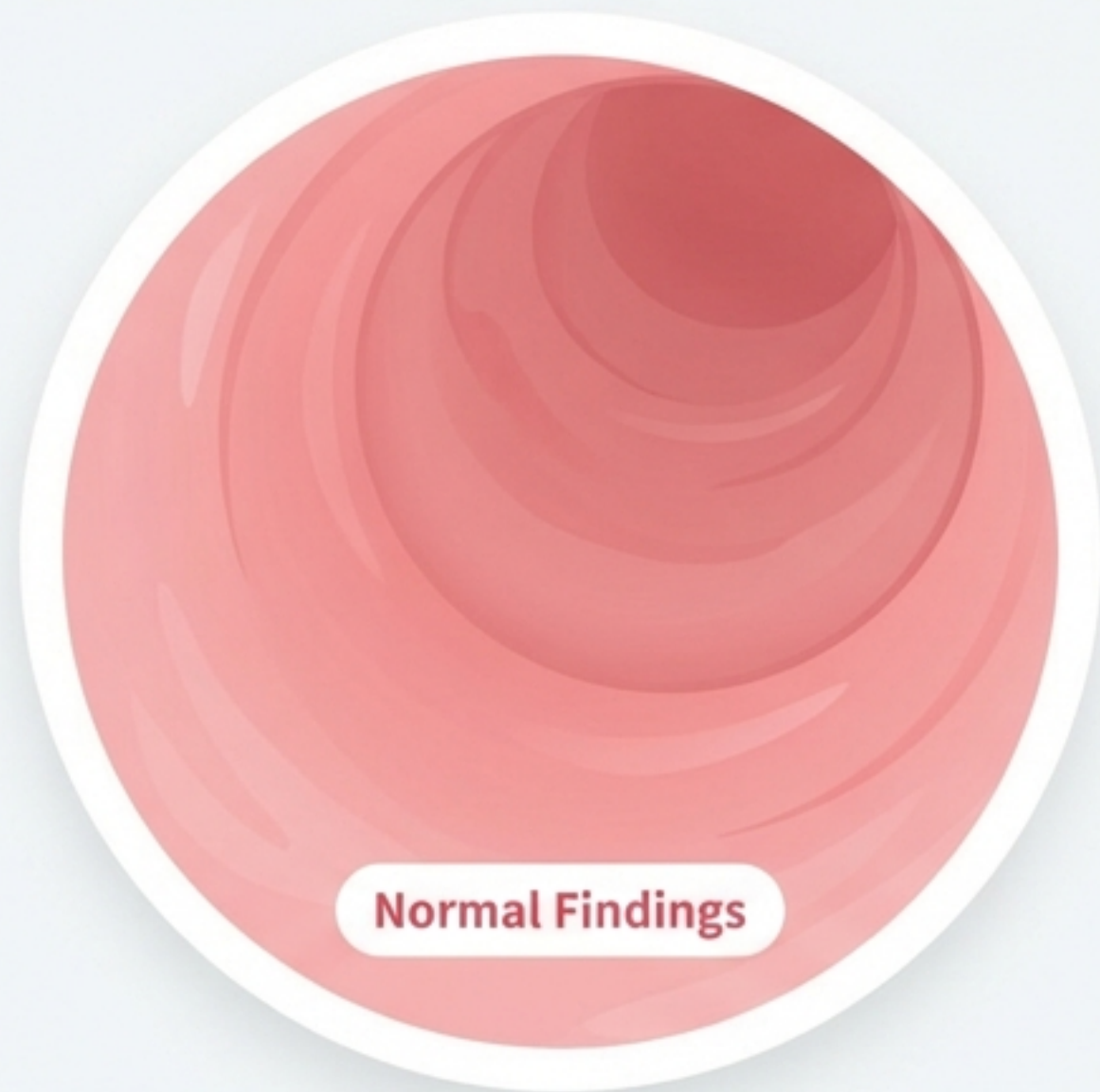


胸やけがあるのに「異常なし」?

