

胃の調子が悪いのですが…

ますだクリニック (伊吹町) 増田 潤



胃の調子が悪いといって受診される患者さんの中には、胃内視鏡検査や腹部エコー検査をしても異常のない人も多くみられます。検査をしても胃潰瘍や胃がんなどの異常（器質的な疾患といえます）が見つからないのに、胃もたれやみぞおちの痛みなどのつらい症状を繰り返し感じることもある病気を「機能性ディスペプシア」といいます。あまり聞きなれない病名かもしれませんが、これは比較的新しい概念で、以前は慢性胃炎、胃下垂、胃アトニーなどと診断されてきたものが該当すると思われるます。

代表的な症状は、食事に伴う胃のもたれ感、食べ始めるとすぐく腹になつてしまう早期飽満感、みぞおちの痛み、みぞおちの灼熱感などです。これらの上腹部症状が慢性的に繰り返して出現します。

なぜ胃力メウなどの検査では異常がないのに胃のつらい症状が出るの？と思われるかもしれませんが、主な原因は「胃の機能（働き）の異常」です。胃には貯留、排出などの運動機能がありますが、これらに異常があると胃のもたれ感などの症状が現れます。さらに、胃酸過多や胃が刺激に対して痛みを感じやすくなっていることで腹部膨満感や痛みが現れます。そこに暴飲暴食、アルコール、タバコ、コーヒーなどの嗜好品、睡眠不足・過労などの不規則な生活、ストレスや心理的な要因が加わり症状を引き起こすと言われています。

診断は、まず胃がん・胃潰瘍などの器質性疾患を示唆する体重減少、再発性の嘔吐、出血徴候としての黒色便や貧血、嚥下障がいなどがなければどうかをチェックします。潰瘍の原因となる鎮痛剤やアスピリンなどの内服薬や、うつ病

などの既往歴も確認します。さらに胃内視鏡検査、腹部エコー、血液検査を行い、胃・十二指腸潰瘍、急性胃炎、胃がん、胆石症、膵炎などの疾患がないかどうかを調べます。検査で明らかでない異常が認められなければ上記の症状より総合的に本症と診断します。

「機能性ディスペプシア」の治療ですが、まず生活習慣を見直しましょう。規則正しい生活を心がけます。睡眠を十分にとり、ストレスを回避しうまく発散しましょう。適度な運動なども良いでしょう。次に食生活を見直します。当

たり前のことですが、食事は1日3回規則正しく、ゆっくりとよく噛んで食べましょう。早食いやドカ食いは禁物です。脂肪分の多いもの、炭酸飲料、刺激物は胃に負担がかかるので控えましょう。薬物療法としては、消化管運動機能改善薬、胃酸分泌抑制薬、抗不安

薬、抗うつ薬などをそれぞれの症状に応じて処方します。ピロリ菌感染が症状の原因となっていることもあり、ピロリ菌の除菌療法を行うこともあります。

「機能性ディスペプシア」の有病率は上腹部症状で病院を受診した患者の約半数と報告されており、珍しい病気ではありません。また一旦症状が軽快しても再発しやすいと言われています。主治医の先生とよく相談し、検査、治療を受けてください。

