

Vol.277



病院ホームページは

<https://www.mhi.com/jp/company/hospital/kobe/>

かけはし

理念

すべては患者様と
地域社会のために

発行責任者 病院長 田代 充生



ピロリ菌 について

消化器内科医師

齊藤 郁美

ピロリ菌という名前を聞いたことがあっても、こういった検査や治療が必要かご存知ない方は多くおられます。今回はピロリ菌検査や胃カメラの必要性についてご説明します。

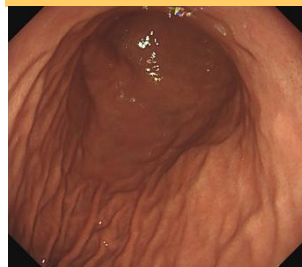
▶ピロリ菌について

ピロリ菌の正式名称は、*Helicobacter pylori*（ヘリコバクター ピロリ）という細菌で胃に生息します。アルカリ性のアンモニアを作るため、強酸性の胃酸の中でも生き続けることができます。胃粘膜に感染し、萎縮性胃炎、胃・十二指腸潰瘍、胃癌などの様々な上部消化管疾患を引き起こします。中でも胃癌発生の主な原因として知られており、ピロリ菌を除菌することによって胃癌の発生・再発を半数から3分の1に減少させることができると報告されています。胃カメラなどでピロリ菌感染が疑われた場合、胃カメラで組織を採取する検査や血液、尿、便での検査、呼気での検査のいずれかを行います。ピロリ菌感染が診断されれば、除菌治療をお勧めしています。

▶除菌について

除菌の方法としては、胃薬と抗生剤を1週間内服することによって治療します。1次除菌の成功率は約80～90%とされており、除菌薬内服後2ヶ月程度で除菌に成功したかを判定します。除菌に失敗した場合は2次除菌に進み、抗生剤を変更して再度除菌を行います。2次除菌までは保険適応、3次除菌以降は保険適応外となります。除菌に成功した場合でもピロリ菌非感染例より既感染例は胃癌発生率が高く、年1回の胃カメラで経過観察を行うことが重要です。

図1 胃の粘膜について



正常胃粘膜



萎縮性胃炎

萎縮性胃炎の胃カメラの画像です。ピロリ菌の感染が疑われるため、検査を行います。



胃カメラの種類



通常の内視鏡

通常の内視鏡
8.9mm

経口細径内視鏡

経口細径内視鏡
5.4mm

以前に比べると内視鏡は細くなっており、特に、経口細径内視鏡は、米粒大（直径約5mm）の細さで反射も軽減されます。



▶内視鏡検査について

当院の胃カメラは経口、経鼻、経鼻用の細いカメラを経口で使用する場合（当院では経口細径と呼んでいます）の3パターンが選択できます。

当院の経鼻内視鏡は、GIF-1200Nという以前より画質が改良されたものを採用しています。5.4mmと細いカメラで、反射が強い方でも比較的楽に検査を受けていただくことも可能です。また、検査後に休んでから帰っていただくことが必要にはなりますが、鎮静剤を使用した検査も可能です。



保険診療でピロリ菌検査・除菌を行うには胃カメラで慢性胃炎を確認することが必要です。

ピロリ菌感染は胃癌の大きな危険因子です。がんの予防は簡単ではありませんが、原因がはっきり分かれば手を打てる場合もあります。ぜひこの機会に胃カメラをご検討ください。

【お問い合わせ先】

内科受付

078-672-2619



★メンタルヘルス ワンポイントアドバイス★

夏と眠り

公認心理師・臨床心理士
主任 矢野 知子

8月に入りました。みなさん心身の調子はいかがでしょう。夏の夜は暑さで寝苦しいこともあると思いますが、最近眠れていますか？心身の健康維持に欠かせない睡眠は、成人ではおおそ6～8時間が適正な睡眠時間と考えられ、少なくとも1日6時間以上確保することが推奨されています。ただし、個人差や日中の活動量による補正を考慮すると、プラス数時間は許容の範囲のようです。また、睡眠時間は季節によっても変動し、冬季に比べて夏季に10～40分程度短くなるとも言われています。寝つきや眠りの持続が他の季節よりも難しく、日が長いこと、高温・多湿な寝室環境も一因と考えられています。



目覚めた時に「ぐっすり眠れたなあ。疲れが取れたなあ」と感じる「睡眠休息感」が低下すると心身の健康に影響することがわかっており、メンタル面では睡眠休息感が低いほど抑うつ度合いが強いと示された研究もあります。質の良い睡眠を取るための生活習慣や一日の過ごし方の工夫は色々ありますが、今回は今夜から始められそうな睡眠環境の工夫についてあげてみました。少しでも心地よい眠りと目覚めのためにみなさんもできそうなことからぜひ。

睡眠環境の工夫

・寝る前のデジタルデトックス

寝る前・寝床の中でのデジタル機器の使用は、夜ふかし・朝寝坊、睡眠不足を助長します。就寝前は避けるようにしましょう。いきなり避けるのは難しいと感じる方は、いつもより10分早く切り上げて眠ることから始めてみましょう！



