

### ・「ピロリ菌」ってなんですか？

ピロリ菌の正式名はヘリコバクター・ピロリ、といい、人などの胃の粘膜にすみつく細菌です。ヘリコバクターのヘリコはらせん形から名づけられており、ヘリコプターのヘリコと同じ意味です。本体の長さは4ミクロンで、2、3回、ゆるやかに右巻きにねじれています。一方の端にはべん毛と呼ばれる細長いしっぽが4〜8本ついていて、スクリューのようにくるくるまわしながら動きまわることができます。胃の中の胃液には、塩酸が含まれているため、通常の菌は生息できませんが、ピロリ菌は「ウレアーゼ」という特別な酵素を出すことによって胃の中で生きていけるのです。

1982年、オーストラリアのウォーレンとマーシャルがこのピロリ菌の培養に成功しました。マーシャルは、培養した菌を自ら飲んで胃潰瘍を発症し、病原性を証明しました。この功績で2人は、2005年のノーベル医学生理学賞を受賞しています。その後さまざまな研究から、ピロリ菌が胃炎や胃潰瘍などの胃の病気に深くかかわっていることが明らかにされてきました。

### ・どうして胃の中で生きていけるのですか？

胃には強い酸があるために、通常の菌は生きていけませんが、ピロリ菌はウレアーゼという酵素を持っています。この酵素を利用するとピロリ菌の周辺をアルカリ性の環境にすることができるので、胃酸を中和することによって胃の表面まで移動することができます。

### ・どのようにしてピロリ菌は感染するのですか？

感染経路ははっきりわかってませんが、ピロリ菌は、口から入ってきた感染が大部分であろうといわれています。今のように生活環境の衛生面や上下水道の設備が整っていない時代に、飲み水や食べ物から感染したと考えられています。そのため50歳以上に感染者が多く、70%が感染しているともいわれています。

ピロリ菌は多くの場合、5歳以下で感染すると言われていています。親から子供に感染するとも言われますので、免疫力が未完成で胃酸の分泌が未成熟の幼児の場合は、お母さんが噛み砕いたものを子供に口移しで与える、などは避けた方がいいでしょう。

### ・感染を予防する方法はありますか？

ピロリ菌感染を予防する方法はよくわかっていません。我が国のピロリ感染率は若い世代では低くなっており、衛生環境が整った現代では、あまり神経質になる必要はないでしょう。

### ・ピロリ菌はどんな病気を起こすのでしょうか？

ピロリ菌が胃の粘膜に感染すると炎症が起こります。感染が長く続くと、感染部位の胃粘膜はやせてきて、萎縮性胃炎といわれる慢性胃炎になります。また萎縮がさらに進むと胃がんになりやすくなることが報告されています。つまり、ピロリ感染が胃潰瘍、十二指腸潰瘍、萎縮性胃炎を引き起こし、その一部が胃がんに行進していくおそれがあることが明らかになってきました。

1994年にWHO（世界保健機構）は、ピロリ菌は「確実な発がん因子」と認定しました。これは、タバコやアスベストと同じ分類に入ります。最近の報告をみると、厚生労働省の大規模疫学調査により、胃がん患者の胃粘膜に高頻度にピロリ菌が確認されていて、ピロリ菌の陽性者では、胃がんリスクが約5倍とも言われています。ただしピロリ菌に感染しているからといって、高い確率で胃がんになるというわけではありません。

ピロリ菌は胃がん発生の大きなリスク要因ではありますが、これだけで癌になるというものではなく、個人の体質や食事をはじめとした環境要因が重なって初めて胃がんにつながると考えられます。様々な研究で、これまでに喫煙、高塩分、高血糖、野菜・果物不足の食事なども胃がんのリスク要因であることが分かってきました。もしこのような生活習慣があるのなら、まずそれを改善することが重要です。その上で、胃粘膜萎縮があると指摘されたことのある人は定期的な胃がん検診を受けることをお勧めします。

### ・ピロリ菌の除菌はどのようにするのですか？

実際の除菌治療は、まず一次除菌と言って、2種類の抗生物質と胃酸を抑える薬剤を1日2回、7日間飲むという治療を行います。1か月以上後に、除菌できたかどうかを確認し、一次除菌が失敗した場合には、二次除菌と言って、抗生物質を変更して、同じく7日間内服します。これで90%以上は除菌出来ます。

### ・ピロリ菌を除菌するとどうなるのですか？

ピロリ菌に感染していて除菌をしないグループと、除菌を行ったグループを比べたデータがあるのですが、除菌によって胃がんの発症リスクが35%低下したことが示されました。また別の報告では、早期胃がんの内視鏡治療後にピロリ菌を除菌した患者さんは、除菌をしなかった患者さんと比べ、3年以内に新しい胃がんが発生した人が約3分の1だったと報告されています。

胃がん予防の点で、除菌の効果は胃の萎縮が進んでいない若いうちほど大きく、推計では男女とも30代までに除菌をすると、かなりの割合で胃がんにならないと言われています。

これまでピロリ菌の除菌治療は、胃・十二指腸潰瘍や早期胃がんの治療後など、4種類の疾患で保険適用されていました。ピロリ菌がいても、そうした病気がない場合の除菌は自費診療となり数万円必要でしたが、最近、内視鏡検査で萎縮性胃炎が認められれば保険で除菌治療が受けられるようになりました。

・最後にメッセージをお願いします。

一番重要なことは、除菌が成功した場合胃がんになる危険度は下がりますが、ゼロにはならないことです。長年蓄積された胃のダメージが残るからです。除菌後も、きちんと医師と相談の上、胃がん検診を続けるようにして下さい。