

知っていますか？機能性胃腸症

去る9月12日に「安倍首相辞任」というビッグニュースが全国に走りました。内容は現役の大首相が辞任する事に加え、そのまま入院されるという異常な事態でした。この時の病名、「機能性胃腸症」が一躍有名になりました。

以下の症状に当てはまっていませんか？

- 以前よりも食欲が落ちている。
- お腹が膨れた感じがある。
- 少し食べると直ぐにお腹が一杯になる。
- 胸焼け（食後の胸の痛み）がある。
- 胃の不快感（むかむか・吐き気・嘔吐）がある。
- ストレスがあると症状が強くなる。

「機能性胃腸症（FD: Functional Dyspepsia）」は、内視鏡検査などで胃に潰瘍やがんなどが認められないのに、みぞおちのもたれや痛みなどの症状がある病気です。こうした症状は、昔は胃下垂、胃アトニーと呼ばれ、最近まで胃けいれん、神経性胃炎、慢性胃炎などと診断されてきました。しかし、胃の粘膜に何の異常もないのに「胃炎」を使うことは正確ではないということから、近年「機能性胃腸症」と呼ばれるようになりました。現在では日本人の4人に一人がこの病気を経験しているといわれています。

これらは1980年代ごろから世界的に取り組まれ、2006年にローマ委員会でおおかたの定義がきまりました。

機能性胃腸症には、食後の胃もたれや食後すぐに満腹を感じるタイプ（食べたものを消化しない、いつまでも食べたものが胃の中に残っているなど）と、食事に関係なくみぞおちの痛みや胸焼けを感じるタイプがあります。その他にもストレスなどの心理的な要因との関係があるため、胃腸の症状以外にも倦怠感や冷え、肩こり、背部痛、立ちくらみなどの色々な症状を訴えることがあります。

この病気の診断は問診だけの確定は困難です。きちんと内視鏡検査を受けていただき、潰瘍など他の病気がないことを確認する必要があります。

<続きます>

治療は、胃酸を抑える薬や胃腸の動きを良くする薬、症状によっては抗うつ薬や抗不安薬が必要なことがあります。逆に検査を受けることで安心し、薬の服用もしないまま症状が消失した人もいます。

さらに生活習慣、特に食事に関して気をつける必要があります。規則正しい時間に、消化の良いものを、ゆっくり時間をかけて食べる食生活をお勧めします。

またストレスによる消化管運動の障害が原因ですので、ゆっくりと睡眠をとるなどストレスをためない生活も重要です。

いまだ保険適用のある正式名称として厚生労働省に採用されていませんが、いずれにしてもストレス社会である現代において増加する病気の一つとして挙げられます。

上のチェックリストに当てはまる症状がございましたら、内科までお問い合わせください。

(文責：光岡)