

# 医科研病院だより



第38号

発行：東京大学医科学研究所附属病院  
平成30年1月15日  
〒108-8639 東京都港区白金4-6-1  
代表電話03-3443-8111  
ホームページ <https://www.transrec.jp/>

## CONTENTS

新年のご挨拶	1
すこやか・カフェ	2
栄養サブリ	3
なんでも・ひろば	4

## 新年のご挨拶

東京大学医科学研究所 所長 村上 善則

謹んで新年のお慶びを申し上げます。病院だよりに所長からご挨拶申し上げることを光栄に存じます。折角の機会ですので、祝福すべき話題として医科学研究所の記念事業をご報告致します。医科所は昨年、北里柴三郎博士による前身の伝染病研究所創立（1892年）から125周年、医科学研究所への改組（1967年）から50周年を迎えました。そこで11月29日、シェラトン都ホテルにて記念式典、講演会、祝賀会を、翌30日には所で記念国際シンポジウムと所内祝賀会を行いました。記念式典では所長式辞と五神真総長のご挨拶の後、文科省關靖直局長、梶田隆章全国附置研・センター長会議会長、宮園浩平医学系研究科長、末松誠AMED理事長から御祝辞を賜りました。記念講演会では、岩本愛吉元病院院長が感染症の歴史と傳研について総括され、梶田本学特別荣誉教授、大村智北里大学特別荣誉教授が、各々ノーベル賞ご受章に繋がったカミオカンデでのご研究、微生物創薬と国際貢献について、非常に感銘深いご講演を頂きました。祝賀会は所内外の関係者とOB 300人が集まり、大盛会でした。30日の国際シンポジウムでは米国スローンケタリング癌センターのMichel Sadelain 博士、大阪大学の長田重一教授をお招きし、所内から中西真、河岡義裕、宮野悟各教授が加わって、最先端医科学の研究成果が紹介され、議論が盛り上がりました。この記念(ノ)



(東京大学医科学研究所創立125周年・改組50周年記念誌より)

(ノ)行事を通じて、医科研の歴史の重みと先人の叡智、そして、病原菌から疾患遺伝子、ビッグデータへと変貌する医科学の潮流を改めて意識し、所のさらなる発展へ繋げたいとの思いを新たにしました。同時に、30日夕刻の所内祝賀会にご参集頂いた研究部と病院の若手を含む大勢の方々の熱気と自由な雰囲気、医科研が誇り、時代を超えて伝えるべき真髄を見た気が致します。寿ぐべきも誇るべきも、所ではなく人であると確信した次第です。今年が皆様にとって、より良き年となります様、ご一緒に頑張りたいと思います。



# すこやか・カフェ



## ピロリ菌について

総合診療科 平田 喜裕

はじめまして。総合診療科の平田です。私は医科研病院で消化器内科、おもに胃や腸などの消化管の診療を担当しています。今回は、ピロリ菌についてわかりやすく説明したいと思います。

### 1. ピロリ菌とは

みなさんも新聞などでよくご存じだと思いますが、ピロリ菌はヒトの胃に感染する「ほとんど唯一の」細菌です。胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃癌、慢性胃炎という胃の病気、そして血小板減少症の一部などにかかわっています。1980年代まで日本には胃十二指腸潰瘍を繰り返す患者さんがたくさんいたのですが、ピロリ菌が発見され駆除が行われるようになって潰瘍の再発率が著しく低下し、手術が行われることがほとんどなくなりました。当時の消化器内科では働き盛りの胃十二指腸潰瘍の患者さんがいつも入院していて、点滴や食事療法をうけていたそうです。高齢の患者さんが中心で、大腸の病気が多い現在の病棟とは大分趣が異なっています。ピロリ菌の発見とその治療はこのようなダイナミックな疾患構造の変化の要因のひとつと考えられています。

### 2. 感染率と感染経路

現在の日本人では大体30%くらいのかたが感染していると考えられています。ただ年代によっても感染率は大きく異なり、20歳未満の若年者では10%以下、60歳以上の高齢者では50%程度と年齢とともに高くなっています。でもこれは年とともにピロリ菌に感染するからではありません。この違いは公衆衛生を含む住環境の違いと考えられており、50年前はピロリ菌に感染しやすい環境、一方現在は感染率が低い環境といえます。そのため40年後には60歳代の感染者も10%未満になると予想されます。

