

治療と再発防止のために

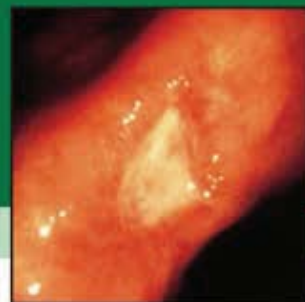
# 胃・十二指腸潰瘍

監修:北里大学 名誉教授 西元寺 克禮



# 治療と再発防止のために 胃・十二指腸潰瘍

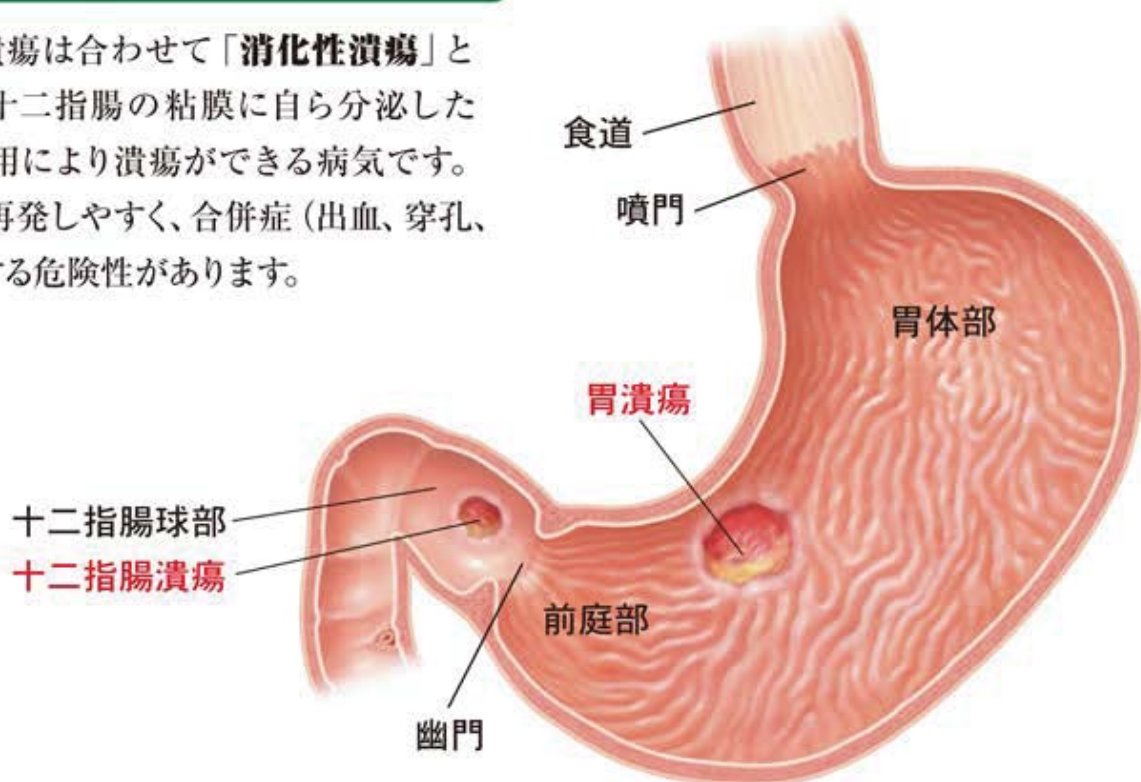
監修:北里大学 名誉教授 西元寺 克禮



胃潰瘍(内視鏡写真)

## 胃・十二指腸潰瘍ってどんな病気?

胃・十二指腸潰瘍は合わせて「**消化性潰瘍**」と呼ばれ、胃や十二指腸の粘膜に自ら分泌した胃液の消化作用により潰瘍ができる病気です。消化性潰瘍は再発しやすく、合併症(出血、穿孔、狭窄)が発生する危険性があります。



## なぜ潰瘍ができるのか?

胃液は胃酸とペプシンという消化酵素からなっています。通常、胃粘膜の表面は粘液でおおわれ、防御機能が働き、粘膜を保護します。ストレスなど何らかの原因で防御機能が弱まると、胃粘膜が胃液に攻撃され潰瘍が生じます。最近では、ピロリ菌が潰瘍の原因の一つといわれています。また、除菌療法は現在医療保険で認められています。詳しくは先生にご相談下さい。

## 潰瘍治療のポイントは?

現在の治療の主流は、酸分泌抑制薬の内服ですが、完治するまで薬を飲み続けなければなりません。(ピロリ菌陽性の方は除菌治療も選択肢の一つです。)また、ストレス要因を減らし、日常生活に注意することが最も大事なことです。

ポイント  
1  
維持療法

症状が治った後も、薬の服用によって自覚症状がなくなっても、潰瘍が治癒したわけではありません。服用の中断によって治りかけた潰瘍が再発することがあります。継続して薬を服用することが大切です。

ポイント  
2  
定期検査

症状がなくても定期的に内視鏡検査を受けることをおすすめします。





～潰瘍再発を防ぐために～

# 日常生活での注意点

## 食生活のこころがけ

胃に滞る時間の長い食品(脂っこい物)を控える



ステーキ



とんかつ



からあげ

胃粘膜を刺激する食品を控える



アルコール



カフェイン  
(コーヒー、  
濃い緑茶、紅茶)



香辛料



炭酸飲料



熱すぎるもの



繊維の多い固い物  
(竹の子、ごぼう、  
ナッツなど)



よく噛んで、腹8分目



食事時間は規則正しく



消化を良くする調理の工夫

## 生活習慣のこころがけ



禁煙  
(喫煙量に比例して潰瘍は  
治りにくく、再発も多い)



夜更かしや  
ストレスを避ける



感冒薬、消炎鎮痛剤は  
適宜服用に留める



潰瘍治療薬の服用を忘れない

アステラス製薬株式会社