



2013年に *H.pylori* 感染胃炎に対する除菌療法が保険適応になって以後、胃がんは徐々に減少傾向となり、逆に増加しているのが「逆流性食道炎」です。現代では成人の10～20%が罹患しているともいわれています。

「逆流性食道炎」とは、胃酸を含む胃内容物が食道に逆流、停滞することで、食道下部を中心に粘膜障害をひきおこす疾患です。胃酸は PH1～2前後の強酸であり、胃粘膜には胃酸から守る粘液バリア機能がありますが、食道にはないため炎症をおこしやすいのです。上部内視鏡検査で観察すると、食道粘膜が赤く炎症を起こしているのがよくわかります。一方、バリウムによる胃透視検査では、この食道の色調変化まではわからないため、逆流性食道炎の診断までは難しいことが多いです。

「逆流性食道炎」の典型的な症状は、胸やけや呑酸(酸っぱい液体がこみあげてくる)です。また胸の痛みや咳、のどの違和感なども逆流性食道炎が一因となっている可能性があり、上部内視鏡検査をすすめられる場合があります。

なぜ「逆流性食道炎」は増加傾向なのでしょう。原因として、高脂肪食、肥満、加齢による下部食道括約筋の筋力低下、ピロリ菌感染者数の減少(除菌後)などがあげられています。消化に時間がかかる高脂肪食や食べすぎ、早食いなどなどで胃酸分泌が増加、胃内圧が上昇して逆流しやすくなったり、加齢により食道への逆流を防止していた下部食道括約筋がゆるんでしまい、逆流しやすい構造になってしまったりです。また除菌による胃酸分泌環境の変化も一因となりえます。ピロリ菌がいると胃酸が中和され低酸状態なのですが、除菌によりピロリ菌がいなくなることで胃酸分泌も正常化し、相対的に以前より胃酸が多い環境となり、除菌後に逆流性食道炎を発症する場合があります。また近年ではピロリ菌感染者自体も減少しており、胃酸分泌は過多となりやすい傾向にあります。

上記の一般的な「逆流性食道炎」のほかにも、アレルギーが関与する「好酸球性食道炎」や薬剤による「薬剤性食道炎」、「感染性食道炎」などさまざまな食道炎があります。これらは上部内視鏡検査を受けることで鑑別可能であり、最適な治療法につながります。

上部内視鏡検査はつらい検査とされていますが、当院では鎮静剤や鼻から挿入可能なほどの細い内視鏡も導入し、苦痛軽減に努めております。上部内視鏡検査をうけたことのないかた、迷っておられるかたも、安心して受けていただけるよう努めておりますので、お困りの症状があれば当院消化器内科までご相談ください。



# 健康体操(糖尿病予防の優しい運動教室)を

## 中庭で開催しました！！



皆さんは JR 仙台病院の中庭をご存じでしょうか？ ESG 推進チームは、これまで長年活用されていなかった中庭を整備し、患者さんや職員が安らげる憩いの場として利用できる環境づくりを進めて参りました。この度、中庭のお披露目企画として ESG 推進チームと糖尿病サポートチームが共同で、患者さんを対象に「中庭で健康体操」を開催しました。



糖尿病サポートチームは、前半糖尿病予防の運動に関する座学として運動の目安や運動を継続するためのコツを紹介しました。後半は新しく整備された中庭で健康体操を予定していましたが、当日はあいにく風が強く安全面を考慮し、室内にてその場で出来るストレッチや運動を行った後に中庭の散歩に変更して行いました。

参加した患者さんからは、「中庭に行って気分転換になってよかった」、「外の空気を吸ってリフレッシュできた」など温かいお言葉を頂くことができました。

今後も中庭を活用した企画を検討していく予定です。また、中庭のご利用は自由となっていますので、通院時や休憩の際には是非ご利用してみたいはいかがでしょうか？



【糖尿病サポートチーム リハビリテーション科 嘉藤医療技師】



## 大腸 CT 検診のご案内

～早期発見で守る、あなたの健康～



大腸 CT 検査は大腸を炭酸ガスで拡張させて CT 撮影し、大腸の 3 次元画像を作成することで病気の診断を行う検査方法です。

### 大腸 CT のメリット

- ・苦痛がほとんどありません
- ・問題となる合併症がほとんどありません
- ・検査時間は約 10 分と短いです
- ・麻酔を使わないので日常生活への影響は少ないです

#### ※注意点※

- ・腫瘍の組織検査はできません。
- ・5 mm未満の小さな病変を見つける能力は内視鏡検査より劣ります。

### こんな方におすすめです

- ・40歳以上の方
- ・健康診断の便潜血検査で陽性になった方
- ・初めて大腸検査を受けられる方
- ・大腸内視鏡検査に不安や抵抗を感じている方

料金 27,500 円(税込)

ご予約・お問い合わせは…

JR 仙台病院 地域医療連携室 「検査・診療受付」

☎022-380-2317(直通)