感染経路は完全にはわかっていませんが、ピロリ菌の遺伝子を調べた研究によるとほとんどが家族内感染（とくに親子、母子感染）のようです。もちろん家庭内で祖父母から孫に感染することもあります。（以前の研究で井戸水からの感染が疑われたことがありましたが、ピロリ菌は井戸水のなかでは生きられないのでその可能性はとても少ないと思います。）大半のかたは免疫力が弱い乳幼児期に感染して、大人になって検査でピロリ菌が見つかるという経過をたどっています。ピロリ菌自体は環境のなかで生きられない弱い菌なので（ヒトの胃と研究室のなかでしか生きられません）、免疫が発達した成人に感染することはとても稀です。そのため夫婦間でピロリ菌をうつす心配はほとんどありませんがお子さんやお孫さんにうつす可能性があるので、私の外来では患者さんの年齢にかかわらず(✓)

(✓)除菌治療をお勧めしています。

### 3. ピロリ菌と病気

ピロリ菌に感染すると年齢とともに胃炎がおこります。胃炎の強さ（進行のはやさ）はひとによってことなりますが、ほとんど全員が萎縮性胃炎という慢性的に進行する胃炎（慢性胃炎）になります。この胃炎ではほとんど症状がなく、あっても慢性的な胃部不快感や軽い胃痛程度です。この段階でピロリ菌感染が発見されることはあまり多くなく、健康診断で慢性胃炎が見つかった場合、また血液検査でピロリ菌が陽性だった場合などです。

胃炎の進行過程で、一部の患者さんでは胃酸の分泌が過剰になり胃十二指腸潰瘍になります。潰瘍になると胃痛などの症状がでるので、病院を受診して胃カメラでピロリ菌の診断にいたりします。

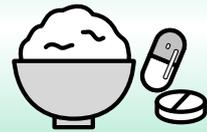
ピロリ菌に関わる病気でもっとも深刻なものは胃癌です。胃癌の95%以上はピロリ菌感染によって発生すると考えられています。典型的なものはピロリ菌感染による萎縮性胃炎が進んで、徐々に胃の粘膜が傷んで癌化するものです。このタイプの胃癌は高齢になればなるほど増えます。一方、20歳代から40歳代くらいの比較的若い患者さんに発生する胃癌は、それほど萎縮がすすんでいない、しかし炎症が強いタイプの胃炎から発生することがあります。これらの胃炎はピロリ菌によっておこるので、ピロリ菌の駆除によって胃癌になる危険性が減ります。萎縮が進んで発生する高齢者の癌の発生率はだいたい3分の1になると報告されています。若い方の炎症によって発生する癌の予防についてはまだ十分な証拠はありませんが、こちらのほうがより効果があると思います。

このようにピロリ菌の感染は胃炎、潰瘍、胃癌などの原因になっています。胃癌になるかたは多くはありませんが、胃癌のほとんどはピロリ菌感染によっておこります。これらの病気の予防のために、また若い世代にピロリ菌感染症を残さないためにも、除菌治療をお勧めしています。ピロリ菌の治療は、胃カメラで慢性胃炎がみられた患者さんでは保険診療で行うことができます。1週間薬をのむことで、9割弱の患者さんで駆除ができます。もちろん薬については、ひとによって副作用がでることもありますので注意して治療を行います。

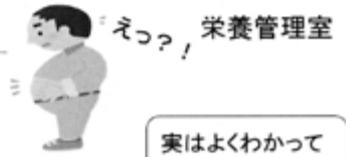
ピロリ菌感染についていろいろ知りたい方、検査をお受けになりたい方、治療をお受けになりたい方、また副作用など詳しく知りたい方は、総合診療科 平田、松原の外来、もしくはピロリ菌外来を受診して御相談ください。（紹介状がなくても受診いただけます。）



# 栄養サプリ



## あなたにも潜んでいる!? メタボリックシンドローム



一緒に  
おさらいしましょう。

必須

おへその位置での腹囲  
男性:85cm以上 女性:90cm以上

実はよくわかって  
ないのよねえ...

A B C のうち2つ以上該当 **+**

A 血糖

空腹時血糖  
110mg/dl以上

B 血圧

収縮期血圧130mmHg以上  
拡張期血圧85mmHg以上  
どちらか、または両方

C 血中脂質

中性脂肪150mg/dl以上  
HDLコレステロール40mg/dl未満  
どちらか、または両方

参考資料:厚生労働省HP

## さあ、一緒に！せり出すお腹とサヨナラしよう

内臓脂肪の蓄積しやすい食習慣は以下の通りです。あてはまる内容があれば改善することをお勧めします。

食 習 慣	夜食をする事が多い	こってり料理が好き	間食の習慣がある	早食いだ
	緑黄色野菜が嫌い	満腹まで食べる	食事はダラダラ30分以上時間をかける	食事を抜いたり食べる時間が不規則

