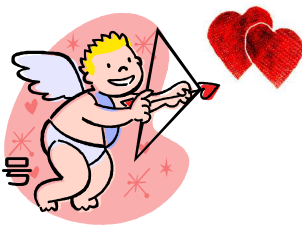


いそファミ通信

2月号



最近よくテレビのCMでみかける**逆流性食道炎**。これは、胃液などの逆流による食道の炎症です。食生活の欧米化、高齢、ストレス増などが原因で、最近、日本人に増えてきました。

代表的な症状は「**むねやけ**」です。食後にたびたび起こる、ときどき胸も強く痛むなどの症状があれば、主治医の先生に相談することをお勧めします。

● 「むねやけ」のほかにも **こんな症状にご注意！！**

胃酸（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、腸に送りだす動きが弱く、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>逆流した胃酸に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>

● **逆流性食道炎は、どんな人に起こりやすい？**

脂肪の多い食事をする人・・・肉や脂肪分の多い食事では、胃が刺激されやすく、胃酸の分泌も活発になります。このほか、食べすぎや飲みすぎ、香辛料、コーヒー、アルコールのとりすぎもよくありません。

背中が曲がっている人・・・背中が曲がり前かがみの姿勢でいると、おなかが圧迫されるために、腹圧が強くなります。こうした状態では胃が押されるので、胃酸が逆流しやすくなります。

高齢の人・・・年齢とともに、食道と胃の境目が緩んで広がりやすくなり、食道の括約筋の機能低下も加わって食道の機能も衰え、胃酸が逆流しやすくなります。

妊娠している人・・・妊婦さんも、おなかが大きくなるために胃が押されてしまい、胃酸が逆流しやすくなります

肥満の人・・・おなかの脂肪が増えると胃が押しあげられ、胃酸の逆流が起こりやすくなります。

ピロリ菌の除菌治療を受けた人・・・胃粘膜を荒らすピロリ菌。胃酸は胃粘膜から分泌されるので、この菌が胃に住みつくと分泌が減ります。しかし、ピロリ菌の除去治療を受けると、本来の胃酸分泌能力が回復するため、胃酸の分泌が活発になり、むねやけを訴えることがあります。

「むねやけ」だけでなく、胃のもたれ、胸の痛み、のどがおかしいなどの症状があったら、早めに医師の診察を受けましょう。ひとりで心配したり、自分で判断するのはよくありません。思いあたる症状のある人は、一度、医師の診察を受けてみて下さい。