酸分泌は低下します。また、胃酸分泌の過度の低下は“消化作用”が低下するために、結果的に“吸収不良”の原因となる場合があります。

上部消化管症状がある場合には“夜更かしや徹夜をしないようにすること”、“ストレスを過度に貯めないようにする”、“夜間に胸焼けを起こしやすい場合は枕を少し高めにする”など、“生活習慣の改善”が必要です。タバコは“胃粘膜の血流を悪くする”ため、胃の“防御機能”を低下させるばかりでなく、“消化機能”も低下させますので、“胃には良くない”といえます。また、“タバコに含まれるニコチンそのものが、胃酸分泌を刺激する”という報告もあります。最近では“胃酸の分泌を強力に抑制する薬（ヒスタミン H2 受容体阻害薬やプロトンポンプ阻害薬と呼ばれています）”や“ピロリ菌の除菌治療（抗生物質や胃酸分泌抑制剤、合計3種類を1日2回、7日間服用する治療）”、“消化管運動促進剤”なども普及していますので、“生活習慣の改善”だけで症状が良くならない方は早めに医療機関に御相談下さい。

以上

2006年 7月分

邦人一般診療・健康診断受診者数

	一般診療			健康診断			受診者 合計	
	成人	小児	計	成人	小児	計		
男	123	15	138	0	0	0	138	
女	58	13	71	0	0	0	71	
計	181	28	209	0	0	0	209	
初診	140	24	164					
再診	41	4	45					

(注)小児は15歳未満

▼(逐月追記)

総受診者の歴月推移

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
2004	163	136	142	129	140	171	104	110	143	181	145	150	1,714
2005	159	120	176	156	220	202	163	202	233	168	159	188	2,146
2006	220	226	221	209									

コメント

咽頭結膜熱(プール熱)について

咽頭結膜熱は“発熱”、“咽頭炎”、“眼症状”を主な症状とする小児の急性ウィルス性感染症の一つで、ウィルス的一种である“アデノウィルス”という病原体ウィルスにより引き起こされる疾患です(“アデノウィルス”にはいくつかの“血清型(=タイプ)”がありますので、麻疹や風疹のように一回罹患すれば終生免疫がつくというわけではありません)。

この疾患は、“プールで感染することが比較的多く見られる”ことから、本邦では、一般に“プール熱”とも呼ばれています。本邦においては、今年は過去10年で最悪のペースで患者が増えているようです(大流行した2年前の約2倍)。この“アデノウィルス”は“咽頭結膜熱(プール熱)”を起こすタイプばかりではなく、扁桃腺炎、肺炎などの“乳幼児の急性呼吸器感染症”の原因にもなっています(実際、乳幼児の急性呼吸器感染症の10%前後は、この“アデノウィルス”が原因であると考えられています)。

咽頭結膜熱は通常夏季に流行し、6月頃から徐々に増加し始め、7~8月にピークを迎えます。その多くは“プールの水”を介した感染ですが、“病院や施設、デイケアセンター”などでも報告されています。しかし、一般的には学童年齢の罹患が主で、7歳以下が全体の約9割を占めています(2~3歳が約3割と最も多い)。

感染経路は、プールを介した場合は、“汚染した水の眼球・眼瞼結膜への直接侵入”と考えられていますが、それ以外にも、“タオルの共用”や“咳やくしゃみを介した飛沫感染”、あるいは“手指を介した接触感染”、つまり“結膜”あるいは“上気道粘膜”から感染するという報告もあります。従って感染者

との密接な接触を避ける、タオルを共用しない、流行時にうがいや手指の消毒を励行するなどの注意が必要です。また、プールを介しての“アウトブレイク”は不適切な塩素濃度が原因であるという報告もあります。

症状としては、“典型例”では39前後の発熱で発症し、頭痛、食欲不振、全身倦怠感などの全身症状とともに、“咽頭炎による咽頭痛”、“結膜炎に伴う結膜充血、眼痛、流涙、眼脂”などが出現して、3～5日間程度症状が持続します（なお、潜伏期間は5～7日間程度といわれています）。しかし、“非典型例では”咽頭所見・結膜所見に乏しい症例もあり、病初期に正確に診断することが重要になります。また、今年、日本でも話題になった“夏のインフルエンザ”との鑑別が難しい症例もあります。

眼症状は一般に片方の眼から始まり、その後、他方の眼にも出現することが多いといわれています。また、結膜の炎症は“下眼瞼結膜に強く、上眼瞼結膜には弱い”とされています。また、後頸部のリンパ節の腫脹と圧痛を認めることもあります。アデノウィルスのうち、一部のタイプは心肺機能低下、免疫機能の低下等の“基礎疾患のある人”、“乳幼児”、“高齢者”などでは“肺炎”などの重篤な症状を引き起こし、“細菌による二次感染”を併発するなど“重症化”することもあります。

基本的にはいわゆる風邪と同じで、ウィルス感染症ですので、特異的な治療はなく、対症療法（症状に対する治療）が中心となります。ただし、“眼症状”が強い場合には“眼科的治療”が必要になる場合もあります。

なお、咽頭結膜熱は学校保健法では、“第二種伝染病”に位置づけられており、“主要症状が消退した後、2日を経過するまでは出席停止”とされていますので注意が必要です。

以上