参考資料:厚生労働省HP、『病態栄養ガイドブック』参照・改編

## 日常生活に、ちょこっとプラス！体を動かす**コツ**をご紹介します！

日頃の運動不足は内臓脂肪が蓄積されやすくなります。ご自分に合った運動を見つけ、まずは現体重の5%減量を。

エレベーターより階段

歩いて買い物へ行く

雑巾で床拭きをする

有酸素運動にチャレンジしよう

ウォーキング

自転車

水泳



週に2~3回、1回30分以上が望ましいです

# なんでも・ひろば



## 祝！医科研創立125周年・改組50周年

巻頭記事にありますように東京大学医科学研究所は創立125周年、伝染病研究所から医科学研究所への改組50周年を迎えました。この医科研病院だよりでも今までに医科研の歴史について度々触れてきました。今回はバックナンバー(<http://www.hims.u-tokyo.ac.jp/enkaku/kouho.html>)からの出典を含め、医科研の歴史やエピソードをお届けいたします。

- ・医科研は日本のウシガエル輸入・繁殖開始の地：あの大きな鳴き声や外来種として有名なウシガエルですが、医科研と旧国立公衆衛生のあいだの窪み（花見ができる場所）が昔は沼で、そこで飼い始めたのが日本の最初だそうです（ネットで検索すると文献も出てきます）。
- ・旧国立公衆衛生院は昔は沼だった：水を抜いて、腐りにくい松の丸太を何本も土台として差し込んで建てたそうです。東京駅も松の丸太の上に建っているそうですね。
- ・外苑西通り（通称、プラチナ通り）は東京オリンピック頃に開通した：第4号、第18号で紹介しましたが、意外に新しいのです。銀杏が立派なのでそうは見えませんね。
- ・野口英世も勤務したことがある：第5号、第8号にありますように近代科学記念館には直筆の年賀状や写真も展示されています。是非お立ち寄りください。
- ・天然記念物級のツバキがある：第27号に樹齢500-700年という椿の記事が掲載されています。あまりに大きすぎて花が咲いていないと見過ごしてしまいます。（➤）

(➤)

- ・桜が長期間楽しめる：正門から1号館に至るソメイヨシノあるいはシダレザクラにだけ目を奪われていませんか？ヒガンザクラ、八重桜などがあり、実に二ヶ月に渡って桜を楽しむことができます。第7号にマップが載っています。
- ・ソフトボールのできるグラウンドがあった：総合研究棟のあたりに20数年前までグラウンドがあり、研究室対抗戦もできたそうです。今でも緑が多く、都心とは思えないくらいですが、もっと敷地に余裕があったのですね。
- ・感染症のワクチンを製造していた：細菌や毒素を馬などの動物に接種して感染させ、抗体のように抵抗する物質を作らせ、血清から精製抽出するワクチンが製造されていました。昔はかなりの売り上げがあったようで、医学研究の成果を医薬品として形作り、医療に役立てていました。今も基礎研究の成果を臨床に応用すべく、医科研教職員一同励んでおりますので、引き続きよろしく願いいたします。

お祭り好きの広報委員

### ◆病院からのお知らせ◆

- 臨床検体の取扱いにつきまして  
当院での保存・追加採取検体を用いた臨床研究名をお知りになりたい方は  
[http://www.ims.u-tokyo.ac.jp/ore/IMSUT\\_ORE\\_7.html](http://www.ims.u-tokyo.ac.jp/ore/IMSUT_ORE_7.html)をご覧ください。

## 東京大学医科学研究所附属病院・ご利用案内

### 診療科

内科（総合、血液腫瘍、感染症、アレルギー・免疫、代謝・内分泌、循環器、消化器）

小児科（小児細胞移植）

外科（一般、腫瘍、消化器、乳腺）、整形外科（関節）

脳腫瘍外科、放射線科、麻酔科、遺伝相談



### 外来診療日

月曜日～金曜日（祝日および年末年始を除く）

### 診療受付時間

8:30～11:30（初診・再診）

12:30～16:00（再診のみ）

※予約時間の15分前までに受付にお越しください。

（確実にご受診いただくために、ぜひ予約をお取りください）

予約専用電話（予約受付および変更）

診察：03-5449-5560

検査：03-5449-5355

受付時間 8:30～17:00（外来診療日のみ）

### アクセス

- ・東京メトロ南北線・都営地下鉄三田線で「白金台駅」下車
  - ・JR山手線目黒駅東口から都バス品93大井町競馬場行で「白金台駅」下車、あるいは都バス黒77千駄ヶ谷行か橋86新橋駅行で「東大医科研西門」下車、または駅より歩いて約15分、タクシーで約5分（1メートル）
  - ・JR品川駅から都バス品93目黒駅行で「白金台駅」下車
  - ・東京メトロ日比谷線広尾駅から都バス広尾橋から黒77または橋86目黒駅行で「東大医科研病院西門」下車
- ※患者専用駐車スペースも数台分ございます。ご利用は受付にお申し出ください。