胃食道逆流症 (GERD) と非びらん性胃道逆流症 (NERD) の真実



「胃カメラではきれいですね」と言われたけれど、痛みは消えない。
その苦しみには、医学的な理由があります。

“

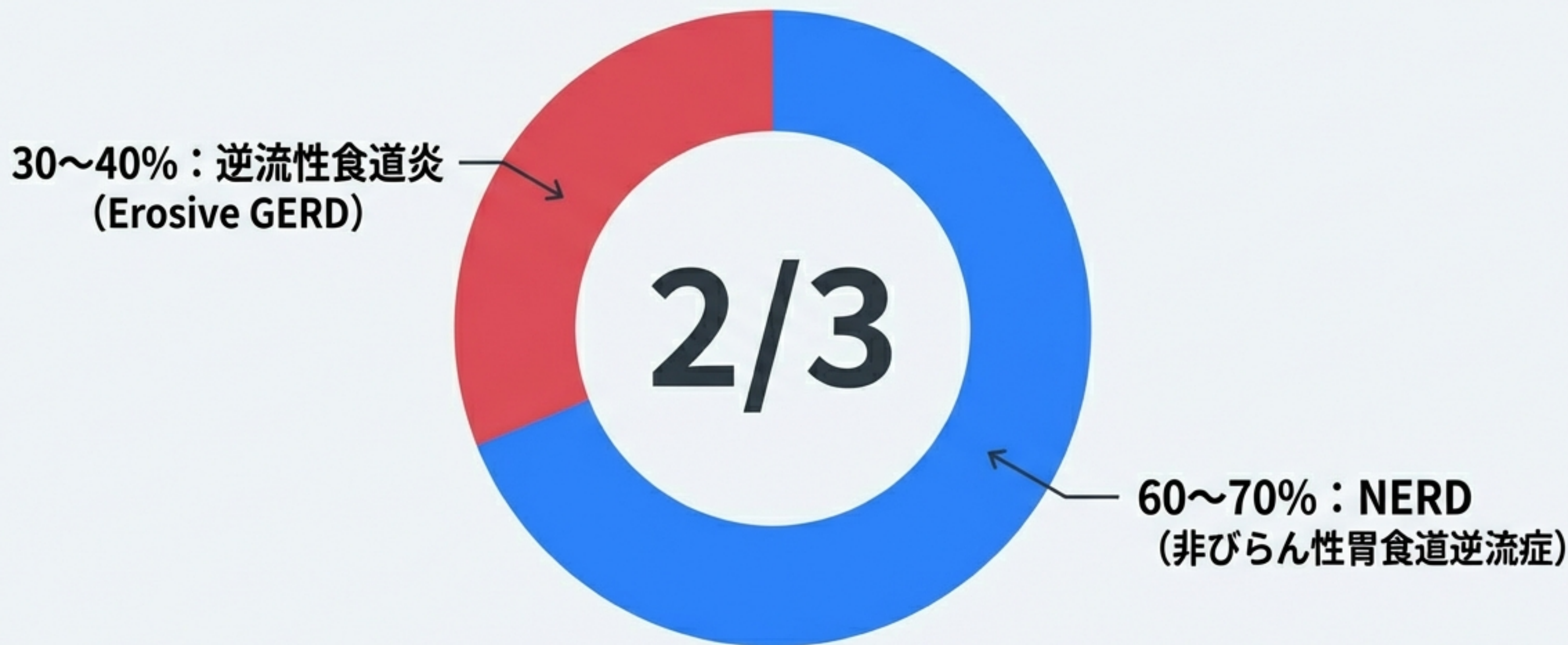
**「気のせい」ではありません。
炎症が見えなくても、病気は存在します。**

内視鏡で食道に「びらん（ただれ）」や「潰瘍」がなくても、
つらい症状が出る病気があります。
それが非びらん性胃食道逆流症（NERD：ナード）です。
これは単なる「軽症」ではなく、生活の質（QOL）を
著しく低下させる独立した病態です。



”

