



逆流性食道炎 (ぎゃくりゅうせいしょくどうえん)

はじめに

逆流性食道炎は、食生活の欧米化やタバコ・飲酒・肥満などの生活習慣の悪化、ストレスにより日本人に増えている病気で、内視鏡検査を行った患者さんの10%にみられます。また、高齢者に多いことが知られています。

+ 原因

胃液は消化するために強い酸や消化酵素を含んでいます。この胃液が食道に逆流しないように胃と食道とのつなぎ目には下部(かぶ)食道(しょくどう)括約筋(かつやくきん)があり、食べ物が通過する時以外は食道を締めて胃液の逆流を防いでいます。(裏面の図を参照)しかし、脂肪の多い食事や加齢は下部食道括約筋の働きを低下させるので、逆流しやすくなります。また、肥満や背中が曲がると胃を圧迫するために逆流が起こりやすくなります。

+ 症状

食道は胃と違って胃液に対する抵抗力が弱いので、胃液が逆流すると食道粘膜が炎症を起こします。これによって、胸やけや胸の痛みを生じます。また、酸っぱい液体が口まで上がってきてゲップがでる“呑酸”^{どんさん}が現れることもよくあります。その他、逆流した胃液がのどに炎症を起こして、のどの違和感や疼痛を感じることも、胃液が気道に入って慢性の咳を引き起こすこともあります。

合併症	バレット食道 バレット食道とは、食道の粘膜の表面にある“扁平上皮” ^{へんぺいじょうひ} という組織が変質し、胃の粘膜に似た“円柱上皮” ^{えんちゅうじょうひ} という組織に置き換えられてしまう病気です。これは胃液の逆流が繰り返されることで起こると考えられています。バレット食道は、食道がんにつながる危険性があると考えられていて、定期的な検査が勧められます。
睡眠障害	なかなか眠れない、夜中に何度も目を覚ますといった睡眠のトラブルに悩まされている方もいます。これは、寝ると、胃酸が逆流しやすくなり、胸やけや呑酸といった症状が起こりやすくなるためです。

+ 検査

上部消化管内視鏡検査(いわゆる胃カメラ)を行うと、食道粘膜の状態を観察することができ、診断が確定します。

+ 治療

脂肪分やタンパク質の多い食事をとりすぎないようにすることが大切です。他に、胃酸を増やしたり胸やけの症状を悪くしたりすることのあるチョコレート・ケーキなどの甘いもの、唐辛子・コショウなどの香辛料、みかんやレモンなどの酸味の強い果物、消化の悪い食べ物などはとる量を減らしましょう。その他、アルコール、コーヒーや緑茶などに含まれるカフェイン、タバコは胃酸の分泌を増やすので逆流性食道炎を悪化させます。これらの制限や禁煙が必要です。また、肥満の改善や前かがみにならないように姿勢に注意しましょう。そして、おなかを締めつけるベルトやコルセット、ガードルも使用に注意が必要です。



治療薬	ヒスタミンH2 受容体拮抗薬(H2 ブロッカー) 胃酸の分泌を抑制します。 ガスター [®] 、プロテカジン [®] など
	プロトンポンプ阻害薬(PPI) H2 ブロッカーより強力に胃酸の分泌を抑制します。現在、逆流性食道炎治療の主力です。 タケプロン [®] (ランソプラゾール)、パリエット [®] (ラベプラゾール)、オメプラール [®] (オメプラゾール)、ネキシウム [®]

私は、逆流性食道炎を疑った場合、PPIと六君子湯を投与しています。2週間ほど経過をみて症状が治まらない、もしくは投薬を中止すると症状が再発する場合は胃カメラを勧めています。胸やけや呑酸の症状がある場合はご相談ください。

