



Hatta Medical News

2016年7月号

特集（前編）

ピロリ菌ってご存知ですか？

皆様、如何お過ごしでしょうか？ 昔は、修学院も田んぼが多く、子供の頃はよくカエルを取り、瓶に入れて持って帰っては母に叱られました。最近ではマンションが増え、田んぼが減りましたね。たまにカエルの鳴き声を聞くと懐かしい思いがしています。

梅雨は低気圧の影響で片頭痛やめまいなど、体調を崩される方が多い季節です。くれぐれも疲れを残さぬようにご自愛ください。

さて、本号は一年前から当院でも始まった上部消化管内視鏡検査（通称：胃カメラ）で萎縮性胃炎と診断され、尿素呼吸試験でピロリ菌感染と判定された方が多いことから特集を組みました。胃炎や胃潰瘍だけでなく、胃癌の原因にもなる菌です。しっかりと知識を深めましょう！

6月11日に開催した第5回いきいき健康セミナーは以前から希望の多かった骨粗鬆症をテーマとしました。セミナーの内容について一部、ご紹介します。

今号のスタッフ紹介は、栄養士の東森佳子さんです。院長が最も信頼する栄養士さんです。ご期待ください。

7・8・9月休診

7/20(水) 一郎先生休診

9/7(水) 一郎先生休診

盆休み：8/13～8/16

予めご了承ください。

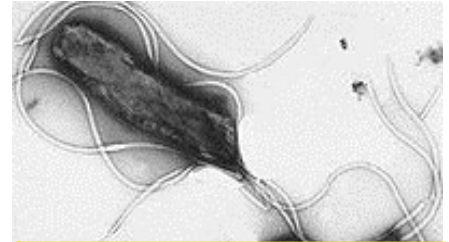
ピロリ菌（ヘリコバクター・ピロリ）って
ピロリ菌は、胃の強い酸の中でも生きることができる菌です。らせん状の形をしていて、胃の粘膜に住みついています。胃の中に入ってきた細菌は、通常、胃酸によって殺菌されますが、ピロリ菌は持っている酵素によって、胃の中にある尿素をアンモニアに変え、アルカリ性のアンモニアで胃酸を中和し、胃酸の殺菌作用を逃れています。胃潰瘍や十二指腸潰瘍の90%以上でピロリ菌が陽性を示すとされ、近年になって胃がんの発症にも大きく関係していることがわかってきました。ただしピロリ菌が陽性でも潰瘍にならない人、陰性でも潰瘍になる人がいて、ピロリ菌だけが胃・十二指腸潰瘍の原因とはいえません。ストレス、暴飲暴食、喫煙、体質などのほかの因子も深く関係していると考えられています。

ピロリ菌検査で何がわかるの？

胃・十二指腸潰瘍を繰り返して発症する人に、その原因としてピロリ菌が関与しているかどうかを調べます。陽性と出ればピロリ菌の関与が濃厚になります。また、最近の研究では胃がんの発生との関連も注目されており、陽性の場合にはさらに検査をすることが望ましいでしょう。

当院が採用しているピロリ菌の検査は？

一般的に検査方法には、ピロリ菌が尿素をアンモニアに変えるときに二酸化炭素が発生する性質を利用して、尿素の入ったカプセルを服用する前と、服用後10～20分に、吐く息を採取してそこに含まれる二酸化炭素の量を調べる「呼気検査」、血液を採取してピロリ菌に対抗する抗体が含まれているかどうかを調べる「血液検査」、内視鏡で潰瘍を調べるとともに、胃粘膜も採取してピロリ菌を培養して調べる「内視鏡検査」の3つがあります。当院では、最も感度の高い呼気検査を実施しています。



ピロリ菌電子顕微鏡写真

異常があったらどうするの？

除菌治療を行ないます。胃酸分泌抑制薬のプロトンポンプ・インヒビター（PPI）とアモキシシリン、クラリスロマイシンの抗生物質を合わせて1週間服用します。この3剤併用で、90%以上が除菌できるとされています。ただし、ペニシリンなどの抗生剤を使用しますのでアレルギーのある方はお申し出ください。

勤続表彰されました！



看護師の森さん、看護助手の岩田さんが八田医院勤続それぞれ5周年、10周年を迎え京都府保険事業協同組合総会・親睦会で表彰されました。

これからもこの地域の医療に貢献して、患者さんの笑顔が増えるよう宜しくお願いします！

一郎先生、東北旅行記(2016/6月)

