



けんこう福袋



2022年

11月
第44号

Warm Pharmacy
LUCKY BAG
ぬくもりの薬局
ラッキーバッグ株式会社
〒996-0021 山形県新庄市常葉町1-32
TEL. 0233-29-8177



ドクターアドバイス



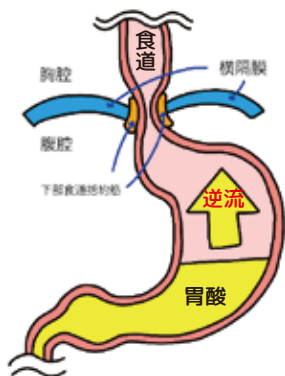
大屋内科胃腸科クリニック

大屋 敬一郎 先生

(内科、消化器科、胃腸科)

逆流性食道炎

逆流性食道炎とは胃の内容物(主に胃酸)が逆流することにより、食道に炎症を起こす病気です。

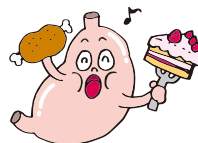


健康な人でも胃酸の逆流がみられることがありますが、時間が短いため問題になることはありません。逆流の時間が長くなると、食道の粘膜は胃酸に対し弱いため、炎症を起こすようになります。成人の10~20%がかかっていると推定され、中高年、特に高齢者に多くみられます。

症状は胸が焼ける感じ、酸っぱいものが上がってくる、胸のつかえ感や痛み、のどの不快感、声のかすれ、慢性の咳などです。



原因は食道と胃のつなぎ目に下部食道括約筋という筋肉があり、普段は胃の内容物や胃酸が食道に逆流しないように閉じた状態ですが、この筋肉が緩むと胃の中の空気と一緒に胃酸が逆流することになります。



下部食道括約筋が緩む原因として、加齢、胃内圧の上昇(食べ過ぎ、早食いなど)、腹圧の上昇(肥満、衣類による締め付けなど)、高脂肪食があります。

診断は問診と胃内視鏡検査です。治療は内服薬で胃酸の分泌を抑える薬(プロトンポンプ阻害薬ヒスタミン受容体拮抗薬)、消化管運動機能改善薬、制酸薬、粘膜保護薬です。



そして生活習慣の改善で食べ過ぎ、早食いをさけ、高脂肪食、アルコール、炭酸飲料、喫煙を控える、体重管理、食後2~3時間はよこにならない、前屈みの姿勢を避けることなどです。

今月のテーマ

胃酸と薬

胃酸は胃液の主成分の一つです。その強酸性(pH 1~2)により食物と一緒に胃に入ってきた細菌を殺菌します。また、食物中のタンパク質を変性させることで、消化酵素による消化を助けます。このような機能を有する胃酸の正体は塩酸(HCl)です。この塩酸は体内に存在しているわけではなく、胃壁から別々に分泌された水素イオン(H+)と塩化物イオン(Cl-)が胃内部で混ざって塩酸になります。胃酸の分泌は主に、食物が胃に入ることによって産生される消化管ホルモン(ガストリン等)の働きにより促進されます。このように胃酸は様々な役割を担っています。

しかし、現代では逆流や胃の粘膜が薄くなることでダメージを受けるなど、胃やその上流である食道が炎症を起こすことが問題になっています。

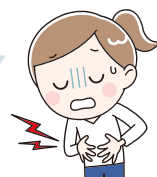
胃酸を抑えるお薬は大きく分けて2種類あります。1つ目は胃酸の分泌あるいは調節機構に影響するお薬です。細胞内のエネルギーを使って水素イオン(H+)を胃内に運ぶプロトン(水に溶けている状態の水素イオン)ポンプ(H⁺, K⁺-ATPase)を阻害するプロトンポンプ阻害薬(PPI)、胃酸の分泌を調整するヒスタミン、アセチルコリン、ガストリンのうち、主にヒスタミン受容体H₂と拮抗する

ことで胃酸の分泌を抑えるH₂ブロッカーがあります。一般的にプロトンポンプ阻害薬(PPI)の方が強力で効果時間が長いです。市販されている胃酸分泌を抑えるお薬にガスター10がありますが、こちらはH₂ブロッカーに分類されます。

もうひとつは胃酸を中和させることで胃酸の影響を軽減する制酸薬があります。アルミニウム、カルシウム、マグネシウムなどの金属を含む薬剤で代表的なものに酸化マグネシウムがあります。市販されている医薬品にも含まれており、便に水分を保持することで下剤としての効果もあります。しかし、効果は弱いため一般的に胃酸を抑える目的では1つ目に紹介された薬が使われます。

受診が難しい場合には、市販のお薬を使って症状を一時的に抑えることもありますが、

- 市販薬服用しても症状が改善されない。
 - 2週間以上症状が続いている。
 - どんどん悪化している。
- といった場合には受診をおすすめします。



最後に、胃酸は胃や食道などの炎症の原因となることがありますが、重要な役割を果たしている面もあるのでうまく付き合っていくことが重要です。食生活、ライフスタイルを整えて健康な毎日を送りましょう。

西青山薬局(薬剤師) 和田 巴明