

## 機能性ディスペプシア



医療法人将優会 クリニックうしたに  
理事長・院長 牛谷義秀

「胸やけがする」「胃がもたれる」「食欲がない」「胃が痛い」などの症状があるのに、胃内視鏡検査などを受けても異常が見つからない病気を「機能性ディスペプシア」と呼ぶようになりました。検査で「異常がない！」との診断を受けると、さまざまな症状があっても「気にしすぎだろう」とがまんしてしまっている人が今でも多いようです。

### 1. 機能性ディスペプシア (FD: Functional-Dyspepsia) とは？

胃の痛みや胃もたれなど、さまざまな症状が慢性的に続いているのに、内視鏡検査などを受けても胃潰瘍や十二指腸潰瘍、胃がんなどのような異常が見つからない病気を「機能性ディスペプシア」と呼んでいます。「ディスペプシア」とは消化不良のことを意味しますが、「機能性ディスペプシア」におけるディスペプシアとは、胃や十二指腸などの上腹部消化器における痛みやもたれなどのさまざまな症状の総称です。

この「機能性ディスペプシア」という病気概念が確立されたのは最近になってからのことです。それまで「慢性胃炎」や「神経性胃炎」、「胃下垂」、「胃けいれん」などと診断されていた患者さんの多くが、いま話題になっている機能性ディスペプシアであった可能性があります。内視鏡検査で、胃の粘膜に炎症が見られる胃炎の所見があっても必ずしも胃痛などの症状があるとは限らず、また逆に症状があっても実際に内視鏡検査をしても胃炎や胃潰瘍などが認められないことがよくあります。このように、上腹部のさまざまな症状があってもそれを説明できる異常な所見が認められないために、周囲の理解が得られないことも重なって日頃から悩んでいる患者さんの生活の質は大きく低下してしまいます。

### 2. 機能性ディスペプシアの症状

日本人の4人に1人は機能性ディスペプシアとの報告がみられるほど、誰しもかかりうる病気で、決して珍しい病気ではありません。主な症状は、以下の4点であり、そのほかにも吐き気や嘔吐、げっぷ、突然の腹痛や下痢などの症状を訴える人がいます。

- 1) 食後のもたれ感 (食後に食べ物がいつまでも胃の中にたまっているような、不快な感じ)
- 2) 早期飽満感 (食事を開始して間もなく、「おなかがいっぱいになった」と感じて、それ以上食べられなくなる感じ)
- 3) 心窩部痛 (みぞおちの痛み)
- 4) 心窩部灼熱感 (みぞおちの焼けるような感じ)

検査では何も異常はないと言われたけど、やっぱり胃が痛い！



### 3. 胃の正常な働きと機能性ディスペプシアの原因

機能性ディスペプシアがどうして起こるのかを理解するために、まずは正常な胃の働きについて解説します。正常な状態では、口から入った食べ物が食道を通過して胃に入ると、まず食べ物は広がった胃の上部に蓄えられ（貯留機能）、次の段階で胃の蠕動運動という波打つような動きによって胃液と食べ物は混ぜられ（攪拌機能）、最後に食べ物は粥状に消化され十二指腸へ送り出されます（排出機能）。この3段階の運動機能に何かの障害が起きて、機能性ディスペプシアの症状が引き起こされると考えられています。食べ物を胃の中にとどめることができなくなると早期飽満感や痛みなどが起こります。また、十二指腸へうまく送ることができなくなると、胃の中に食べ物が長くとどまってしまい、胃もたれなどが引き起こされます。さらに、通常なら痛みなど感じないはずなのに、わずかの食べ物が胃に入るだけで胃の内圧が上昇し、早期飽満感や痛みを感じやすくなる状態は胃の知覚過敏が関与していると考えられています。胃の蠕動運動が低下している機能性ディスペプシアの状態では、食べ物と胃酸が胃の出口付近にたまって攪拌されないまま、胃酸は十二指腸へ流れて行き、この胃酸の刺激で痛みを感じるといわれています。

これらの胃の運動機能障害や知覚過敏などには、世相を反映して心理的・社会的ストレスが大きく関係していると考えられています。

### 4. 機能性ディスペプシア検査

医療機関を受診した時、まずはしっかりと問診を受け、さらに必要に応じてさまざま検査を受けることになります。

#### 1) 問診

症状がいつ頃から起こり、具体的にどのような症状で困っているのかなど、その詳細を医師に伝えるようにしましょう。医師は他の病気がないかなども確認します。機能性ディスペプシアは、症状そのものや症状の出ている場所が変化することがよくあります。