6月8日から12日まで、岩手・花巻に宮沢賢治を訪ね、遠野では柳田國男の民話の里の語り部と会い、そして三陸海岸の復興に想いを寄せて旅してきました。人情こまやか、おおらかな人々にいっぱい会ってきました。三陸高田の流されてしまった松原海岸に1本だけ残った松の木は幹を修復して保存され、名所「希望の一本松」になり、代行バスの駐車場もできていました。復興の足音で一杯でした。（八田一郎）



第5回いきいき健康セミナー開催記録

6月11日に開催したセミナーも、大勢の方にご参加頂きました。今回は、院長がクイズを交えて骨粗鬆症についてお話ししました。

骨は、3か月程度を目途に新しい骨に置き換わっていきます。このことを「骨のリモデリング」といいます。古くなった骨を掃除する細胞（破骨細胞）、新しい骨に置き換えていく細胞（骨芽細胞）が上手に骨を新しくしてくれるのです。



クイズ カルシウムさえとってれば、骨は大丈夫？

答え：カルシウムだけでは不十分です。カルシウムが腸から吸収されるのには、ビタミンDが必要です。ビタミンDは以下の食事に多く含まれます。またビタミンDは日光浴により皮膚からも作られます。お天気の日は少し日向ぼっこもしてください。

ビタミンDの多い食品；サケ、ウナギ、サンマ、メカジキ、イサキ、カレイ、しいたけ、きくらげ



ビタミンK（骨形成を促す）の多い食品：納豆、ブロッコリー、ホウレンソウ、小松菜、サニーレタス



第6回いきいき健康セミナーのご案内

開催日時：2016年8月6日（土曜日）

開催時間：午後2時～3時 **申し込み必要**

入場：13:30～お楽しみ余興あり
(申し込み状況によって二部制とします)

場所：八田内科医院 待合室

テーマ



「今日からはじめよう！貯筋トレーニング」

講師：高井清典先生

白鷺病院医療技術部リハビリテーション科

参加費無料

体を動かしやすい格好でお越しください。

なお、第7回は2016年10月8日です。ご予約ください。

スタッフ紹介 東森佳子さん

こんにちは。4月のいきいき健康セミナー「あなたにもできる適塩料理」をテーマに、デビューさせていただきました管理栄養士の東森佳子（ひがしもり よしこ）です。院長先生のお声かけで、4月から栄養相談させて頂いています。ご縁は、私が近江八幡医療センターで勤務していた当時、院長先生が「CKD(慢性腎疾患)の教育入院」のプログラムで疾患の診断・治療方針・治療等を行われていて、栄養・食事でのサポートを担当させていただいたことからです。八田内科医院でも、みなさまができる限り今までと変わらない生活をしながら、持病や合併症が進行しないようにと、栄養やお食事のサポートを心がけたいと考えています。そのために、普段の生活のご様子をうかがいながら、今まで良いと思っていた食事の内容や様々な習慣が、実は間違っているということもありますので、その習慣やくせに気付いていただき、みなさまそれぞれに合った方法をご提案させていただこうと思っています。



早2ヶ月が過ぎ、スタッフの方々と気軽に話しができ、またお顔の見知ったみなさまも増えてきました。朝早くの電車の中では、今日はどんなお話しができるのかなと、楽しみにして出勤しています。栄養・食事で気になること、困っていることがあれば、気軽にお声かけください。

京都の文化歴史を感じる修学院界隈。先日、はじめて新緑見事な曼殊院辺りを散策しました。紅葉の頃もお勧めとか。修学院離宮や武田農園・詩仙堂などみなさまの散歩道を訪れ、四季折々の風情を感じることも楽しみです。どうぞ、よろしくお願いいたします。

院長TV出演予定



院長が基礎を作り上げた京都府立医大病院や今も顧問をしている近江八幡市立総合医療センターで行われている腎臓病患者さん用の検査教育入院が日本で初めて取り上げられます。

八田医院の患者さん何名か経験され、その中の一人に出演をお願いしました。基本的には関東のTVなので皆様に見て頂けないのが残念です。

放送：平成28年8月1日（月）夜8時テレビ東京
関西では、テレビ大阪で放映予定