

1. 逆流性食道炎とは

食道内に胃の内容物、特に胃酸が逆流して下部食道に炎症を生じる病気です。胸やけなどの症状を起こし、生活の質を著しく低下させます。近年、患者数が増加しており、社会的に注目されている病気です。

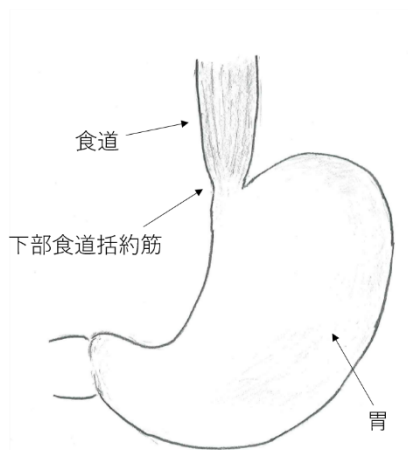


図1. 通常の食道と胃

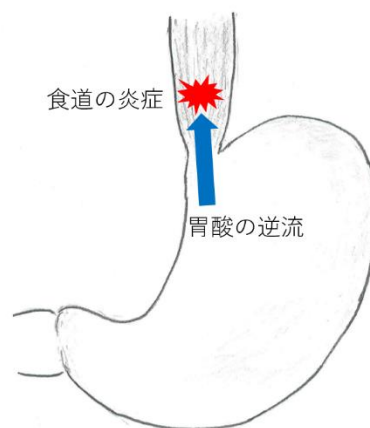


図2. 逆流性食道炎

2. 原因

胃の中には、食べたたんぱく質の消化のため胃酸やペプシンという消化液が存在します。胃の粘膜は、胃酸を中和する粘液で守られていますが、食道はこのような粘膜のバリアが少ないため、胃酸や消化液が逆流すると粘膜が傷害されてしまいます。この状態が逆流性食道炎です。

通常、食道と胃の境界には胃の内容物が食道に逆流しないように、下部食道括約筋という筋肉が存在し、逆流防止機構として働いています。しかし、様々な要因でこの逆流防止機構が弱まると、逆流性食道炎を引き起こします。

特殊な状態で、胃の手術を受けられた患者さんは、胃酸の分泌状態が変化していることや逆流防止機構が変化していることがあります、主治医と相談して下さい。

3. どんな人がなりやすいのか

なりやすい要因はいくつかあります。脂肪の多い食事を摂取することで、胃酸の分泌量が増加します。食べ過ぎによって胃の中の圧力が高くなり、食道に逆流を起こしやすくなります。肥満も同様にお腹全体の圧力が高くなり、胃酸の逆流を起こしやすくなります。

高齢化が進み、背中が曲がった方、胃と食道の間の筋肉が弱くなる食道裂孔ヘルニアの方も逆流性食道炎になりやすいといわれています。

近年では胃炎や胃がんの原因として知られている、ヘリコバクターピロリ菌の感染

者数が減っていることも、逆流性食道炎の増加につながっているといわれています。以前わが国では、ヘリコバクターピロリ菌の感染者数が多く、胃の粘膜が萎縮し、胃酸の分泌が抑えられた状態となっていました。しかし、衛生環境の改善で感染者数が減少したこと、ヘリコバクターピロリ菌の除菌が進むことで、逆流性食道炎が増加したといわれています。

上記のような要因から、現在のわが国では約 20%の割合で逆流性食道炎を起こしていると、推測されています。

4. どんな症状があらわれるのか

主な症状は胸やけです。夜間に逆流症状が悪化し、睡眠が障害されることもあります。胃酸が逆流して、すっぱいものが口に上がってくることがあります。その他に、飲み込みにくさや胸の痛み、喉の痛みを生じることもあります。気道に胃酸が悪さすることで、咳が出たり、声がかれることもあります。

5. どうやって診断されるのか

(ア) 質問票による診断

12 項目の問診項目を回答することで、約 6 割の割合で診断できるといわれています。下の F スケール (FSSG) といわれる問診票にご記入いただき、合計点数が 8 点以上の時は、逆流性食道炎の可能性が高いといわれています。

F

スケール問診票
FSSG (Frequency Scale for the Symptoms of GERD)

記入日: 平成 年 月 日

※あなたは以下にあげる症状がありますか？
 ありましたら、その程度を記入欄の数字 (スケール) に○を付けて
 お答え下さい。

お名前 (ID :)

