

【資格】 日本内科学会 認内科医、日本消化器内視鏡学会 専門医

医療法人財団 康済会 武蔵小山胃腸内視鏡クリニック院長

土井健一先生

東京慈恵会医科大学医学部医学科卒。1996年同大学付属青戸病院内科、1998年～2002年町田市立町田市民病院勤務、2003年から約20年にわたり、第一線の大腸内視鏡医が在籍し国内最多の大腸内視鏡検査数を誇る、松島病院大腸肛門科病センター松島クリニックで大腸内視鏡検査の腕を磨く。2018年松島クリニック汐留副院長を経て、2019年武蔵小山胃腸内視鏡クリニック開業。大腸カメラ4万件以上、胃カメラ2万件以上という圧倒的な検査数を持ち「苦痛の少ない内視鏡検査」に取り組むトップクラスの専門医。ご祖父はプロ野球元読売ジャイアンツの土井正三氏。



胃がん・大腸がんは

「内視鏡検査」で

予防できる！

「苦痛の少ない内視鏡検査」について

検査数1千件で1人前、1万件でベテランと言われる内視鏡検査において、大腸内視鏡検査4万件以上、胃内視鏡検査2万件以上という圧倒的な検査数を誇る「武蔵小山胃腸内視鏡クリニック」院長、土井健一先生。高齢者医療にも精通する土井先生は「痛い・つらい」を感じさせない内視鏡検査に取り組み、内視鏡検査により「早期発見・早期治療」で大腸がん・胃がんがんで死に至るケースをゼロに近づけることを目指しています。ここでは「苦痛の少ない内視鏡検査」についてお聞きしました。医師の経験によって、苦痛の少なさや検査の精度は変わります。

痛い・つらい・苦しい!?

胃腸内視鏡検査のイメージ

編集部 内視鏡検査を受けに来られる方はどんな方なのでしょう。

土井 このところ目立って多いのは、新型コロナウイルスの影響によって、環境が急変するなどのストレスで胃の具合が悪い人の来院です。薬を飲んでも良くならないので、胃の内視鏡検査を受けたいという方が非常に

増えています。

編集部 大腸の内視鏡はいかがでしょう？

土井 便が細くなったとか、便秘や血便などの自覚症状があったり、健康診断で便の潜血反応が陽性になって内視鏡検査を受けにいらっしゃる方などです。

編集部 「胃カメラ、大腸カメラ」と聞いただけで、痛いとかつらい、苦しいというイメージがあり、できれば避けたいと思っ

ている方が多いのでは？

土井 検査を受けたことがなくても、周り

【胃カメラについて】

- 受けていただきたい方
 - ・胃痛、胸やけ、げっぷ、のどのつまり、口の中の苦み、食欲低下、便の色が黒いなどの症状がある方
 - ・貧血、体重減少のある方
 - ・胃レントゲン検査で異常を指摘された方
 - ・ピロリ菌が陽性といわれた方
 - ・アルコール多飲者、喫煙者
 - ・50歳以上の方

- 胃カメラでわかる代表的な病気
 - ・がん(食道、胃、十二指腸)・潰瘍(食道、胃、十二指腸)・ポリープ(食道、胃、十二指腸)・粘膜下腫瘍(食道、胃、十二指腸)・炎症(逆流性食道炎、萎縮性胃炎、急性胃炎、十二指腸炎)・その他(悪性リンパ腫、食道裂肛ヘルニア、胃アニサキス症など)

【大腸カメラについて】

- 受けていただきたい方
 - ・腹痛、下痢、便秘、血便などの症状がある方
 - ・最近便が細くなったと感じられた方
 - ・検診で便潜血検査が陽性で精密検査が必要と言われた方
 - ・近親者に大腸ポリープや大腸がんになった方がいる方
 - ・50歳以上の方に大腸内視鏡検査をお受けになったことがない方

- 大腸カメラでわかる代表的な病気
 - ・大腸がん・大腸ポリープ・粘膜下腫瘍・大腸憩室・潰瘍性大腸炎・クローン病・悪性リンパ腫・アメーバ性大腸炎・虚血性腸炎など

編集部 検査の件数は、信頼できる病院を採す指針になりますか？

土井 そうですね。苦痛の少なさや検査の精度は医師の経験によって大きく変わりますから、検査数を公表しているところは少ないかもしれませんが、自信があれば出していると思いますよ。

