

みんなの健康ラジオ

『胃食道逆流症』

(2020年5月28日放送)

横浜消化器内視鏡医会

内野医院

内野 大輔

胃食道逆流症(GERD)とは？

- 胃の内容物が食道に逆流しておこる病気
- gastro-esophageal reflex diseaseの略語でGERD(ガード)と呼ぶ。
- 胸やけと呑酸（酸っぱい水が上がってくる感じ）が主症状
- 胃酸の逆流により食道粘膜がただれ、食道炎をおこす。

胸焼け症状

逆流性食道炎

1

2

3

胃食道逆流症(GERD)

$$=1+2+3$$

びらん性GERD(逆流性食道炎)

$$=2+3$$

非びらん性GERD

$$=1$$

GERDの疫学

- 日本では1990年頃より増加しており、びらん性GERD(逆流性食道炎)の有病率は10%程度、非びらん性GERDも合わせるとさらにその2倍といわれている。

(GERD診療ガイドライン2015より)

- 増加の主な原因は食生活の欧米化とピロリ菌感染者の減少。
- びらん性GERDは高齢、男性、喫煙と相関。食道裂孔ヘルニアの合併が多い。
- 非びらん性GERDはやせた女性に多く、ヘルニア合併は少ない。
- その他肥満、骨粗しょう症とも密接な関連
米国では肥満、日本では亀背をともなった高齢女性の特徴

GERDの原因

- 食道に胃酸が逆流することが最も重要
- 逆流の原因はさまざま
 - 1) 食道に胃酸が逆流しやすい
 - 噴門の逆流防止の働きの障害
 - 一過性下部食道括約筋弛緩
 - 噴門機能を超える腹圧上昇
 - 食道裂孔ヘルニア
 - 食道蠕動運動機能低下
 - 2) 胃に十分な酸がある
 - ピロリ菌に感染していない人に多い
 - 3) 食道が過敏に反応
 - 食道知覚過敏
 - ストレス

GERDになりやすい人

- 生活習慣の問題
 - 食べ過ぎ・早食い
 - 高脂肪食・アルコール・喫煙
 - 食べてすぐ寝る
- 体型の問題
 - 前かがみの姿勢・腹部を締め付ける服装
 - 骨粗鬆症のため腰が曲がり背中が丸くなった人
 - 肥満・妊婦
- そのほかの要因
 - 薬剤性（一部の降圧薬などで噴門の機能が低下）
 - ピロリ菌除菌後・未感染