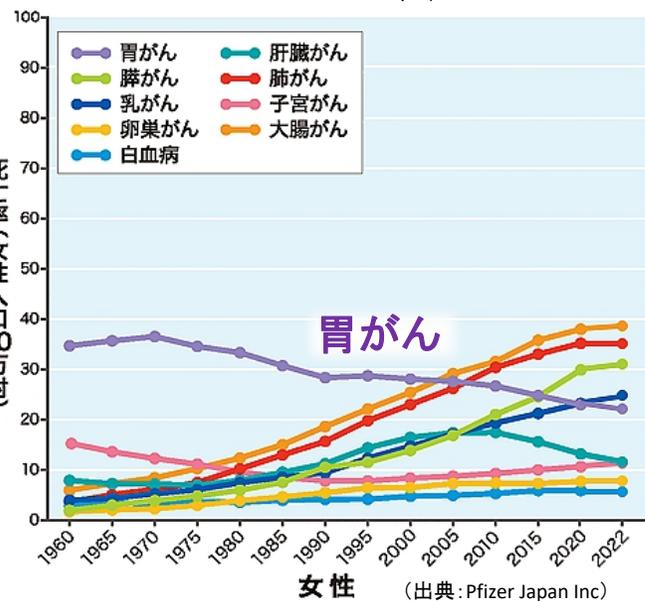
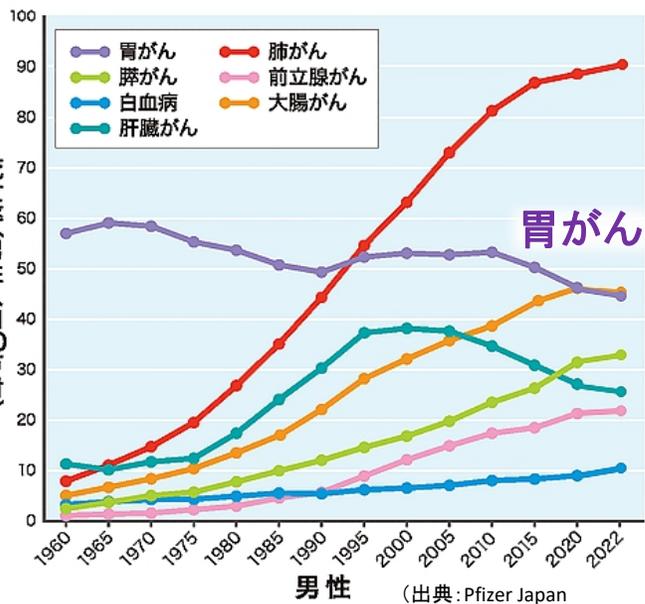