実は、日本のGERD患者の過半数が「NERD」です。



胃酸逆流症状を訴える患者さんのうち、約2/3は炎症が見えないタイプです。
あなただけではありません。

胃食道逆流症（GERD）という「大きな傘」の下にある2つのタイプ



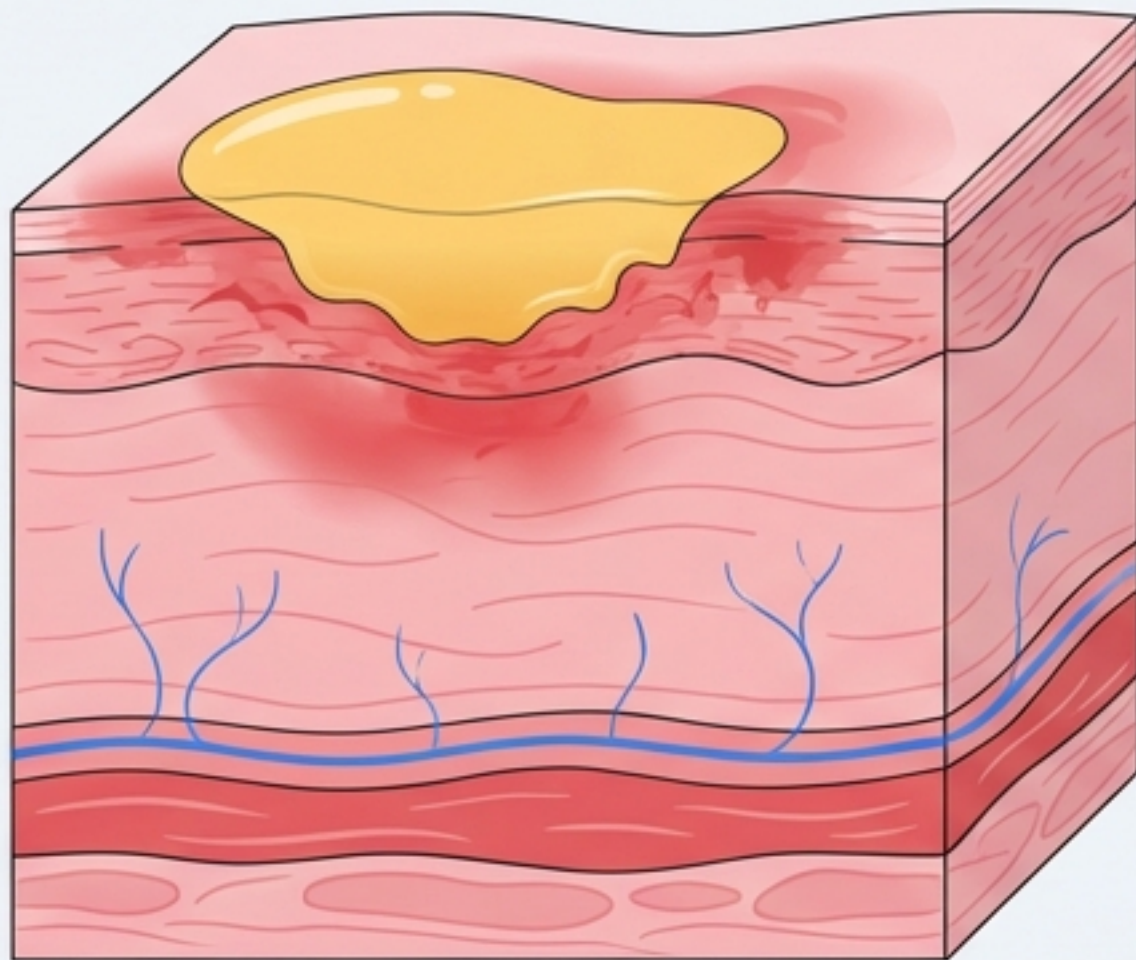
逆流性食道炎 vs NERD：決定的な3つの違い

比較項目	逆流性食道炎（びらん性GERD）	非びらん性胃食道逆流症（NERD）
内視鏡所見	「びらん」や「潰瘍」が見える	異常が見られない
主な病態	胃酸による物理的な粘膜損傷	食道過敏症や複雑な要因
薬（PPI）の効果	高い効果が期待できる	効果は比較的低く、約50%に留まる