・寝室の照明を暗くして刺激を減らす

夜間寝室照度の研究では、睡眠時に5ルクス（1メートル離れたろうソクから放たれる光量）以上の明るさで夜を過ごすグループは、5ルクス未満のグループよりも2年後のうつ病の発症リスクが上昇したとされています。わずかな光も刺激になると考えると、できれば豆電球も消して眠るのが良いかもしれません。



・眠る前のリラックス（物理的に）

触感はリラックスと心地よさを直に感じられます。ちょっとした違いのようでも、肌ざわりや吸湿性の良いシーツやパジャマに変えると眠りやすくなることも期待できます。



・眠る前のリラックス（精神的に）

ストレスを寝床に持ち込まないためにも、呼吸法など自分なりに眠る前のリラクセーションを実践することで、眠りやすい状態に調整してみましょう。

睡眠に不調が続く場合は、心身の病気が潜んでいる可能性もありますので、眠りに不安を覚えたなら専門家に相談しましょう。

三菱神戸病院 診療予定表 (2026年8月)

※8/14(金)は午前診療のみ
変更がある場合のみ記載

<診察時間> 午前診 9:00~11:30 午後診 13:00~15:00 ◆は、女性医師

医師都合等により休診や変更になる場合がありますのでご了承ください。原則初診時の予約は行っておりませんが、診療科により異なりますので、各診療科欄をご覧ください。

〒652-0863 神戸市兵庫区和田宮通6丁目1番34号 (代表) TEL: 078-671-7705 FAX: 078-672-2352 (地域医療連携室) TEL: 078-652-8271 FAX: 078-652-8275

診療科	曜日	診察室	月	火	水	木	金	土曜 (午前診療)
内科	午前	1診	吉 野 【循環器・一般】	濱 崎◆ 【呼吸器・一般】 (診察時間) 9:30~	大学医 【呼吸器】(予約)	齊 藤◆ 【消化器・一般】	三 浦◆ 【一般】	【8日】吉 野(予約) 初診・再診担当医 交代医(予約)
		2診	佐々木(順)◆ 【一般】	上 田 【一般】	佐々木(順)◆ 【循環器・一般】	佐々木(優)◆ 【一般】	吉 野 【循環器・一般】	
		3診	鈴 鹿◆ 【呼吸器・一般】	大学医 【不整脈・循環器】	井 上 【循環器】	上 田 【一般】	足 立 【消化器】	
		4診	満 田◆ 【糖尿病】	松本(健) 【循環器・糖尿病・一般】	佐々木(優)◆ 【一般】	松本(健) 【循環器・糖尿病・一般】	大学医 【免疫内科】(予約)	
		6診	田 代 【消化器】	田 代 【消化器】	満 田◆ 【糖尿病】	足 立 【消化器・一般】	高 原 【循環器・一般】	
		7診	濱 崎◆ 【禁煙外来】(予約) (診察時間) 10:00~	---	---	---	---	
	午後	1診	柿 田 【腎臓内科】	佐々木(順)◆ 【心療内科】(予約)	---	山本/平野 第1・3・5/第2・4 【呼吸器】	三 浦◆ 【一般】	備考 <心療内科> 初診時の予約可能 (電話予約可) <<すり外来> 9:30~10:00
		2診	---	---	---	---	---	
		3診	高 原 【循環器・一般】	足 立 【消化器・一般】	吉 野 【循環器・一般】	前 川◆ 【消化器・一般】	濱 崎◆ 【呼吸器・一般】	
		4診	---	---	前 川◆ 【消化器・一般】	---	---	
		6診	北 澤 【心療内科】(予約)	諫 山◆ 【心療内科】(予約)	北 澤 【心療内科】(予約)	諫 山◆ 【心療内科】(予約)	---	
外科	午前	1診	交代医	松本(拓)	交代医	土 田 【肝胆脾・一般】	土 田 【肝胆脾・一般】	【8日】吉 田◆
		2診	---	---	---	---	吉 田◆	
	午後	1診	---	松本(拓) 【一般】	---	---	---	備考 <そけいヘルニア> 常時診察可 <<すり外来> 月曜・水曜は、9:30~10:00
		2診	---	吉 田◆ 【大腸・肛門】	---	吉 田◆	---	
皮膚科	午後	-	大学医 (診察時間) 13:00~	---	---	---	大学医 (診察時間) 13:00~	備考 <月曜・金曜診療> (受付時間) ~15:00
泌尿器科	午前	-	奥 田	大学医	奥 田	奥 田	奥 田 ※14日(金) 休診	【8日】休 診
整形外科	午前	1診	中 村◆	中 村◆	大学医 (受付時間)~11:00 (予約)	大学医 (受付時間)~11:00 (予約)	中 村◆ ※14日(金) 休診	【8日】休 診
		2診	大学医 (受付時間)~11:00	大学医 (受付時間)~11:00	---	---	大学医 (受付時間)~11:00 ※14日(金) 休診	
	午後	1診	---	---	---	---	---	備考 ・水曜・木曜は完全予約制 (初診は予約不可)
形成外科	午前	1診	相 原◆	大学医 【一般】第1・3・5のみ 【レーザー・ボトックス外来】 第2・4のみ(予約)	相 原◆	---	相 原◆ ※14日(金) 休診	【8日】相 原◆
		2診	---	---	---	大学医 【足外来】(予約) 第1・3のみ	---	
	午後	1診	---	---	---	相 原◆ 【レーザー・ボトックス 外来】第1・3のみ(予約) (診察時間) 13:30~ (受付時間) ~16:30	相 原◆ 【レーザー・ボトックス ・男性毛髪外来】 (予約) (診察時間) 13:30~ (受付時間) ~16:30	備考 <木曜・金曜・午後診療> 13:30~16:30
婦人科	午前	-	大学医 (予約)	---	大学医 (予約)	---	大学医 (予約) ※14日(金) 休診	休 診
放射線科	午後	-	藤 田 (予約)	---	---	---	---	休 診

