

ピロリ菌にご用心!!

4月



春風の心地よい季節となりました。

お天気の良い日には、運動がてら

お散歩するのもいいですね! ところで、

“ピロリ菌”ってご存じですか? 放っておくと病気を

になります。しっかり体調管理をして、対策や治療を早めに行いましょう。今月はピロリ菌について紹介します。

☆ピロリ菌ってなに?☆

日本人に多いとされる胃がん...その原因として注目されているのがピロリ菌です。ピロリ菌は、胃の粘膜に生息している菌で、正式名称は「ヘリコバクター・ピロリ菌」といいます。ピロリ菌には、4~8本の鞭毛(べんもう)があり、これを使ってヒトの胃粘膜に侵入・潜伏します。これが生息すると胃や十二指腸などが病気にかかりやすくなります。



☆どうやって感染するの?☆ 現在3500万人の日本人がピロリ菌に感染しているといわれており、60歳以上になるとその割合は約8倍にもなります。上下水道が整備される以前の日本で育った世代は、それだけで感染率も高くなります。このことから、感染経路の一つとして「水道」があげられます。しかし、現在の日本のように水道設備が整備されている国ではこの経路で感染することはまずありません。そのため、感染経路の一つでもある口からの感染(経口感染)が大部分であると考えられます。口から口へ、唾液や食べ物が移動することにより、ピロリ菌が人から人へ移動していきます。しかし! ピロリ菌はキスではうつりません。ただし、免疫力の低い赤ちゃんに食べ物を口移しする場合は注意が必要といわれています。

☆ピロリ菌に感染したらどうなるの?☆

ピロリ菌に感染



慢性胃炎



潰瘍やがんなど

ピロリ菌に感染すると、活性酸素などの細胞を傷つける物質が作られるため、まず胃に炎症が起こります。この段階では、ほとんどの人には自覚症状がありません。感染が続くと慢性胃炎になり、それが進行して潰瘍やがんなどの病気になります。

★胃炎の段階でピロリ菌を除菌することで、進行して起こる病気の予防につながります。

☆どんな治療をするの?☆

① **ピロリ菌の検査** (ピロリ菌に感染しているか)

② **ピロリ菌がいる場合** 一次除菌療法 (7日間)

4週間以上あけます

➡ 胃酸の分泌を抑える薬 + 2種類の抗菌薬

③ **ピロリ菌の検査** ※ピロリ菌がない場合

除菌成功

④ **ピロリ菌がいる場合** 二次除菌療法 (7日間)

4週間以上あけます

➡ 胃酸の分泌を抑える薬 + 2種類の抗菌薬

⑤ **ピロリ菌の検査** 『除菌療法成功率』 1回目 75% , 2回目 85%



1日2回
1週間



☆ピロリ菌にヨーグルト!?!☆

ピロリ菌にヨーグルトが良いといわれていますが、すべてのヨーグルトが効くわけでは
ありません! 除去する力を持つものはごく一部の乳酸菌で、その中の一つが
CMでも放送されている「**LG21乳酸菌**」です。

★胃の調子が悪い方や早いうちから胃潰瘍を予防したい方は、
さっそく**LG21**でピロリ菌対策を始めてみてはいかがでしょうか。

オススメの食べ方は **1日2回食後** です!!

