

機能的胃腸炎



機能的胃腸炎と言う単語を聞いたことありますか？

内視鏡検査などで調べても特に異常は見られません。

ですが、胃もたれ、胃痛、胸やけ、吐き気などの症状がある状態を指し、実に日本人の4人に1人の割合でおきています。

これを読んで該当する方も割と多いのではないのでしょうか？今日はこの病気についてお話していきます。

胃の働きは、胃に入ってきた食べ物を上部で膨らんで溜め込み、次にぜんどう運動で

胃液とかくはん消化して十二指腸へと送り出します。

この働きがうまくできないと胃の不快感を感じるようになります。

さらには知覚障害が起きることもあります。

これらは食後だけではなく空腹時にも起きる場合が見られます。

もし、このような事が起きたのならまずは受診してみましよう。

検査をし異常がない場合は機能的胃腸炎の可能性もありますので注意していきましょう。

この機能的胃腸炎の原因の一つに**ストレス**があります。

胃の働きは自律神経が関っておりストレスなどでバランスが崩れると胃の機能にも影響を

与えます。

そのため、治療には抗うつ薬や抗不安薬などが処方されることがあります。

予防には睡眠をしっかりとり、食生活、生活習慣の見直しストレスをためずアルコールを控え、禁煙を心がけていきましょう！

