

## ちばセンセイの健康ワンポイントアドバイス

いよいよ3月になり、春が近づいてきました。今シーズンは雪がたくさん降ったので、道路にはまだ雪が残っています。日中融けて夜に氷となり、滑りやすくなっていますので、足下に気を付けて歩いてくださいね。

さて今回は、前回に引き続き機能性ディスペプシア(FD)という病気についてです。簡単に言うと胃の働きが悪くなる病気と言うことですが、そう単純なものではありません。働きと言ってもいろいろな働きがあり、それらが複雑に影響し合っているのです。

食事をすると、食べ物は胃に貯められ、少しずつ十二指腸（小腸）に送られるものなのですが、FDの場合、胃がキチンと膨らまないため、しっかり貯めることができず（胃適応性弛緩障害）、食べ物を必要以上に十二指腸に送られることがあります（胃排出障害）。また温かいものあるいは冷たいものを胃の粘膜が感じやすくなっていたり、十二指腸に胃酸や脂肪などの注入による知覚過敏が関係していることもあります。また仕事や家庭のストレスなどの心理社会的因子が関係していることもあります。さらには、胃酸過多やピロリ菌感染も関係していることもあります。

以上のように、さまざまな要因がFDの病態に関わっているので、治療も一筋縄でいかないことも多いです。機能性ディスペプシアという病名で投薬できる薬はアコファイドというものしかありませんが、慢性胃炎や消化不良あるいは胃酸過多などを対する薬もFDに対して有効なことがあります。抗不安薬などがよく効くこともあります。

一種類の薬で良くなるのが理想的ですが、複数の薬を組み合わせることも少なくありません。なかなか良ならないので病院（医者）を替えるというのはよくあることですが、それによってまた同じ薬を処方されると言うこともあります。できれば一人の医者にじっくり診てもらうのがよいでしょう。