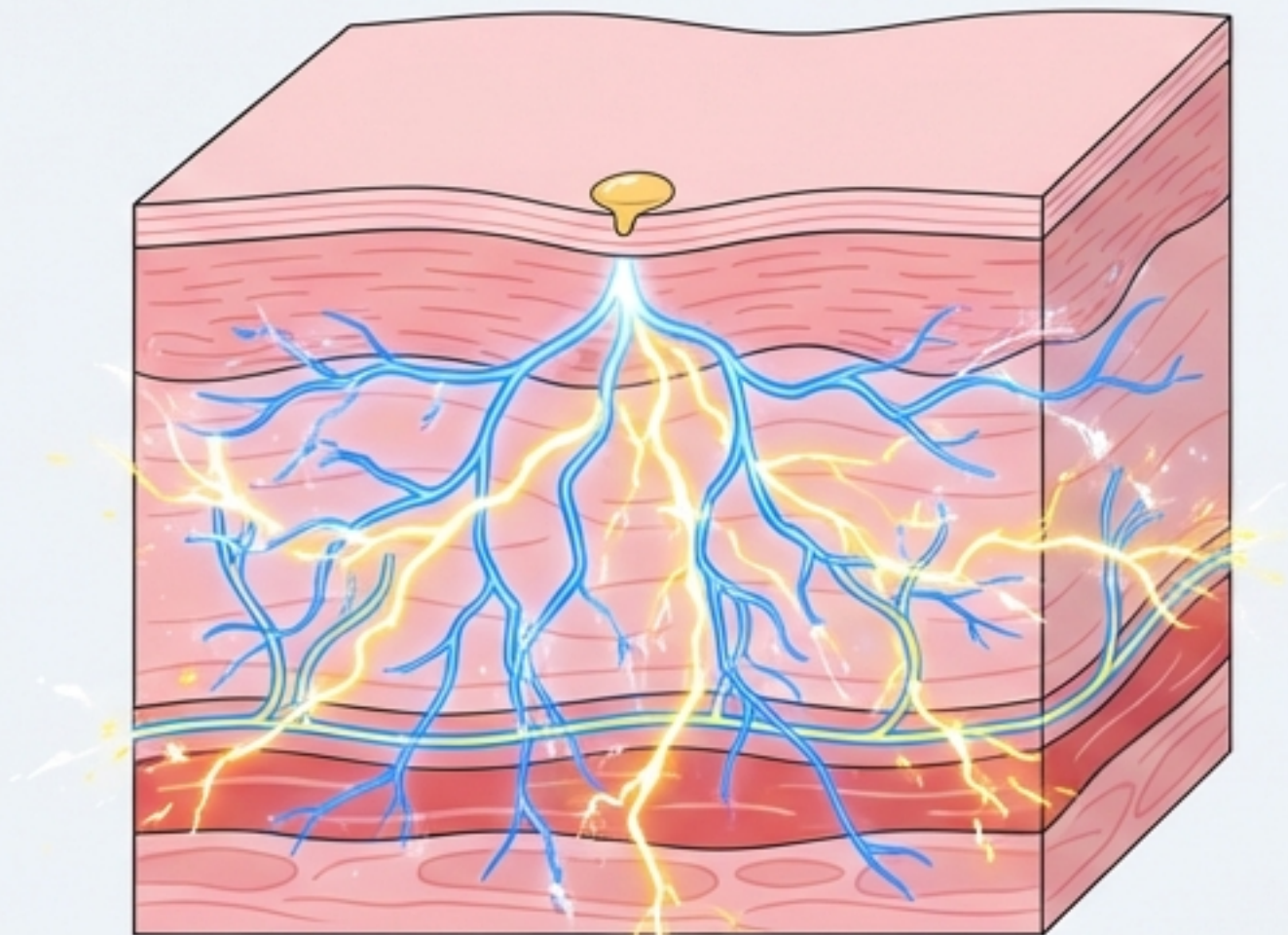
なぜ炎症がないのに痛むのか？ 「食道過敏症」の正体

The Iceberg Concept.

