



検査で異常はないのに病気

— 胃の不調・機能性ディスペプシア —

指導：慶應義塾大学病院消化器内科 准教授 鈴木 秀和

企画：
日本医師会

No. 441

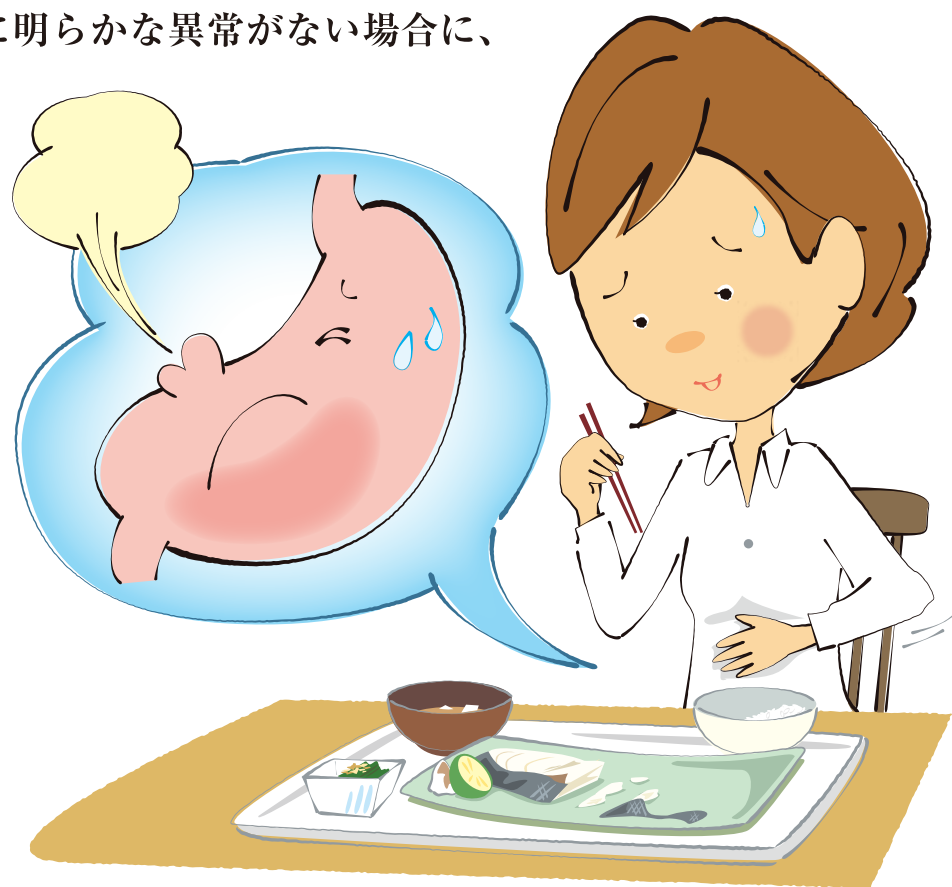
異常はないのに、胃が不快

機能性ディスペプシア(以下、FD)は、これまで慢性胃炎という病名で治療されてきました。しかし近年では、胃もたれなどの不快な症状があるのに、内視鏡検査などを受けても胃やその周辺に明らかな異常がない場合に、FDと診断するようになりました。

FDの主な症状

FDでは、食後に胃がもたれる、少しの食事で満腹だと感じる、みぞおちが痛む、みぞおちが焼けるような感じがする、などの自覚症状が、診断の基準になります。それぞれの患者さんの、体の状態や感じ方により、不快な症状の種類が変わることもあります。

このような症状は、何らかの原因で、胃や十二指腸など消化に関わる内臓が正常に働かなかったり、過敏に感じるためにおこります。



生活習慣で改善されることも

FDの診断は、自覚症状が重要です。受診した際は、不快な症状を、具体的に(いつ、どこが、どのように、どのくらいなど)医師に伝えてください。

治療の最大の目標は、不調により生活の質(QOL)が低下しないよう、症状をやわらげることです。

薬が用いられることもありますが、生活習慣を改善するだけで症状がよくなることもあります(表)。

心当たりがある時はつらさを我慢せずにかかりつけ医に相談し、症状の状態に応じて場合によっては専門医を紹介してもらいましょう。

食習慣	脂っこいもの、甘いもの、刺激の多いものの摂り過ぎ 早食い 不規則な食生活 (不規則な食事時間や回数、深夜に食事をする)
嗜好品	喫煙、 過度なアルコール摂取
日常生活	過労、睡眠不足、ストレス、 運動不足

表 FDに好ましくない生活習慣