三菱神戸病院 診療予定表 (2026年8月)

※8/14(金)は午前診療のみ
変更がある場合のみ記載

曜日	診療科	診察室	月	火	水	木	金	土曜 (午前診療)
耳鼻 咽喉科	午前	1診	石 黒 ◆	石 黒 ◆	石 黒 ◆	石 黒 ◆	石 黒 ◆	【8日】石 黒 ◆
	午後	1診	石 黒 ◆ (診察時間) 13:30~ (受付時間) ~15:00	石 黒 ◆ 【イビキ・睡眠時無呼吸外来】 (予約) (診察時間) 13:30~ (受付時間) ~15:00	石 黒 ◆ (診察時間) 13:30~ (受付時間) ~15:00	石 黒 ◆ 【嚥下外来】 第1・3・4・5のみ(予約) (診察時間) 13:30~ (受付時間) ~15:00	石 黒 ◆ (診察時間) 13:30~ (受付時間) ~15:00	備 考 ・初診時の予約可能 (当日予約は不可)
		小児外来 (専門外来)	石 黒 ◆ (診察時間) 16:00~ (受付時間) ~17:00	石 黒 ◆ 【補聴器外来】(予約) (診察時間) 14:00~ (受付時間) ~17:00	石 黒 ◆ (診察時間) 16:00~ (受付時間) ~17:00	---	石 黒 ◆ (診察時間) 16:00~ (受付時間) ~17:00	
眼科	午前	1診	木 村	上 西	木 村	上 西	上 西 ※14日(金) 休診	【8日】交代医 (受付時間) ~11:00
		2診	佐々木(信)	井 上 ◆	佐々木(信)	井 上 ◆	木村/佐々木(信) 第1・3・5/第2・4	
		6診	根 木 (診察時間) 10:00~	---	根 木 (診察時間) 10:00~	根 木 (診察時間) 10:00~	※14日(金) 交代医 (受付時間) ~11:00 ---	
	午後	1診	---	---	---	---	交代医 【コンタクト外来】(予約) 第1のみ (診察時間) 13:00~	備 考 ＜火、木、金曜・午前診＞ 【上西副院長 外来】 ・初めて眼科を受診する方 ・予約の方 ＜土曜日・午前診＞ ※診察医の指定は出来ません
		6診	根 木	---	根 木	根 木	---	
歯科 口腔 外科	午前	-	榑原 ◆・山下 ・荻田 ◆	榑原 ◆・山下 ・荻田 ◆	榑原 ◆・山下 ・荻田 ◆	交代医	榑原 ◆・山下 ・荻田 ◆ ※14日(金) 榑原 ◆・荻田 ◆	【8日】山 下
	午後	-	榑原 ◆・山下 ・荻田 ◆	榑原 ◆・山下 ・荻田 ◆ 交代医 【インプラント外来】	榑原 ◆・山下 ・荻田 ◆ ※第1・3・5水曜日 手術日のため交代医	交代医	榑原 ◆・山下 ・荻田 ◆	備 考 ・完全予約制 ・予約の空き状況によっては、 当日予約も可能です。 電話にてご確認ください

＜診察時間＞ 午前診 9:00~11:30 午後診 13:00~15:00 ◆は、女性医師
医師都合等により休診や変更になる場合がありますのでご了承ください。原則初診時の予約は行っておりませんが、診療科により異なりますので、各診療科欄をご覧ください。

〒652-0863 神戸市兵庫区和田宮通6丁目1番34号
(代表) TEL: 078-671-7705 FAX: 078-672-2352

ホームページURL <https://www.mhi.com/jp/company/hospital/kobe/>
(地域医療連携室) TEL: 078-652-8271 FAX: 078-652-8275

三菱神戸病院 からの お知らせ

3か月 病院カレンダー

8 August

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

9 September

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10 October

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※14日(金曜)も半日開院日です。

■ : 半日開院日

■ : 休院日

講演会のご案内

8/18 火

テーマ 長引く咳は 早期の受診が必要!?

演 者 濱崎 直子医師 (呼吸器内科)

時 間 15:00~15:30

※途中参加・退出可能です。演者が皆様のご質問にお答えします。
お気軽にご参加ください。

場 所 当院 本館1階 外科・整形外科待合



三菱神戸病院イメージキャラクター カモメさん