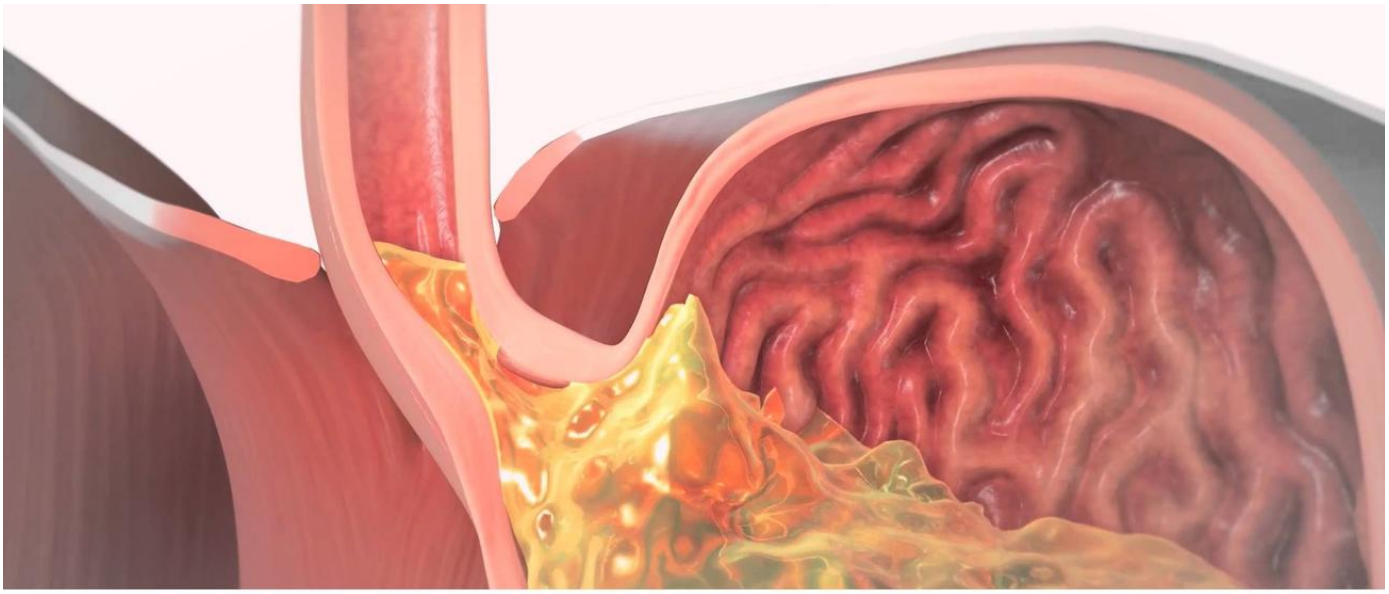
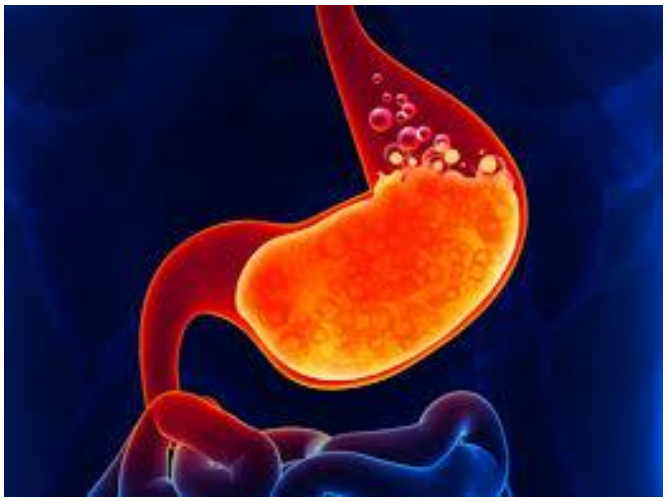
逆流性食道炎について

◎ 胃酸が食道へ逆流して起こる病気を胃食道逆流症（GRED）といいますが、食道に炎症を認めるものを逆流性食道炎、炎症を認めないものを非びらん性胃食道逆流症（NERD）と言います。



◎ 胃では、胃酸と消化酵素を含む胃液が分泌されています。胃には酸から粘膜を守る防御機能が働いていますが、食道には防御機能がありません。そのため、何らかの原因で胃酸が食道に逆流すると、食道粘膜は炎症を起こします。また、胃酸によって活性化された消化酵素も食道を傷つけます。