通常 / びらん性



NERD / 知覚過敏



食道過敏症：粘膜が酸に対して過敏になり、ごく少量の逆流や、温度変化・物理的刺激でも強い痛みを感じてしまう状態。

「太っていないから大丈夫」とは限りません。



びらん性GERD

- BMIが高い傾向
- 食道裂孔ヘルニアが多い



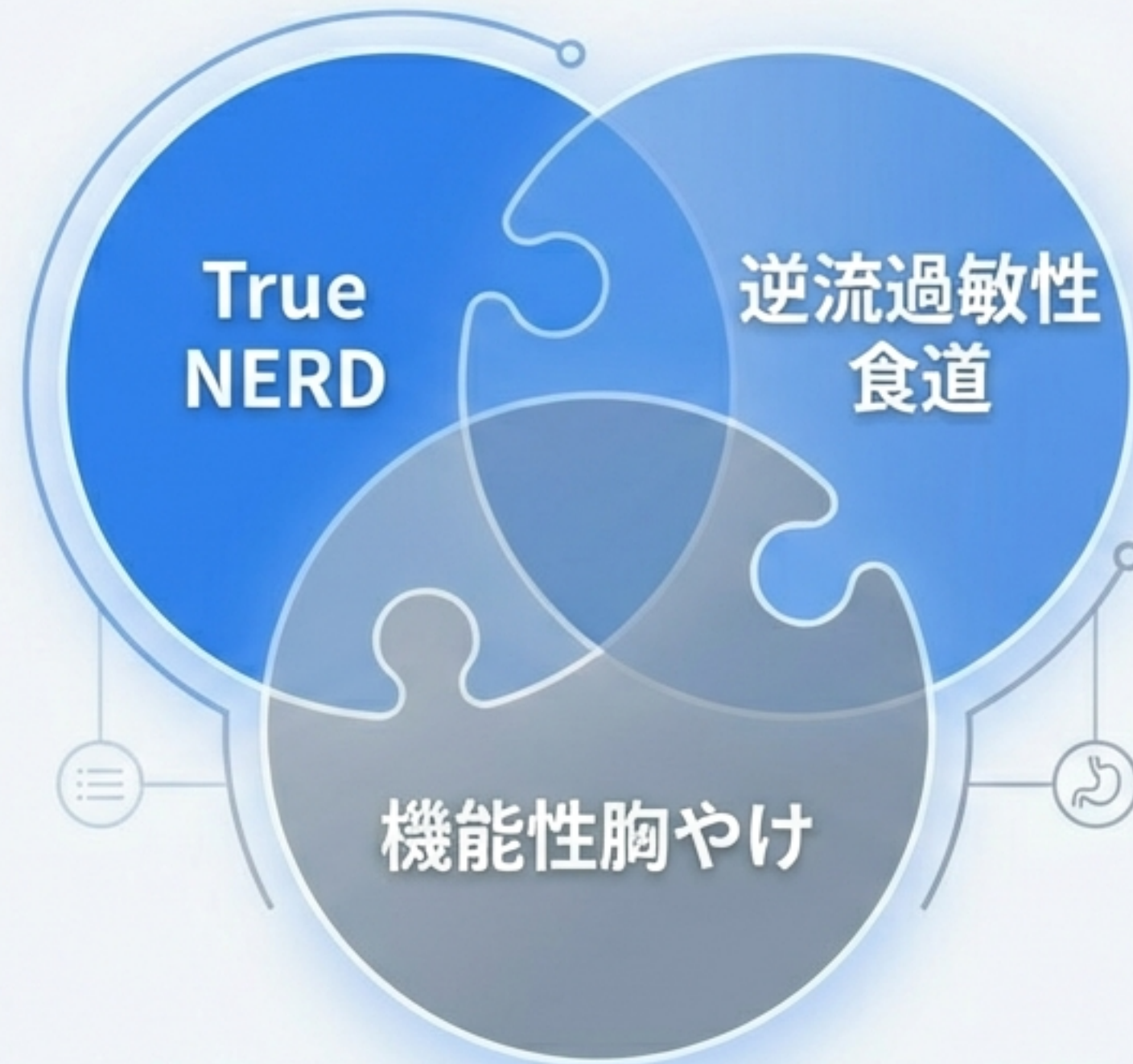
NERD

- BMIは低い傾向
- ヘルニア合併が少ない

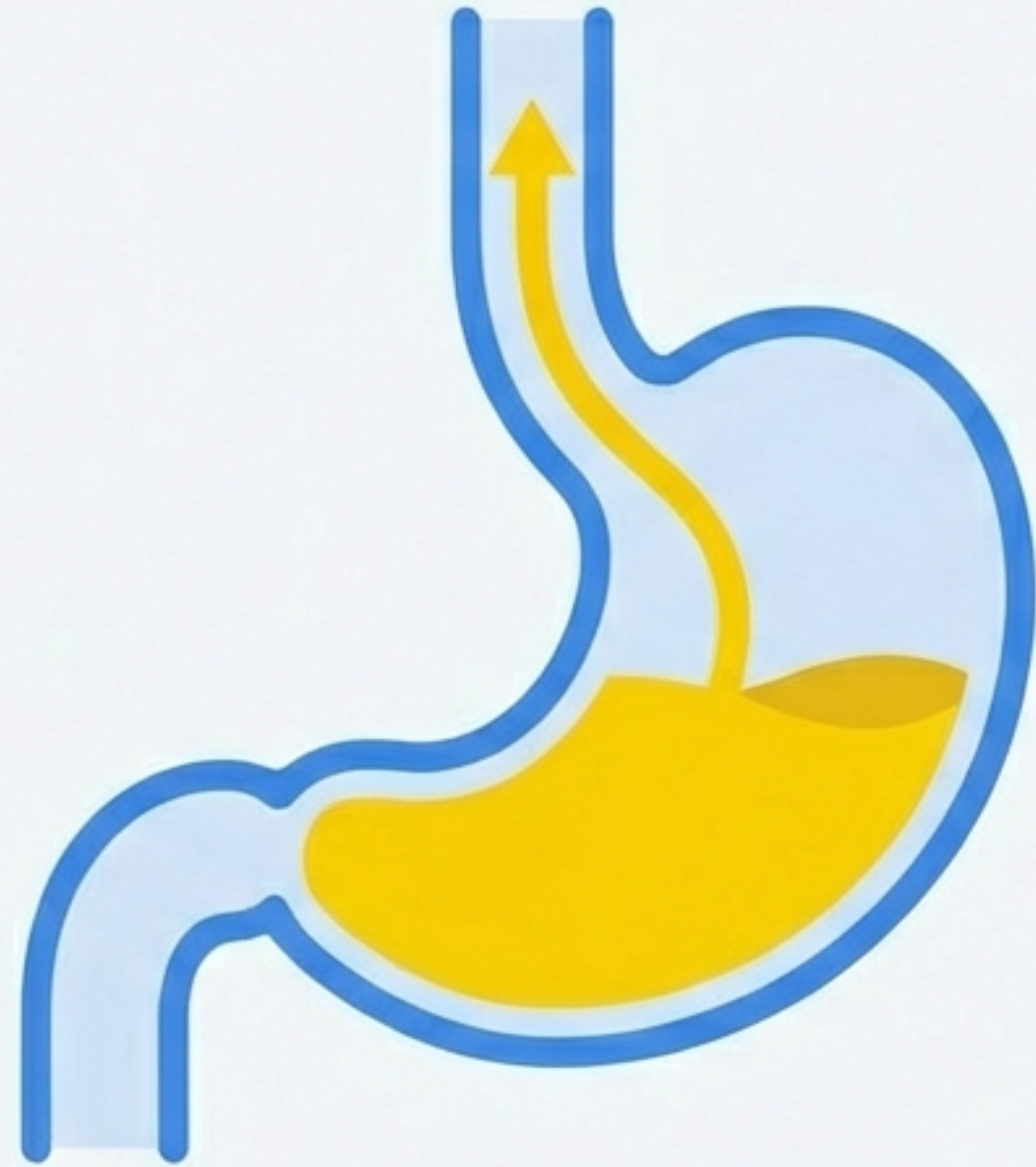
NERDは体型や構造的異常に関わらず発症し、QOL（生活の質）を著しく低下させます。

