

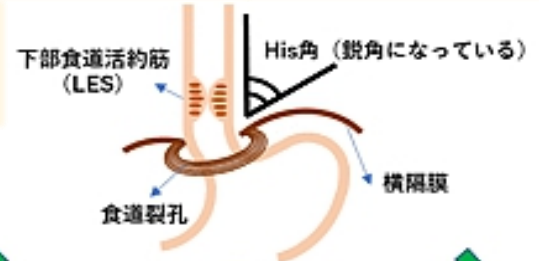
食べてすぐ寝ても牛にはならない

(最大の問題は、日本人が慣れていない
高タンパク質+高脂質+アルコールである)

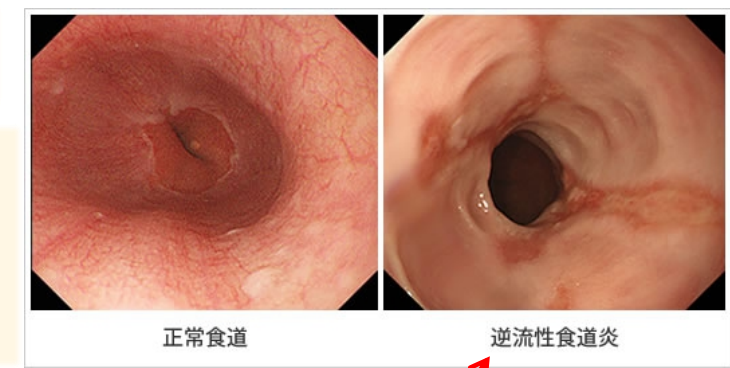


重力が関係するのなら
無重力を体験する宇宙
飛行士はどうする

主な逆流
防止機構

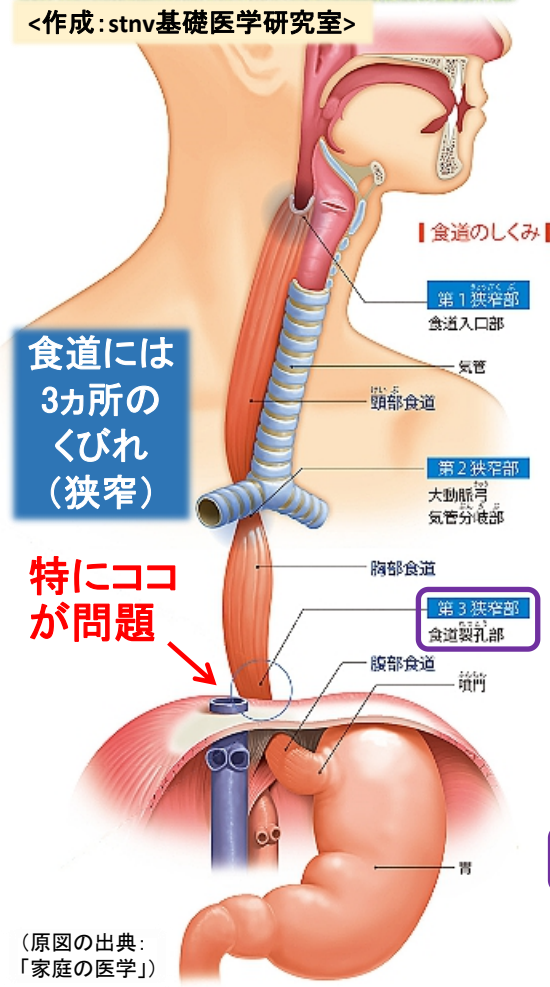


胃の内容物の逆流に
よって、胃食道逆流症
(GERD)が生じる。
その1/3が逆流性食道炎
で、無症状の方が多い。



正常食道

逆流性食道炎



<作成: stnv基礎医学研究室>

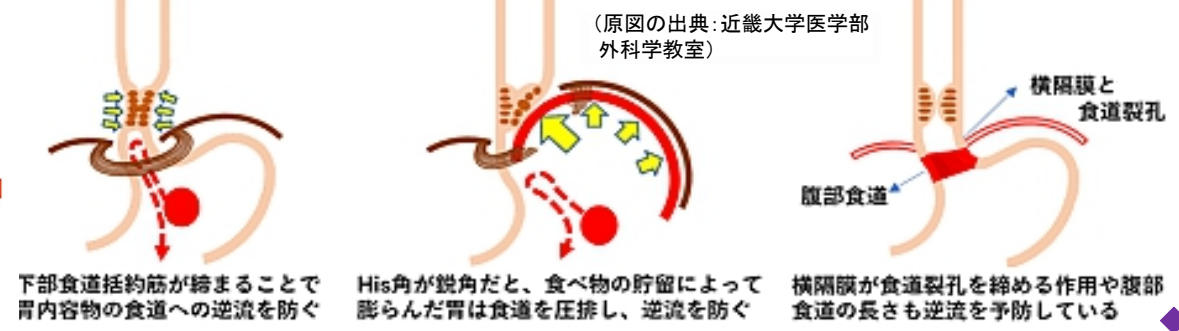
食道には
3カ所の
くびれ
(狭窄)