#### 2) 内視鏡検査

食道や胃、十二指腸にびらん（いわゆる粘膜のただれ、炎症）や潰瘍がないかどうかなどを確かめるために内視鏡検査を行います。

#### 3) バリウム造影検査

バリウム（造影剤）を飲んで、食道や胃、十二指腸に潰瘍やがんなどがいないかを調べるレントゲン検査です。

#### 4) ピロリ菌検査

胃潰瘍や胃がんの原因と考えられているピロリ菌ですが、このピロリ菌に感染している機能性ディスペプシアの患者さんに除菌治療を行うと、機能性ディスペプシアの症状が改善するという報告があります。したがって、ピロリ菌に感染しているかどうかを内視鏡検査の時に採取した胃粘膜組織で調べたり、血液・尿・便検査のほか呼気検査（吐く息を使った検出方法）で調べることがあります。

### 5. 機能性ディスペプシアと似た病気

さまざまな検査を行っても、患者さんが訴える症状の原因となる異常が見つからない消化器の病気として、機能性ディスペプシアのほかにも、次のような病気があります。

#### 1) 過敏性腸症候群

おもにストレスが原因となって腸機能の異常によって起こる便通異常やそれにとともなう腹痛などの症状をきたします。

## 2) 非びらん性胃食道逆流症

強酸の胃内容物が食道に逆流してびらんや潰瘍などが見られる「逆流性食道炎」と違って、胸やけなどの不快な症状が現れているにもかかわらず、びらんや潰瘍が認められない「非びらん性胃食道逆流症」があります。

## 6. 機能性ディスペプシアの治療

機能性ディスペプシアの治療は生活習慣の改善を基本に、さまざまな薬物療法が行われます。

機能性ディスペプシアは胃に負担をかけない生活習慣を心がけることで、症状が改善することは少なくありません。次のような項目に心がけましょう。

- 1) できるだけ決まった時間に食事をするように心がけましょう。
- 2) 胃への負担を避け、また胃酸の過剰分泌を引き起こさないために、食事の量は腹八分目にして、よく噛んでゆっくり食べましょう。
- 3) 食後すぐの運動は胃の働きを弱めますので、しっかりと休息をとりましょう。
- 4) 甘いものや刺激の強い香辛料、脂肪分を多く取りすぎると胃もたれや胃酸の過剰分泌を引き起こす原因となります。
- 5) 睡眠を十分にとるように心がけましょう。
- 6) ストレスや疲れをできるだけためないようにしましょう。
- 7) 消化管の働きが活発になるように適度な運動を心がけましょう。
- 8) アルコールは機能性ディスペプシアの原因となる胃酸の分泌を増やすので、飲み過ぎには注意しましょう。
- 9) たばこは胃の血流量を低下させ、胃の働きを悪くさせるので、禁煙を心がけましょう。

また、薬物療法では胃の運動を調整する薬剤、胃酸をコントロールする薬剤、ストレスを和らげる薬剤などが使われます。



### 1) 消化管運動機能を改善する薬剤

消化管のはたらきを活発にすることで、早期飽満感や胃もたれを改善させます。

### 2) 胃酸分泌抑制薬

胃酸そのものが十二指腸に流れ込むと胃の運動機能が低下し、さまざまな症状が引き起こされます。正常な胃酸分泌でも、胃が知覚過敏な状態にある時は心窩部痛など、さまざまな症状を自覚します。胃酸分泌を抑制するための薬剤として、H2拮抗剤やプロトンポンプ阻害薬が有効です。

### 3) 抗うつ薬、抗不安薬

消化管運動機能改善薬や胃酸分泌抑制薬でも症状が改善しない場合、抗うつ薬や抗不安薬が効果的なことがあります。

## 7. まとめ

検査で異常がないといわれても、はっきりした原因が究明できずに、不快な症状があっても「気にし過ぎかな？」と自分を押し殺してがまんしている人はいませんか？機能性ディスペプシアで困っている患者さんの症状を改善してあげることができたら、患者さんはどんなに幸せでしょう。



<市役所前のイルミネーション>