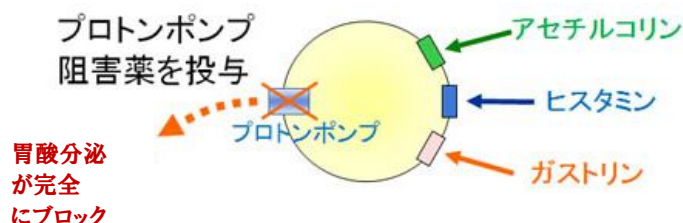


## 不当な胃酸抑制薬

「胃がムカムカする」「胸やけがする」などに対して、いまは直ぐに胃薬が出されます。

特に多いのがプロトンポンプ阻害剤(商品名:ネキシウム、オメプラール、タケプロンなど)の強力な胃酸抑制薬胃です。平成3年に発売されましたが、胃潰瘍者が15年後には35万と激減しました。



しかし、胸やけやゲップの症状があると胃酸過多に因る"逆流性食道炎"として容易に投薬されています。一般的に胃酸は60代になると20代の4分の1に減じるのに、胸やけという事で強力な潰瘍薬が投与されると"低胃酸症"に陥入ります。胃酸は、食物をドロドロに溶かし、消化酵素を活性化させと共にウイルスや細菌、カビなどを殺菌して食中毒を防ぎます。

さらに、胃に物が入ってくると胃の酸度を低下させ、その信号で食事中だと感じて食道括約筋(噴門部)を緩めます。ところが、薬に因って常に胃酸が低下したままですと、その入口が緩んだままとなり食道に逆流し易い状態が持続し、むしろ逆流して食道にこみあげてきます。

胸焼けしたら まず、暴飲暴食や糖分,たばこ、酒、コーヒーを控える。次に、夕食は寝る3~4時間に済ます。さらに、食前に梅干や梅肉、リンゴ酢、漢方薬の六君子湯や半夏厚朴湯などを服用する。そして、直接「ベタイン塩酸」などのサプリメントがあります。