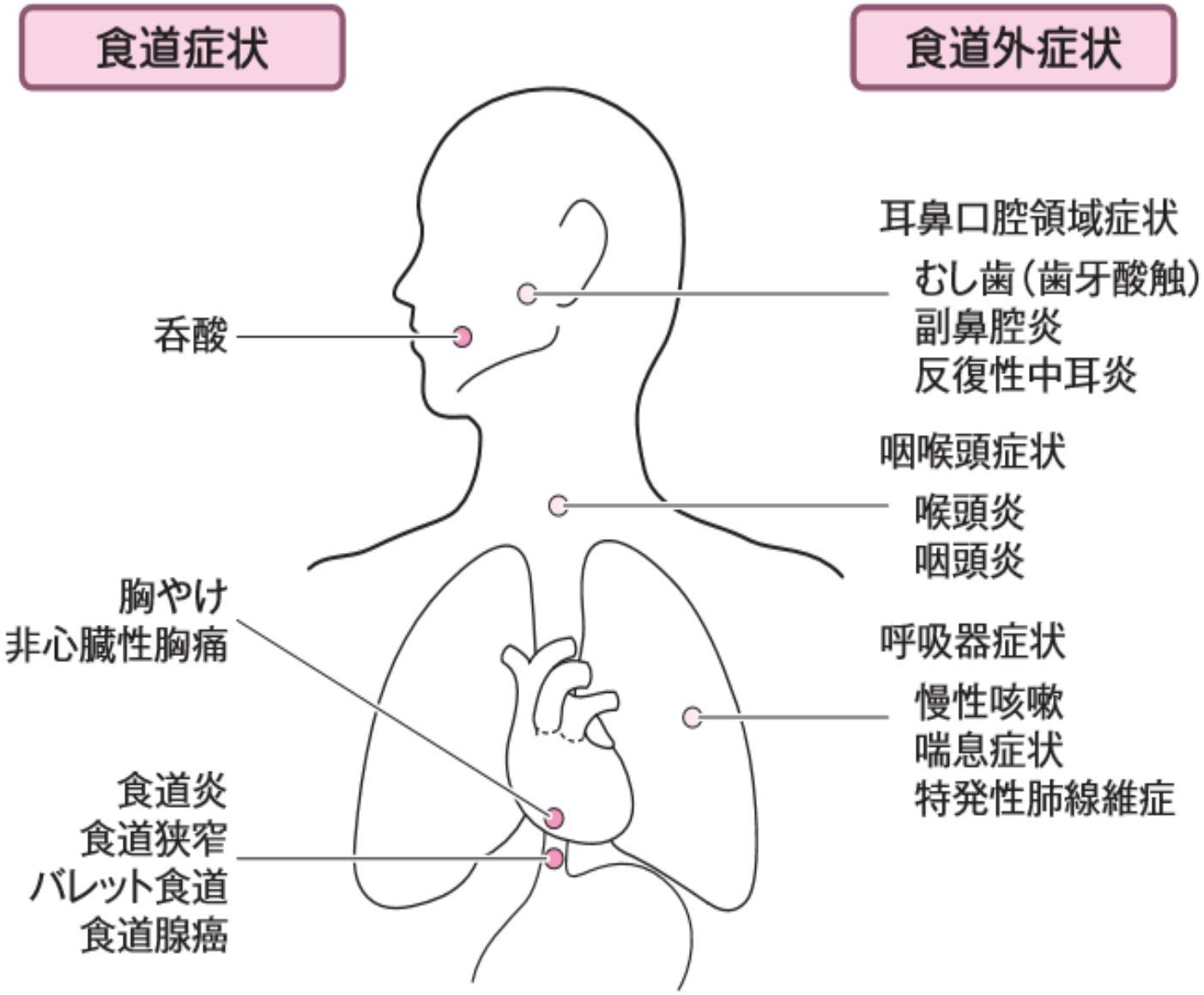


◎ 胃液の食道への逆流が繰り返し起こると、食道の粘膜にただれや潰瘍が生じ、**胸やけ**や**呑酸（口のなかまで酸っぱい水が上がる感じ）**などの不快な症状が起こります。なかには狭心症とまぎらわしい**胸の痛み**がおこることもあります。

