

逆流性食道炎

原因

食道から胃に入り口にあたる噴門部ふんもんぶの締まりが緩いために、胃酸や胃の内容物が食道に逆流して食道の粘膜を傷つけることから症状が出現します。

逆流防止の働きは加齢などにより低下します。

加齢以外の主な原因因子としては

食べ過ぎ・胃酸分泌過多・肥満・食道蠕運動の低下・腹圧の上昇などです。



症状

呑酸(どんさん)・げっぷ	胸の痛み	胃もたれ
<p>口のなかまで酸っぱい液がこみあげる。</p> 	<p>食道への刺激が強いと、胸がしめつけられるような痛みを感じる。</p> 	<p>胃のなかの食物を消化したり、腸に送り出す動きが弱く、食べ物がいつまでも胃に残ってしまう。</p> 
のどの違和感	咳・気管支炎	耳の痛み
<p>逆流した胃酸よりのどに炎症が起き、痛みや違和感を感じる。声がかすれたりすることもある。</p> 	<p>逆流した胃酸を気管に吸いこんで咳きこんだり、気管支が炎症を起こす。</p> 	<p>食道への刺激がときには耳の痛みとしても感じられる。</p> 

主な治療

生活改善

暴飲暴食・早食い・食後すぐに横になる。はやめましょう。

○酒・たばこや刺激物（コーヒー・香辛料など）濃い緑茶・炭酸飲料・ビール・枝豆は胃酸の分泌が多くなりやすいので控えるのが良いです。

○早食いにより胃の中に空気が取り込まれやすくなるためげっぷが生じやすく症状を誘発しやすくなってしまいます。

○冷たい飲食物は消化管機能を停滞させる原因になりますので控えるか工夫して摂取しましょう。

○食直後横になるのは胃内容物が容易に逆流しやすい態勢になってしまいます。

どうしても横になる場合は、頭部が10～20 cm程度高くする。また、横向きに寝る場合は左側を下にすると解剖学上、噴門部が内容物から離れるため良いです。

○腹圧を上げないように重たいものを持たない。便秘の解消。ベルトを強く締め付けない。等気をつけましょう。腹圧が上がると胃が押されて胃内容物が上がりやすくなってしまいます。

薬物療法

胃薬の主な種類…

①H ₂ ブロッカー	胃酸の分泌を抑える薬
ガスター・アシノン・タガメット など	
主な副作用：発疹・便秘・下痢・口の渇き・食欲不振	
②PPI	胃酸の分泌を抑える薬（H ₂ ブロッカーより強い）
タケプロン・パリエット・ネキシウム など	
主な副作用：発疹・肝障害	
③粘膜保護薬	粘膜を保護する薬
ムコスタ・セルベックス など	
主な副作用：便秘・下痢	
④消化管運動促進薬	消化管の運動を促進する薬
ガスマチン など	
主な副作用：便秘・下痢	
⑤漢方薬	消化管に作用する漢方薬
六君子湯・半夏厚朴湯 など	

予後

炎症が軽く、症状がたまにしか起こらない方は症状がある時だけ服薬する治療が行われることがあります。食道にびらんや潰瘍ができている方は症状がなくなった後も、びらんや潰瘍が治るまで薬を飲み続ける必要があります。

現在、使われている薬では、逆流を根本から治すことはできず、生活習慣の改善に努めても、逆流の原因を完全に除くことは難しいためです。こうした方は、薬を飲み続けることで再発を予防する治療（維持療法）を行うことが勧められます。

この場合は、長い期間薬を飲み続ける必要がありますが、再びつらい症状で苦しまないためにも、主治医とよく相談し、治療を続けていきましょう。



代々木の森耳鼻咽喉科