

1 「食生活と逆流性食道炎」に関して

【Q】逆流性食道炎で、急に苦しくなった時の対処法を教えてください。

【A】制酸剤は比較的即効性がありますが、持続性はないので何回も内服する必要があります。酸分泌抑制剤は、症状を抑えるのに効果があるので、定期的に内服して調子悪いときに制酸剤を内服するという方法もあるでしょう。

【Q】ピロリ菌が減少するとなぜ胃酸分泌が増えるのでしょうか。

【A】ピロリ菌の持つウレアーゼという酵素が粘液中の尿素を分解してアンモニアを産生し、胃酸を中和してしまうことと、アンモニア自体が胃粘膜を障害する作用を持つからといわれています。

【Q】薬物療法の効果発現時間と持続時間を教えてください。いつまで服用しつづけたらよいのでしょうか。

【A】代表的な酸分泌抑制薬は内服すれば効果のある人はすぐにその日から症状は改善されてきますが、十分な効果が得られるまでには時間がかかります。8週を目安に内服をしますが、やめた後にすぐ症状が出てくる人には薬を続ける維持療法や、症状の出た時だけに内服するオンデマンド療法も考えられています。

2 「生活習慣と大腸がん」に関して

【Q】大腸がんステージⅠとはポリープ発見時の事ですか。また、原発部位除去（外科手術後）の再発率はどのくらいなのでしょう。再発時、再度除去手術を施せばいいのでしょうか、または違う方法を取るのでしょうか。手遅れなのでしょう。

【A】大腸がんステージⅠとは、「がんが粘膜下層から筋層にとどまり、リンパ節転移を伴わない」段階です。要するに、がん細胞が大腸の壁の比較的浅い部位にとどまり、他の部位への広がりが少ないということです。この段階の大腸がんは約90%が適切に切除することで治癒します。

外科手術後の再発率はステージⅠに限ると結腸で2～3%、直腸で5%前後です。

（ステージⅡ：約10～15%、ステージⅢ：約30%）再発した部位によっては再度手術で除去することにより、治癒する場合があります。特に肝再発はよい手術適応であることも少なくありません。しかし、残念ながら手術が適さない多くの場合には化学療法（抗がん剤）が治療の主となります。病気のどの段階でも治療する方法はありますから「手遅れ」ではありませんが、どの治療法にも限界があるのが現状です。

【Q】おならのにおいがきついです。腹中はどうなっているのでしょうか。また、においをうすくするにはどうしたら良いのでしょうか。

【A】おならの臭いを抑えるには、腸内環境を整えるために乳酸菌、食物繊維、消臭食物（にんじんの葉、マッシュルーム、藍藻類のクロレラなど）を取り入れるとよ

いといわれています。また、大腸の病気が原因で便秘やおならの状態が変化することがあります。気になるようでしたら、大腸の検査を受けてみるのもよいかと思ひます。

【Q】便秘でマグネシウムの薬を飲んでひます。今度、大腸の検査をする予定です。薬は2週間ですひますが、ずっと服用していいでしょうか。

【A】 マグネシウムの薬を2週間程度内服しても問題はないと考ひます。しかし、長期間投与により、血中のマグネシウム濃度が高くなり、呼吸抑制、意識障害、不整脈などの副作用がみられることがあるということが報告されています。主治医の先生と相談していただければと考ひます。また、おなかの症状がある場合、検査を受けることはよいことだと思ひます。大腸内視鏡検査で問題がなければ、下剤で便秘のコントロールをしていただければよいかと思ひます。

3 「糖尿病と膵炎・膵がん」に関して

【Q】 エコーで膵臓を見てもらったらガスがたまってよく見えないと言われました。どうしたらいいのですか。

【A】 膵臓は胃や大腸のガスがかぶってしまい、超音波で見えにくいことが多々ありますが、以下のような工夫で見えやすくなることがあります。

① 6時間以上の絶食と便秘の解消

② ①の状態です脱気水（空気を抜いた特殊な水）を飲んでもらひ、半分だけ体を起こした状態とする。

その他、体型などでも差があります。