

逆流性食道炎

逆流性食道炎とは？

胃酸の逆流によって引き起こされる病気です。酸性度の強い塩酸（又は胃酸）を含む胃の内容物が食道に逆流することで粘膜に炎症が起きた状態を逆流性食道炎といいます。



原因

- ・加齢による胃から食道への逆流を防いでいる括約筋による締め付け機能の低下
- ・前かがみの姿勢・肥満などによる腹圧が上がることで胃の中の圧力が上昇する
- ・アルコール・喫煙・過食など括約筋の一時的なゆるみと胃酸分泌の増加による

症状

- ・胸やけ・のどの違和感・頻繁にげっぷが出る
- ・胃の痛みやもたれ感

生活の注意点

- ・一度にたくさん食べない
- ・寝る前に食べない
- ・腹部を圧迫する衣類を避ける
- ・禁煙 