◎ 以下の症状にあてはまる方は「逆流性食道炎」の可能性があります

- 胸焼け（胸がやけるような感じ）
- 胸や胃の痛み
- ムカムカする
- なんとなく胸のあたりがおかしい
- 呑酸（口のなかまで酸っぱい水が上がる感じ）
- ノドの違和感（イガイガ感）
- げっぷ
- よく咳き込む
- おなかの張り

◎ そのほか、「逆流性食道炎」で起こる症状と病変



＊＊　胃食道逆流症（GERD）ガイドブック － 日本消化器病学会　より引用

◎ 逆流性食道炎は食生活の欧米化や高齢化により増えています。

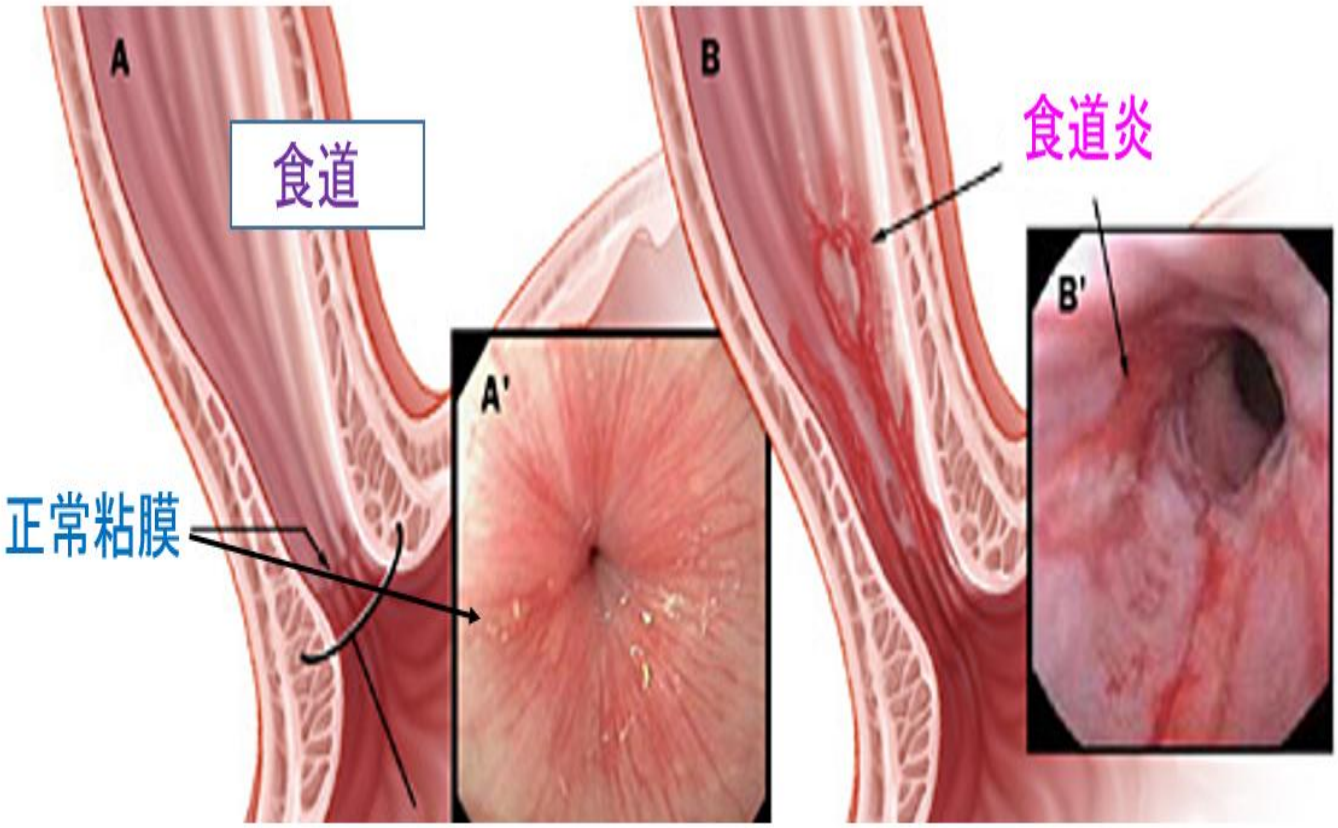
◎「逆流性食道炎」は、日常生活にこんな影響をもたらします

- 夜ぐっすり眠れなくなった
- 食べたいものが食べられなくなった
- 気分がさえない
- 仕事や日常生活に支障をきたすようになった

