



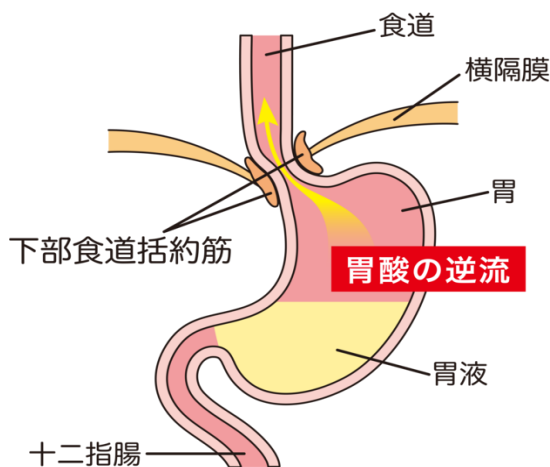
公益財団法人早期胃癌検診協会 www.soiken.or.jp

News Letter

第 38 号 : 発行日 平成29年 9月29日

逆流性食道炎について

逆流性食道炎とは:胃酸が食道に逆流することによりおこる病気です



胃酸はおよそpH1の強い酸で1日2リットル位、分泌されます。胆汁などの十二指腸液が胃の中に逆流し、胃液と混合されてさらに食道へ逆流していき、食道の粘膜に炎症を起こします。炎症によりただれや潰瘍ができて胸やけ、呑酸のような不快な症状を起こした状態を言います。

要因としてはストレス、食道下部括約筋の弛緩、喫煙、加齢による機能低下、食道裂孔ヘルニア、飲酒、過飲過食、妊娠・肥満による腹圧の上昇などがあります。

<逆流性食道炎のロサンゼルス分類>

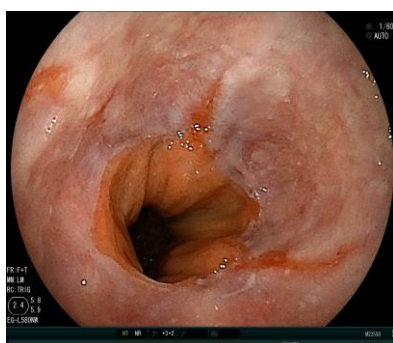
- ・グレードA (軽症) : 一ヶ所ないし二ヶ所の粘膜障害を有するがいずれも長さ5mmをこえないもの
- ・グレードB (軽症) : 少なくとも一ヶ所の粘膜障害が長さ5mm以上あり、二条の粘膜襞上に存在する粘膜障害が互いに連続していないもの
- ・グレードC (重症) : 少なくとも一ヶ所の粘膜障害が二条ないしそれ以上の粘膜壁に連続して広がっているが全周性でないもの
- ・グレードD (重症) : 全周性の粘膜障害

出典 : 第10回世界消化器病学会

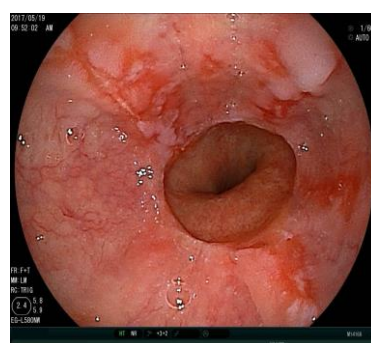
逆流性食道炎の内視鏡画像



(正常)



(グレードB)



(グレードC)

出典 : 早期胃癌検診協会

症状

- ・胸やけ、呑酸、胃もたれ、胃の痛み、お腹が張って頻繁にげっぷが出る
- ・胸部の違和感、不快感、胸が締め付けられるような狭心症に似た痛み
- ・喘息様の咳、喉の違和感、声がれ
- ・睡眠障害：寝ると胃酸が逆流しやすくなり睡眠にも支障がでる等があります。

治療

1 薬物治療

- ① 胃酸分泌を抑える薬
- ② 食道粘膜を保護する薬 等



内服期間は個人差により千差万別です。

ストレスによって発症する例が大部分を占めるため、薬物療法に加えて精神的治療を平行して行う場合もあります。

2 生活習慣の改善

① 食道への逆流を防ぐ

- ・規則正しく、よく噛んでゆっくりと食べ、腹八分目を心がける
- ・肥満、便秘にならないように気をつける
- ・下着、ベルトなど腹部を締め付けない
- ・禁煙
- ・猫背にならない姿勢を心がける



② 胃酸を抑える

- ・過飲過食を避け、飲酒はほどほどにする
- ・脂肪やタンパク質の多い食事を取り過ぎないようにする
- ・甘いもの、香辛料、酸味の強い果物、消化の悪い食べ物は取る量を減らす

薬は症状を抑えるためのもので、根本的な解決にはなりません。そのため、胃酸を抑え食道への逆流を防ぐようにする生活習慣の改善は欠かせません。

近年、食の欧米化や社会全体の高齢化等により、逆流性食道炎が増加しております。症状にお心当たりの方、逆流性食道炎・バレット食道などを指摘された方は、年に一度は胃内視鏡検査を受けられることをお勧めします。当院では苦痛を軽減するための鎮静剤を使用した内視鏡検査や嘔吐反射を軽減できる経鼻内視鏡検査を行っておりますので、ご希望の方はご相談下さい。

健康診断のご予約やご相談は、Tel.03-3668-6806 へご連絡ください。



今後もニュースレターを発行し、皆様の健康管理に少しでも参考になればと思います。ぜひ皆様からのご意見、ご感想をお寄せください。今後もこのニュースレターやホームページ等を通じ、役立つ情報を発信してまいります。今後ともよろしくお願いいたします。

公益財団法人早期胃癌検診協会 事務局
Tel.03-3668-6803/E-mail:mail@soiken.or.jp