

今回のおはなし

「機能性ディスペプシア」

「世界禁煙デー」



新たな国民病に？

胃の病気 機能性ディスペプシア

生活習慣病の予防や知識の普及に携わる日本生活習慣病予防協会が2023年11月、日本人の新たな国民病になる得る病気は何かと全国の消化器内科医331人に尋ねたところ、1位が胃の不調を症状とする「機能性ディスペプシア」でした。

★機能性ディスペプシアの特徴

- ・胃もたれ、早期満腹感、胃の痛み、胃が焼ける感じなどの症状が慢性的に続く。
- ・内視鏡や血液検査で器質的な異常が見つけれない。
- ・胃の運動機能の障害、知覚過敏、ストレスが原因。
- ・治療は薬の処方や食習慣の改善、ストレス軽減。

健康診断受診者の分析では、日本人の11~17%がかかっているとのデータがあります。かつては、神経性胃炎やストレス性胃炎などと呼ばれていましたが、国際的な専門委員会で検討が行われ、2013年からは、日本でも保険診療の適応病名として、使われるようになりました。

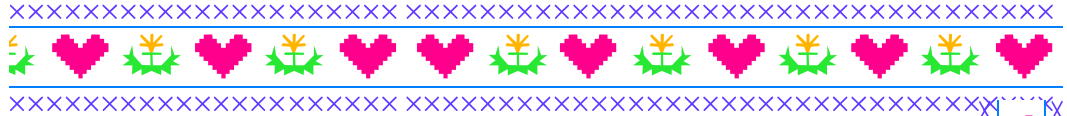
患者が胃の不調で病院を訪ねると、胃そのものに潰瘍やがんなど形でわかる異常があるかどうかを調べ、異常がない場合に診断を下します。胃の症状を訴える患者の約半数がこの病気と診断されるそうです。症状に応じて、胃の動きをよくする薬や胃酸の分泌を抑える薬が処方されます。

胃が緩んで十分な量の食事を受け入れられるようになるまでには、食べ始めから15~20分ほどかかるので、早食いを避け、よくかんで少なめに食べることや、高脂肪食を減らすなどの食習慣の改善も重要です。

自らできる胃の不調のケアに効果的な方法として、「ストレスを発散する」「規則正しく食べる」「睡眠を十分に取る」「胃にやさしい食事・食材を取る」があります。

機能性ディスペプシアは、高齢者より若年層や中年で多く、男性より女性の方がやや多いと言われています。

ストレスが大きく関係している人と、そうでない人もいますが、不安や抑うつ症状がある人ほど、胃の症状が強いとの調査結果もあります。

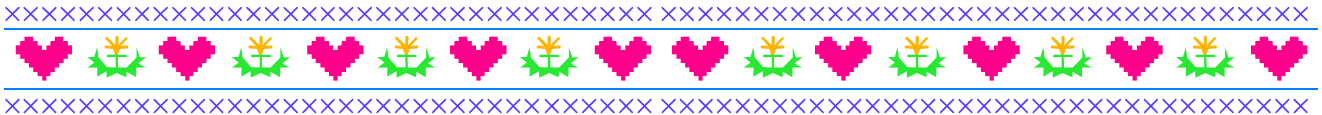


5月31日は世界禁煙デーです。

今年のテーマは、タバコ産業の干渉から若者を守ること (protecting young people from tobacco industry interference) です。

タバコ産業は、若者に影響を与え、干渉し、さまざまな広告に年間約 80 億ドルを費やし、生涯にわたって人々から利益を得るために若者をターゲットにし、新たな中毒の波を作り出しており、すべての地域で、子どもたちが大人よりも高い割合で電子タバコを使用しており、世界全体では 13 ~ 15 歳の青少年 3,700 万人がタバコを使用していると推定されています。

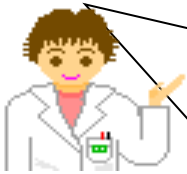
日本 WHO 協会より



禁煙したいと思っている方へ

下記薬局で禁煙応援キャンペーンをやっています。
遠慮なく、ご相談下さい。

- ・コガ薬局 (猫実)
- ・タカダ薬局猫実店 (猫実)
- ・薬局ドラッグ・ジロー (富士見)
- ・ごとう薬局 (弁天)
- ・アイセイ薬局美浜店 (美浜)
- ・薬樹薬局新浦安 (明海)
- ・アイン薬局メディカルガーデン新浦安店 (日の出)



(一社) 浦安市薬剤師会

〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内
Tel 047-355-6812 (月~金: 10~15時)
Fax 047-355-6810
メールアドレス yaku_ura_t@urayaku.jp
ホームページ <https://www.urayaku.jp/>