◎「逆流性食道炎」はこんな人に多い病気です

- 油っぽいものをよく食べる
- ストレスが多い
- 太っている
- 腰が曲がっている

◎ 診断には内視鏡検査が必要です



◎ 日常生活の注意点

- 油っぽいもの、甘いもの、刺激の強いものはなるべく避ける
- 食べた後、すぐに横にならない
- 早食い、食べ過ぎをしない
- いつも腹八分目を心がける
- 背筋を伸ばし、前かがみにならない
- 就寝中はお腹から頭にかけて高くする
- ベルトや下着などでお腹をしめつけない

◎ お薬による治療

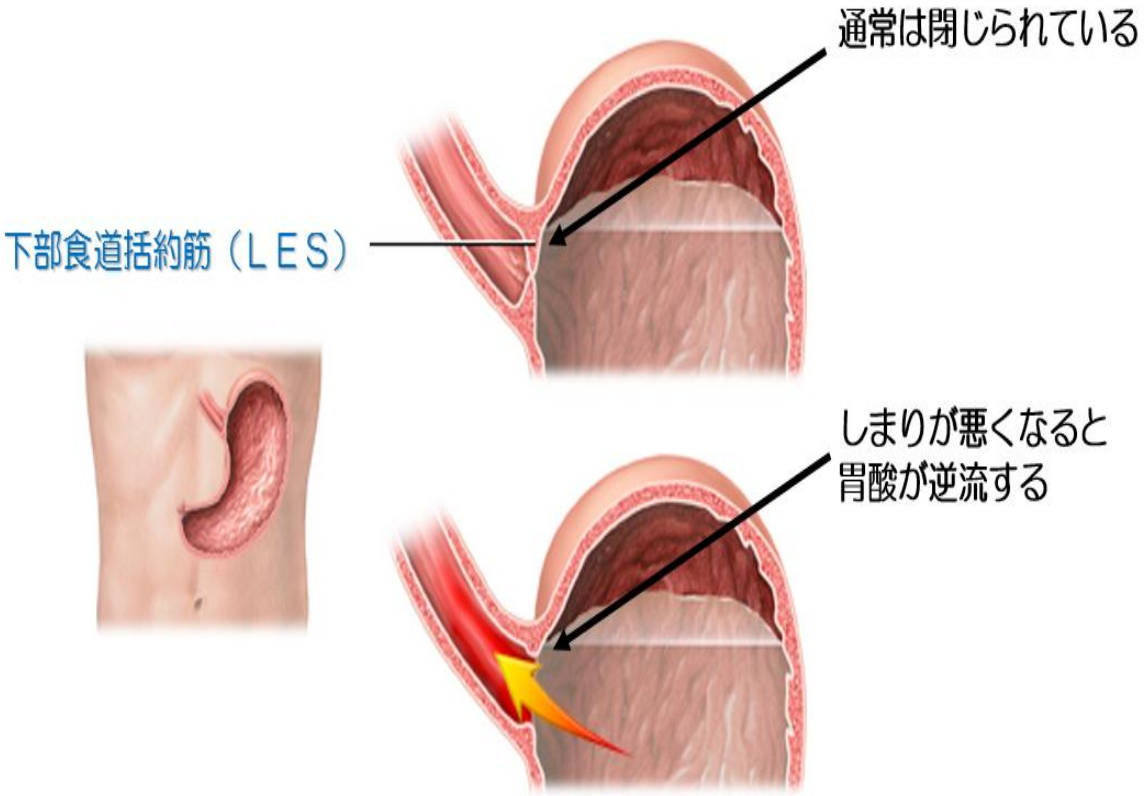
- 逆流性食道炎は、胃酸をおさえる薬で治療すれば治ります。
- 症状がよくなっても、食道粘膜が治ったわけではありませんので、自己判断でお薬をやめないでください。
- 逆流性食道炎は再発しやすい病気ですので、専門の医師とよく相談しましょう。