胃がんを防ぐための基本的な心構え

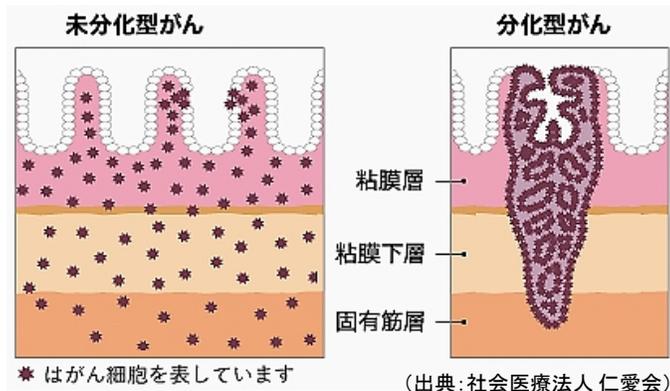
<作成: stnv基礎医学研究室>

胃がんが減少傾向にあるのは、ピロリ菌感染者が減ってきているから



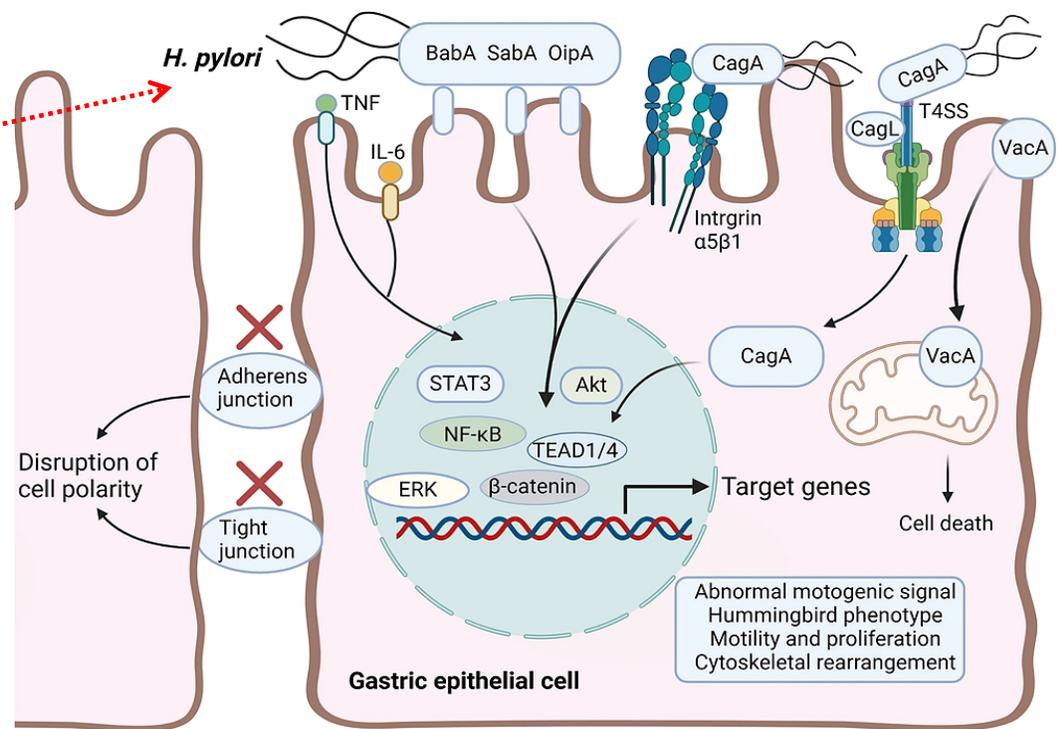
胃がんのリスクを高める要因

- <1> **ピロリ菌感染**
(胃がん患者の98%が感染者)
- <2> **塩分**(ピロリ菌の害を増悪)
- <3> **アルコール**(上記と同様)
- <4> **炎症・過剰なストレス**
(慢性胃炎 → 未分化型胃がん)
(慢性胃炎 → 萎縮性胃炎 → 分化型胃がん)



<5> その他のリスク要因

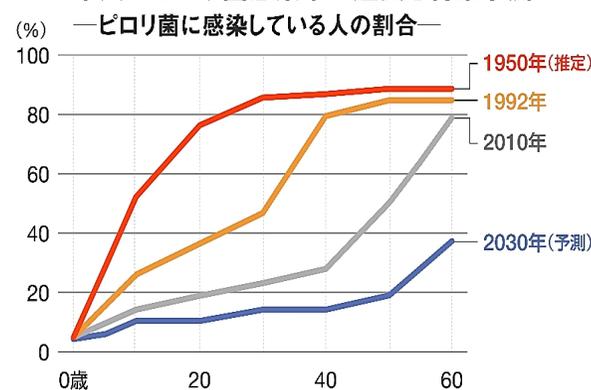
- **病的バリエーション**(遺伝子変異)
- **EBウイルス感染**
(胃がん患者の10%が感染者)
- **加齢**(分化型胃がんの場合)



(出典: Journal of Hematology & Oncology volume 18, Article number: 10 (2025))

胃がんの発症は、ピロリ菌によって誘発される。ピロリ菌の、べん毛の運動性、接着のメカニズム、細胞間接合の破壊、空胞化による胃上皮の損傷が含まれる。ピロリ菌の病原性因子は、STAT3、NF-κB、ERK、Akt、およびWnt/β-カテニンシグナル伝達経路を活性化し、異常な運動原性シグナル、ハミングバード表現型、運動性と増殖、細胞骨格の再構成、および細胞極性の破壊に重要な役割を果たし、胃の発がんを引き起こす。

日本人のピロリ菌感染率の過去と将来予測



胃がんを防ぐには

- 「**胃がんのリスクを高める要因**」を解消する。
- ピロリ菌を除菌できなくても、次のファイトケミカルで活動を抑制できる。**スルフォラファン、ケルセチン、エラグ酸、アリシン、イソチオシアネート、ジンゲロール、クルクミン、EGCG、ケンフェロール**