特にココ
が問題

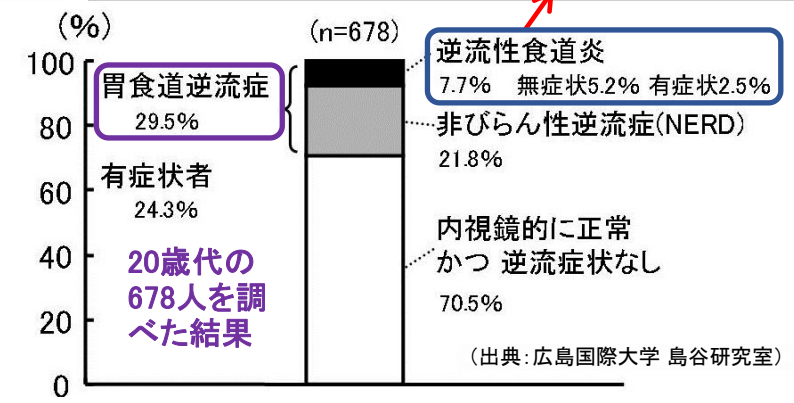
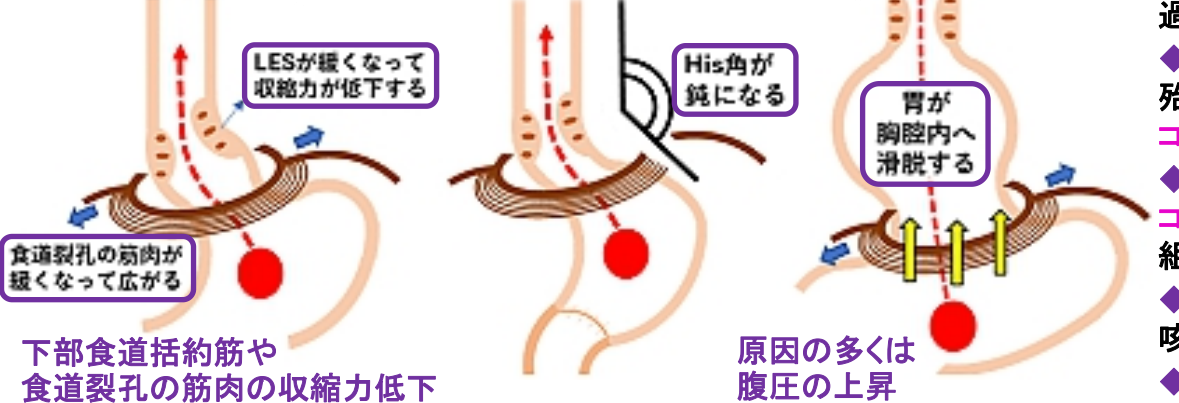
下部食道括約筋

His角

横隔膜と腹部食道



胃の内容物が逆流する原因



- ◆食道の粘膜には強酸に耐える仕組みが無いいため、酸性になった胃の内容物が逆流すると食道の粘膜が侵される。
- ◆20歳代では約30%が逆流による障害、即ち、胃食道逆流症 (GERD)を発症している(成人の全年齢では約15%となる)。
- ◆逆流する最大の原因は、下部食道括約筋の収縮不足であり、それに伴う横隔膜の食道裂孔の開大である。次には、腹圧の過多を挙げることができる。
- ◆日常的に和食を食べている人が「胸焼けがする」という例は殆ど無い。下部食道括約筋の弛緩は、特に消化管ホルモンのコレシストキニンによって促される。
- ◆コレシストキニンの分泌は、ペプチド、アミノ酸、脂肪酸、アルコールによって促される(高タンパク質+高脂質+アルコールの組み合わせが最悪となる)。
- ◆腹圧の過多は、腹部の圧迫や締め付け、肥満、便秘、妊娠、咳の回数が多い、などによって生じる。
- ◆逆流を放置すると、バレット食道→バレット食道がん

(原図の出典:
「家庭の医学」)