当クリニックでは、逆流性食道炎に対する診断・治療を積極的に行っておりますので、ぜひ一度ご相談ください。

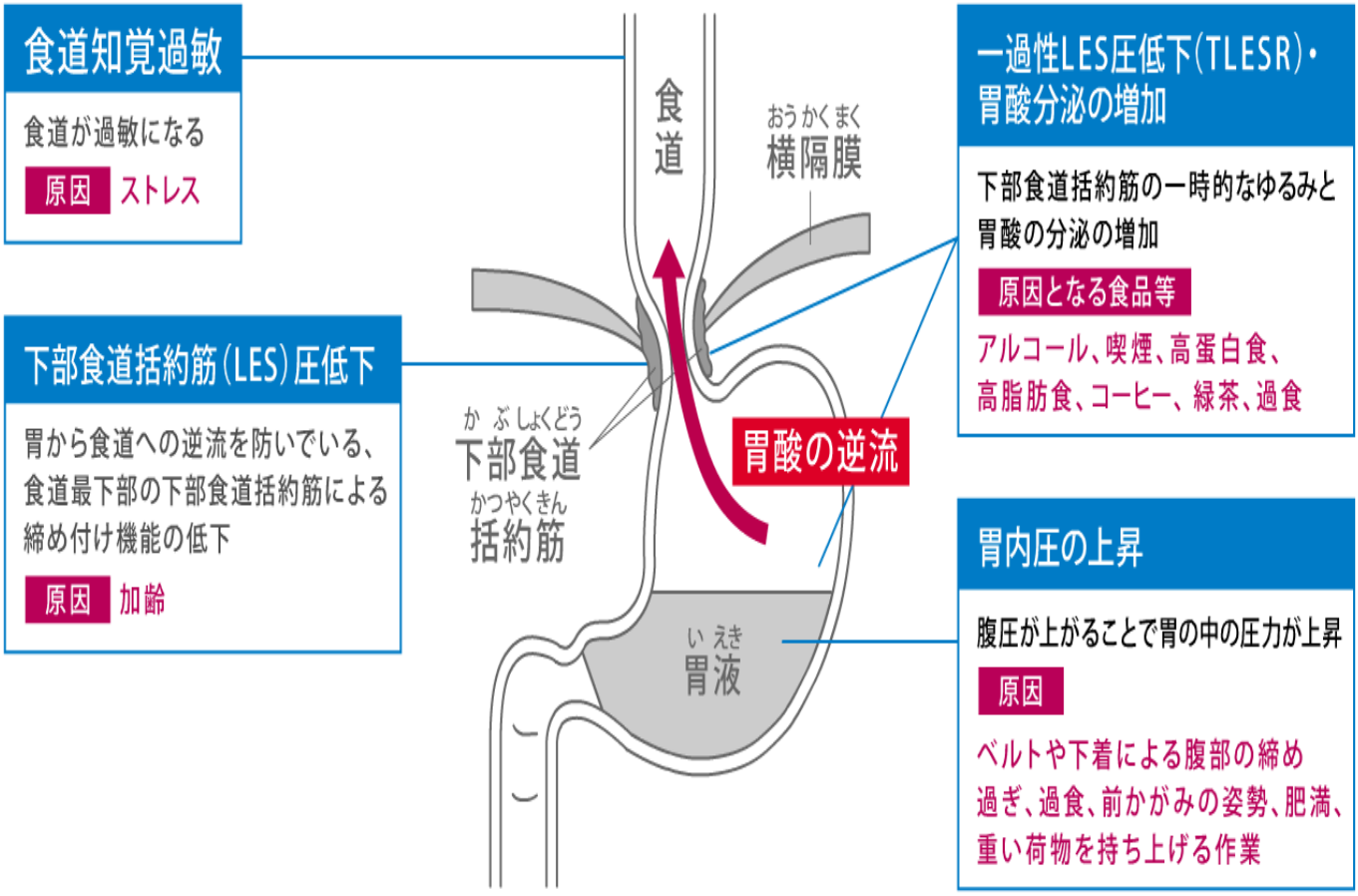
---------- 補　足 ----------

◎ 食道と胃の間は、下部食道括約筋（ＬＥＳ）によって通常は閉じられていますが、加齢や食生活等の要因でしまり

が悪くなると、胃液（胃酸）が食道への逆流し、逆流性食道炎が起こります。



◎ 逆流性食道炎のさまざまな原因



＊＊　「胸やけ・呑酸.ｊｐ」 第一三共株式会社、アストラゼネカ株式会社　より引用

◎ 逆流性食道炎の分類（改訂ロサンゼルス分類）

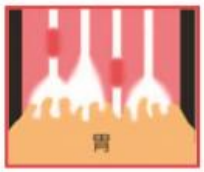
Grade N	Grade M	Grade A	Grade B	Grade C	Grade D
内視鏡的に変化を認めないもの	粘膜傷害は認めないが、色調変化を認めるもの	5mm以下の粘膜傷害	5mmを超える粘膜傷害	2条以上の粘膜ひだにまたがる粘膜傷害	全周の75%を超える粘膜傷害