歳
男・女

	質 問	記 入 欄				
		ない	まれに	時々	しばしば	いつも
1	胸やけがしますか？	0	1	2	3	4
2	おなかがはるがありますか？	0	1	2	3	4
3	食事をした後に胃が重苦しい(もたれる)ことがありますか？	0	1	2	3	4
4	思わず手のひらで胸をこすってしまうことがありますか？	0	1	2	3	4
5	食べたあと気持ちが悪くなることがありますか？	0	1	2	3	4
6	食後に胸やけがおこりますか？	0	1	2	3	4
7	喉(のど)の違和感(ヒリヒリなど)がありますか？	0	1	2	3	4
8	食事の途中で満腹になってしまいますか？	0	1	2	3	4
9	ものを飲み込むと、つかえることがありますか？	0	1	2	3	4
10	苦い水(胃酸)が上がってくることがありますか？	0	1	2	3	4
11	ゲップがよくでますか？	0	1	2	3	4
12	前かがみをすると胸やけがしますか？	0	1	2	3	4

その他、何か気になる症状があればご遠慮なくご記入ください。

合計点数

+++=

M. Kusano et al.: J Gastroenterol., 39, 888 (2004)

酸 逆 流 関 連 症 状 = 点

運 動 不 全 (もたれ) 症 状 = 点

© Eisai Co., Ltd., 2002

(イ) 消化管内視鏡による診断

胃カメラの検査にて食道の炎症を観察します。粘膜の色が変わったり、潰瘍ができていないかを確認します。逆流性食道炎以外にも、胃がんや食道がんなどほかの病気の検索も行えるため、非常に重要な検査です。

(ウ) 24 時間食道内 pH モニター検査による診断

鼻から 2 mm くらいのチューブを食道内に入れて、胃酸が逆流して pH が低下する時間がどれくらいあるかを確認します。1 日のうち 1 時間以上胃酸が逆流していると、食道炎を起こしていることが多くなります。

(エ) 治療薬による診断

胃酸を強力に抑える薬のプロトンポンプ阻害薬を飲んで症状が改善するかどうかで判断します。

6. 治療方法は

(ア) 日常生活で気を付けることは

逆流性食道炎を悪化させる食事

- ① 甘いもの
- ② 脂肪分の多いもの
- ③ かんきつ類
- ④ 香辛料
- ⑤ 炭酸飲料、コーヒーや紅茶などカフェインの多い飲み物

逆流性食道炎に好ましい食事

- ① パンやうどんなど消化に良いもの
- ② 緑黄色野菜
- ③ 白身魚や鶏のササミなど高タンパク質の食事

その他に気を付けるべきこと

- ① ベルトなどで腹部を強く締め付けないようにしましょう
- ② 前かがみにならず背筋を伸ばしましょう
- ③ 喫煙は食道下部の圧力を低下させます
- ④ 食後すぐに横になるのはやめましょう
- ⑤ 1 回あたりの食事量を減らしましょう

(イ) 内服治療

主に胃酸の分泌を抑える薬を使用します。H2 ブロッカーやプロトンポンプ阻害薬といった薬があります。その他に、粘膜保護薬や消化管運動改善薬、漢方薬を使用することがあります。

胃の手術を受けたことのある方は、胃酸ではなく胆汁や膵液といった腸液による逆流性食道炎を起こしている可能性があります。主治医に相談し、内服薬を調節

してもらって下さい。

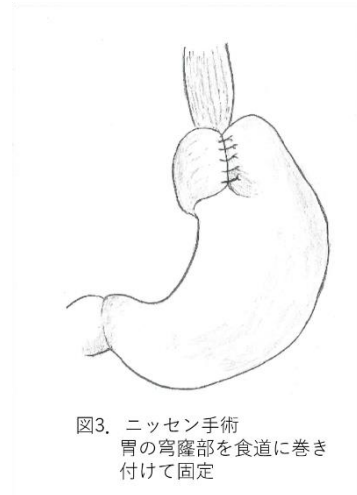
(ウ) 消化管内視鏡検査による治療

胃カメラから食道下部を縫い縮める方法や、一部に電気焼灼を行い硬くさせる方法などがあります。

(エ) 外科手術治療

前述のような、生活習慣の改善や内服治療でも症状が軽快しない場合には、手術治療を検討します。

手術方法にはいくつかの方法が存在しますが、代表的な方法にニッセン手術があります。これは胃の穹窿部といわれる箇所を食道に巻き付けて固定することで、胃から食道への逆流防止機構を形成する方法です。現在、当教室ではこの手術を腹腔鏡で施行しております。



7. 受診のご案内

当教室では、逆流性食道炎の診断のため、消化管内視鏡検査や24時間pHモニター検査（1泊2日入院）を行っております。前述のような症状を認める方は、当教室にご連絡、受診ください。

また、診断後は生活習慣の指導や内服治療、手術治療など総合的治療を行っております。