



機能性ディスぺプシア



機能性ディスぺプシア (FD:Functional Dyspepsia) は、胃もたれやみぞおちの痛みなど、胃の不快感が続いているにもかかわらず、内視鏡で見ても特に異常が見られない病気です。

このように、胃の粘膜などに目に見える異常がない(器質的な変化がない)のに、胃の働き(機能)に問題があるのがこの病気の特徴です。



ディスぺプシアという単語は耳慣れない言葉だと思いますが、もともとは「消化不良」を意味するギリシャ語が語源です。

機能性ディスぺプシアの原因は明らかになっていませんが、ストレスや消化管運動異常、知覚過敏等が原因の一つと考えられています。

機能性ディスぺプシアの診断(RomeIV基準)

機能性ディスぺプシアは症状の原因となりそうな器質的な疾患がないにも関わらず、

- ① 食後の胃のもたれ
- ② 早期満腹感
- ③ みぞおちの痛み
- ④ みぞおちの焼ける感じ

の①～④のうち少なくとも1つ以上の症状があり、その症状が重い場合生活に悪影響を及ぼしている。加えて、その症状が6カ月以上前からあり、3カ月以上症状が持続している、としています。

セルフケア

機能性ディスぺプシアは、胃に負担をかけないことが大切です。辛いものなど刺激の強いものや脂肪分の多い食品はなるべく避けましょう。

食事はできるだけ決まった時間に摂り、よく噛んでゆっくり食べて腹八分目を守り、また、就寝直前の飲食は避けましょう。

タバコをやめて、アルコールも摂りすぎないように注意しましょう。

また、十分な睡眠や適度な運動を意識し、ストレスを溜めないようにしましょう。

治療薬

機能性ディスぺプシアの治療には以下のような薬が用いられています。

薬によって食後や食前など、飲み方が異なります。医師の指示通りに服用しましょう。

薬の種類	主な医薬品名
酸分泌抑制薬 (胃酸の出過ぎを抑える)	ランソプラゾール、ラベプラゾール、 ファモチジン
運動機能改善薬 (胃腸の働きを活発にする)	アコチアミド、モサプリド、 ドンペリドン
漢方薬	りっくんしとう あんちゅうさん はんげこうぼくとう 六君子湯、安中散、半夏厚朴湯
抗不安薬・抗うつ薬 (ストレスを緩和する)	タンドスピロン、イミプラミン、 ミルタザピン

【参考】

- ・株式会社明治HP <https://www.meiji.co.jp/yogurtlibrary/laboratory/report/oll2716/04/>
- ・サワイ製薬(サワイ健康推進課)HP <https://kenko.sawai.co.jp/prevention/201909.html>
- ・慶應義塾大学病院(KOMPAS)HP <https://kompas.hosp.keio.ac.jp/contents/000802.html>
- ・日消誌 2020;117:866-875 https://www.jstage.jst.go.jp/article/nisshoshi/117/10/117_866/_pdf/-char/ja