草野　元康 編：GERD＋NERD 診療 Q&A，日本医事新報社，p.81，2011

Grade N

内視鏡的に変化を認めないもの

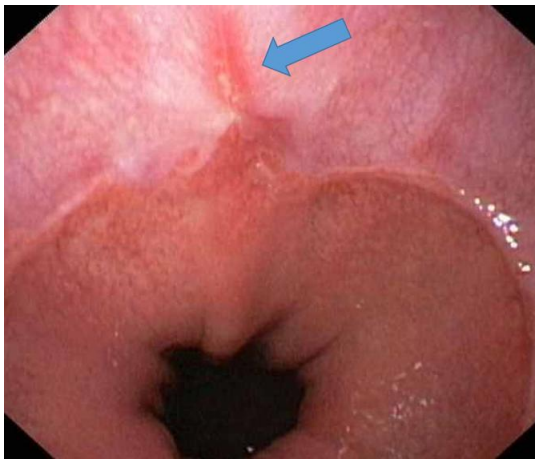
Grade M



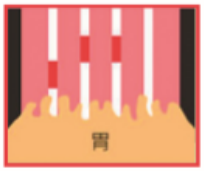
粘膜傷害は認めないが、色調変化を認めるもの

Grade A

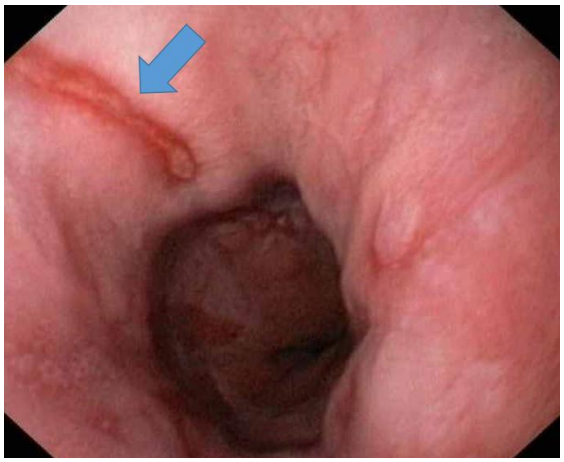
5mm以下の粘膜傷害



Grade B

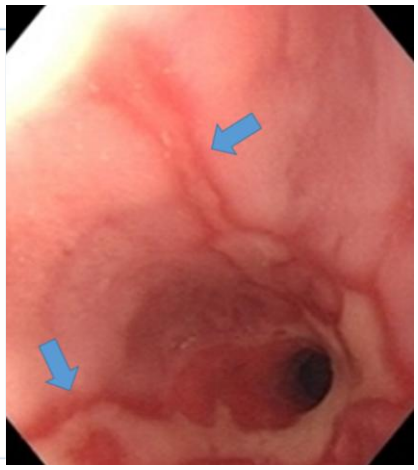


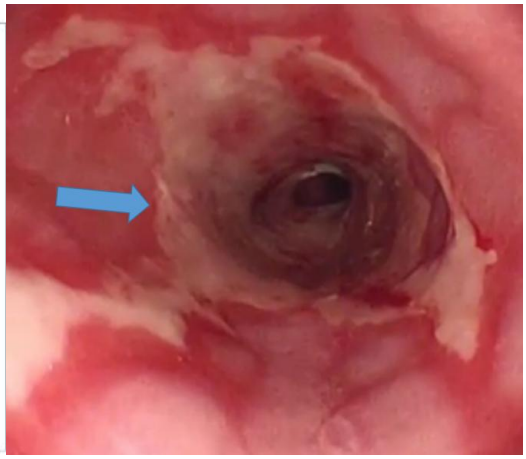
5mmを超える粘膜傷害



Grade C

2条以上の粘膜ひだにまたがる粘膜傷害



Grade D

全周の75%を超える粘膜傷害