

健康 ぷらざ

おなかがすっきりしない —機能性消化管障害—

企画：
日本医師会

No. 348

指導：兵庫医科大学内科 主任教授 三輪 洋人

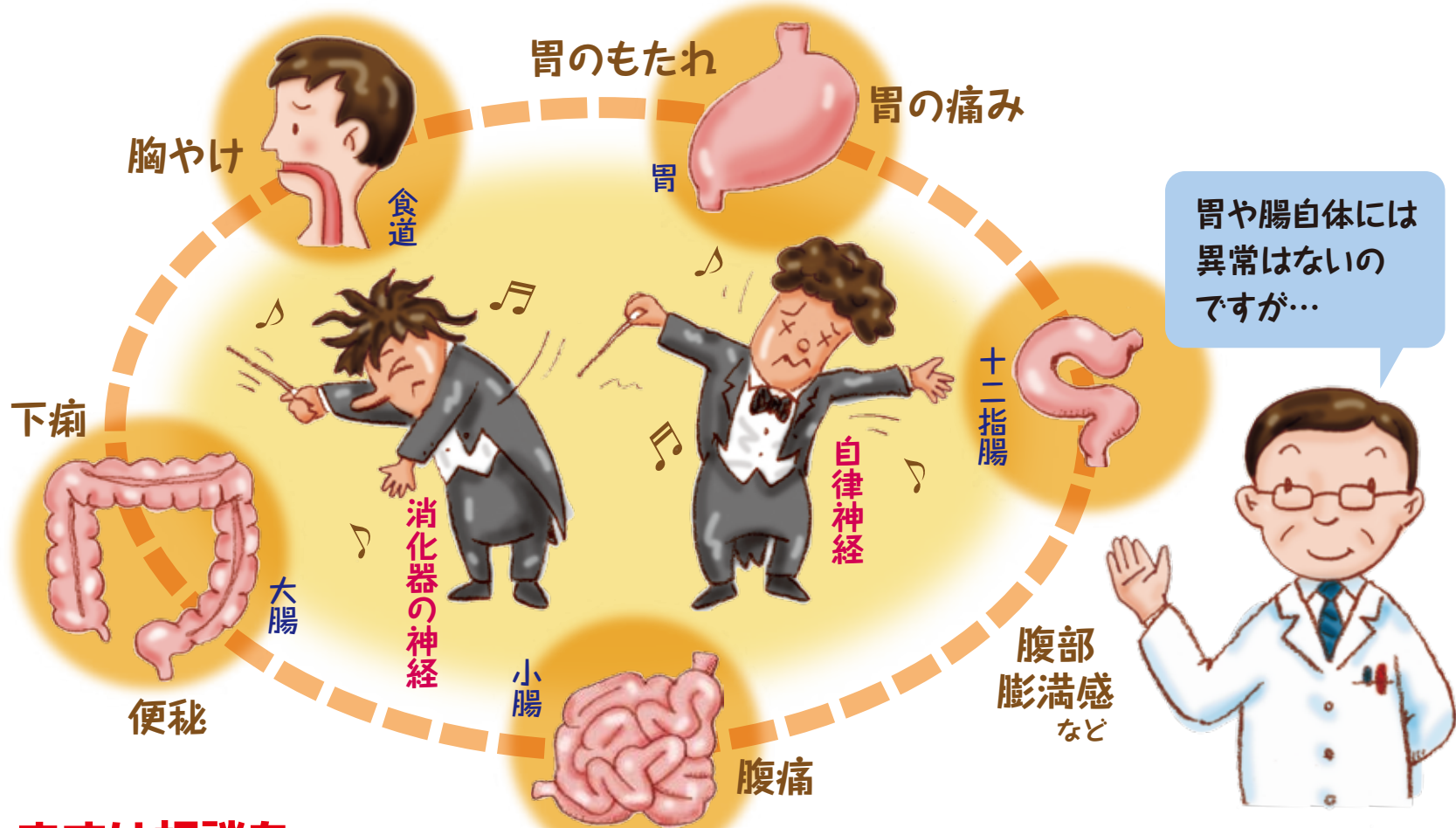
胸やけや胃のもたれが あるけれど……

胸やけ、胃のもたれ、胃の痛み、腹部膨満感、腹痛、便秘、下痢などの胃や腸の症状が気になっている方はたくさんいます。しかし内視鏡検査や血液検査をしても、胃や腸には炎症や潰瘍、がんなどの異常がみつからない——これが「機能性消化管障害」といわれる病気です。

異常はないのになぜ

口で噛み砕かれた食物は、食道を通り胃で消化され、腸で栄養素が吸収されて、残りが排泄されます。食道や胃、十二指腸、小腸、大腸などがうまく働いているのは、胃や腸を動かす消化器の神経系と、それを調節する自律神経の連携がきちんと保たれているからです。

しかし、偏った食事や生活習慣の乱れ、心理的・肉体的ストレスなどでこの連携が崩れてしまうと、胃や腸自体には異常はないのに本来のように機能せず、そのためいろいろ不快な症状が出てくると考えられています。



まずは相談を

機能性消化管障害で命が危険にさらされることはありませんが、症状がつらくて日常生活に支障が出る場合も多く、患者さんにとって大きな悩みになっています。

さまざまな対処の方法がありますので、おなかの不調を感じたら、まずかかりつけの医師に相談しましょう。食道炎や潰瘍、がんなどの病変がないことを内視鏡で確かめたうえで、生活習慣などを考慮に入れた治療方針が立てられます。

◆待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。