

# 病院 Hospital

文字サイズ 小 中 大

外来診療・時間外診療・救急外来 ☎ 0562-46-2311

TOP

病院について

受診のご案内

診療科のご紹介

専門外来のご紹介

医療関係者の方へ

採用

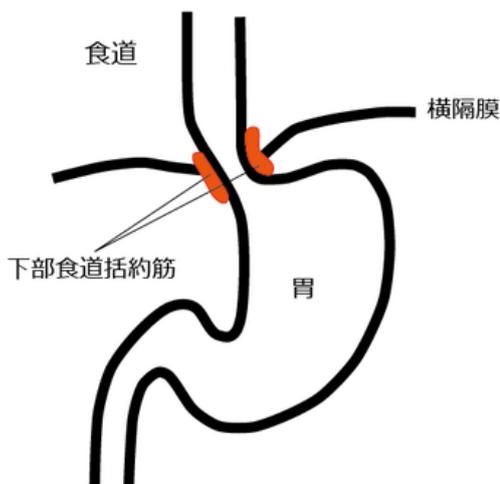
[ホーム](#) > [病院](#) > [健康長寿ナビ](#) > 逆流性食道炎ってどんな病気？

## 逆流性食道炎ってどんな病気？

逆流性食道炎とは、胃の内容物（主に胃酸）が食道に逆流することにより、食道に炎症を起こす病気です。健康な人でも胃酸の逆流がみられることはありますが、時間が短いため問題になることはありません。逆流の時間が長くなると、食道の粘膜は胃酸に対し弱いため食道に炎症を起こすようになります。

この病気は成人の10～20%がかかっていると推定されており、中でも中高年、特に高齢者に多くみられます。適切な治療を受けなかった場合には、症状が持続することにより生活に支障を来すことも知られています。

### 原因は？



食道と胃のつなぎ目に下部食道括約筋という筋肉があり、食物が通過するとき以外は胃の入り口を締めて胃の内容物が食道に逆流しないように働いています。この筋肉が緩むと胃から食道への逆流が起こるようになります。

下部食道括約筋が緩む原因としては、加齢による変化、胃内圧の上昇（食べ過ぎ、早食いなど）、腹圧の上昇（肥満、衣服による締め付けなど）、高脂肪食などがあります。

### 症状は？

胸が焼ける感じ、酸っぱいものが上がってくる、食後に胸やみぞおちのあたりが痛い、というのが主な症状です。

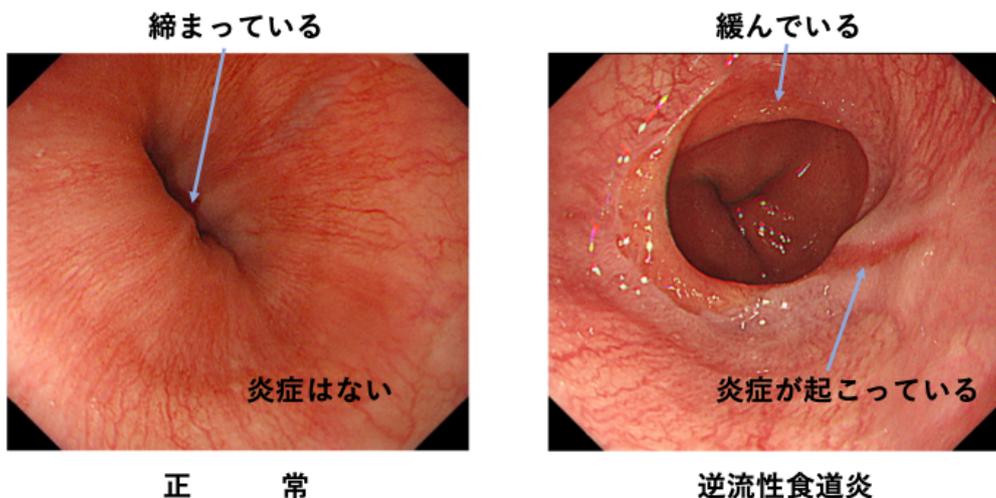
その他の症状として、のどの違和感、声のかすれ、慢性の咳（肺や心臓に異常がないのに咳が続く）などがあり、これらは主に寝ているときに胃液がのどのあたりまで逆流してくることにより起こる症状です。

### どんな人がなりやすい？

- ▶ 食べ過ぎ、早食いの習慣のある人  
胃内圧の上昇により逆流が起こりやすくなります
- ▶ 脂っこいもの、アルコール、炭酸飲料を摂取することが多い人  
特に、脂肪の多い食物の摂り過ぎは下部食道括約筋が緩む原因となります
- ▶ 食べてすぐ寝る習慣がある人  
食後は胃酸がもっとも多く分泌されます。食べてすぐ寝ると逆流が起こりやすくなります
- ▶ 喫煙の習慣のある人  
喫煙は逆流を起こしやすくとされています
- ▶ 肥満体型の人、衣服やコルセットなどでおなかを締め付けることが多い人  
腹圧の上昇により逆流しやすくなります
- ▶ 畑仕事などで長時間前屈みの姿勢をとる人、背骨が曲がり前屈みの体型の人  
胃の圧迫や腹圧上昇により逆流しやすくなります

### 診断は？

症状から逆流性食道炎が疑われた場合は、内視鏡検査を行い診断します。内視鏡検査は苦しい検査という印象を持たれている方も多いと思いますが、最近では鼻から挿入する細い内視鏡（経鼻内視鏡）があり、口からの内視鏡に比べると楽に検査を受けることができるようになっています。当院でも希望される方には経鼻内視鏡を行っています。



## 治療は？

内服による治療と生活習慣の改善が必要となります。

### 内服治療

胃酸を抑える薬（主にプロトンポンプ阻害薬）を投与します。効果が不十分な場合には、胃の運動を改善する薬や、酸を中和する制酸薬（水剤）を併用することがあります。

### 生活習慣の改善

- ▶ 食べ過ぎ、早食いをさけましょう
- ▶ 高脂肪食、アルコール、炭酸飲料、喫煙をできるだけ控えましょう
- ▶ 食べて逆流症状が出た食物は控えましょう
- ▶ 食後2～3時間は横にならないようにしましょう
- ▶ 夜間に逆流症状が出る人は、頭を高くして寝ましょう
- ▶ 肥満の方は体重を減らすように努力しましょう
- ▶ おなかをベルトや服で締め付けすぎないようにしましょう
- ▶ 長時間の前屈みの姿勢はできるだけ避けるようにしましょう

逆流性食道炎は、高齢者でよく見かける病気です。未治療の場合には、日常生活に制限が生じる狭心症よりも生活の質(QOL)が低下することが報告されています。しかし治療により健康な人と同程度に戻ることも知られています。気になる症状があった場合には、早めに医療機関を受診することをお勧めします。

京兼和宏

## 関連リンク

[28. 血便の原因は？ 痔？痛？それとも…？](#)

[33. 高齢者の食欲低下について ～年を取るとどうして食欲がなくなるの？～](#)

[消化器内科](#)

5. 水ぶくれの原因は～

7. フレイルの原因は？

[健康長寿ナビへ戻る](#)



### センター概要

理念と基本方針  
理事長からのごあいさつ  
沿革・組織・役員名簿  
公表事項

### 研究の推進

研究実績

### リンク

リンク

### 調達情報

入札契約関連情報

### 採用

採用情報

### 利用規約

Web利用規約

### 所在地

〒474-8511 愛知県大府市森岡町7-430  
国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター  
(代表) 0562-46-2311

 [所在・交通・お問い合わせ \(メールアドレス\)](#)