女性のがん死亡1位は大腸がん

検査への抵抗感が強い

土井 今女性のがんの死亡数で一番多いのが大腸がんなんです。なぜかと言ったら、女性はお尻を見せることに抵抗がありますよね。そこが検査数が増えない理由の一つでもあります。大腸がんの死亡数はすべてのがんの中で男性が第3位、女性が第1位。毎年5万人以上の方が大腸がんで亡くなっています。これは1度も大腸カメラを受けていない人がどれだけ多いかを物語っています。

編集部 内視鏡検査をしていけば、がんは防げるということですか？

土井 ほとんどゼロに近づけられるんですよ！ 大腸がんというのは小さなポリープが5年、10年かけてがんになっていくので、小さなポリープの段階で見つけられれば内視鏡で切除でき、がんを予防できるんです。胃がんもそうです。内視鏡検査さえしていれば、特殊な例はありますが、ほとんど予防できる。とにかく検査を受けていただきたい。これが僕ら、内視鏡医の願いです。うちのクリニックでは女性の検査への抵抗感を少なくするために女性医師の検査日も設けているんです。「女性の先生にやってもらいたい」と言う方は多いです。

編集部 検査を受けた方、みなさん、楽でよかったとおっしゃいますね。

土井 ビロリ菌の検査もしたほうがいいのでしょうか？

土井 今、胃がんの発症の原因のほとんどがピロリ菌だと言われています。その昔水道が完備されていないような地域で、井戸水や川などの水を使って生活していた方にピロリ菌がいるので、高齢者に多い。今の20代、30代の若い方はほとんど持っていないので、胃がんは確実に減っていますね。

編集部 除菌をすれば、胃がんの予防はできますか？

土井 はい。高齢者でピロリ菌を持っている、除菌をしたことがないという方は多いんです。ですからまず、検査をしてピロリ菌が見つかったら除菌することが胃がんの予防につながります。高齢の方はぜひ一度、検査することをおすすめします。

苦痛の少ない内視鏡検査

早期発見・早期治療の大切さ

編集部 大腸のポリープが見つかった場合、検査中に取れるのでしょうか？

土井 15mm以内のポリープであれば、大腸内視鏡検査中に切除。ワイヤーを投げ縄のように引っ掛けて切除し、グリップで止血処置する。

●大腸がん

ポリープは長い時間をかけて成長し、がんになる。ポリープの段階で発見できればほとんどの場合、がんは予防できる。

便利な前日食

●大腸内視鏡専用検査食

正確な診断や安全な検査のためには、前日の食事にも気をつけたい。野菜、きのこ類、豆類、海藻などの食物繊維を多く含むものや小さなタネのある果実、ごま、黒胡椒などを控えたい。クオリティの高い検査のために便利な朝・昼・夕の3食がセットになっているものなどが市販されている。

ポリープを内視鏡で切除

15mm以内のポリープであれば、大腸内視鏡検査中に切除。ワイヤーを投げ縄のように引っ掛けて切除し、グリップで止血処置する。

●大腸がん

ポリープは長い時間をかけて成長し、がんになる。ポリープの段階で発見できればほとんどの場合、がんは予防できる。

このコーナーは「健康」にまつわる最新情報やお役立ち情報をご紹介します。

今回取材に協力いただいたのは

武蔵小山 胃腸内視鏡クリニック
 東京都品川区小山4丁目13-13
 ☎0120-949-922
<https://www.msk-cl.com/>

はみ出しコラム●いびき…/舌の筋肉が弛緩し、舌根が喉の奥に落ち込み気道が狭くなって音が出る状態。酸素マスクのような器具を使う治療法もあるようだ、[シムスの体位睡眠]といって横向きで寝ることで8割の人が半減するという。右側を下にし、枕は高反発素材で頭を支える高さのもので、左側には抱き枕を。救急車で昏睡状態の患者を搬送する際、気道確保のためにとる姿勢という。そういう最近いびきが大きくなった気がする・・・。

はみ出しコラム●睡眠9つのいいこと…/疲れにくい体になる、免疫力強化、記憶力アップ、作業スキルの向上、運動能力アップ、アンチエイジング、新陳代謝促進、ストレス解消、こころの安定。日本人は世界の中で、最も睡眠を軽視する傾向にあるそうだ。中には一日12時間以上睡眠をとる国もあるという。日本でも15分の昼寝を取り入れている学校もあるようだ。「春眠不覚曉」である。昼寝(短時間仮眠)が実はパワーアップに！