NERDを複雑にする「3つのサブタイプ」

内視鏡で異常がない患者さんは、精密検査によってさらにこの3つに分類されます。
あなたのタイプはどれでしょう？



タイプ1：True NERD（トゥルーナーード）



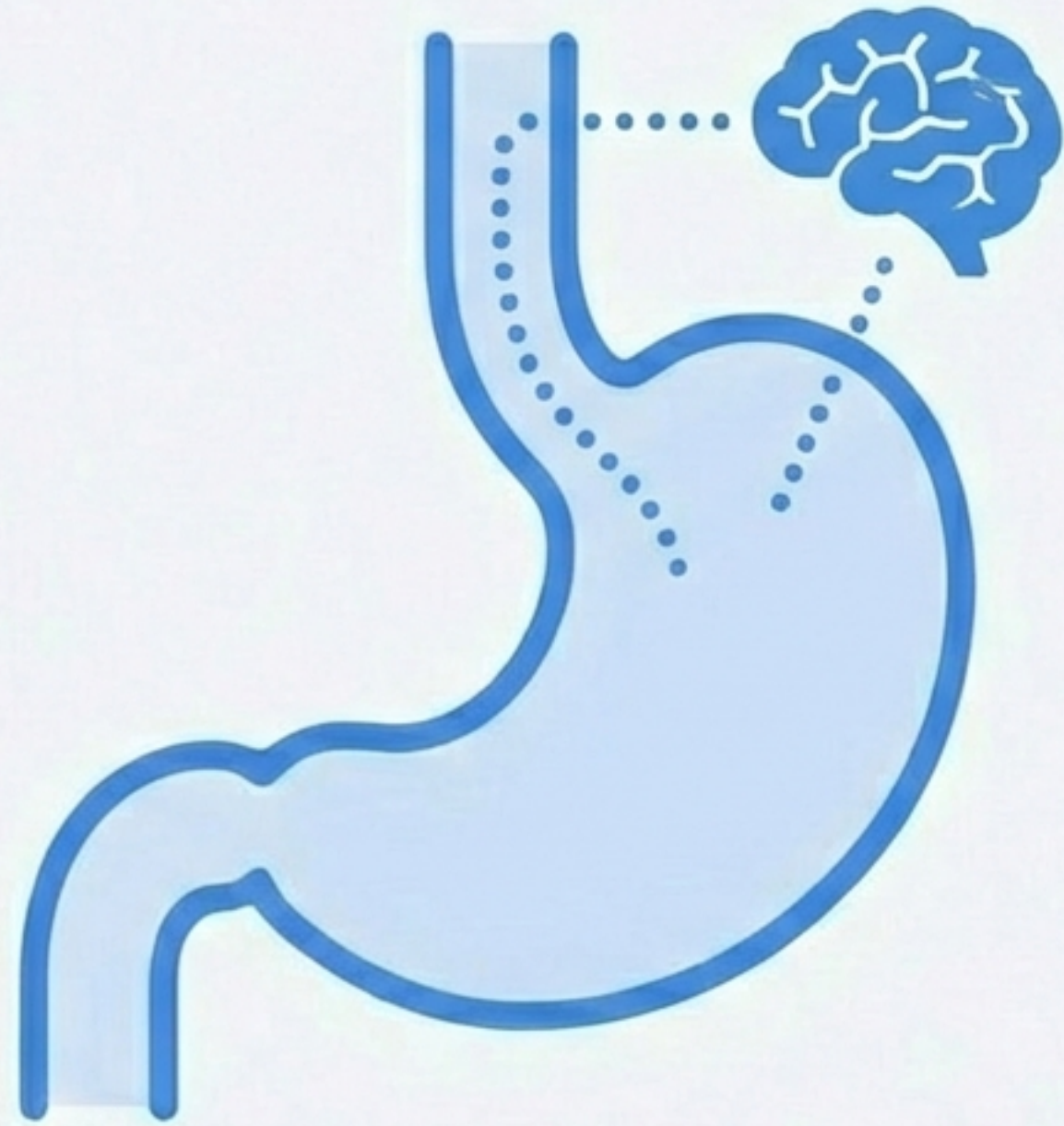
- **定義:** 実際に胃酸が逆流していることが検査で確認できるタイプ。
- **状態:** まだ粘膜に傷はついていないが、酸の攻撃を受けている。
- **メカニズム:** 酸逆流 + 酸感受性亢進。
- **治療のヒント:** 胃酸を抑える薬（PPI）が比較的効きやすい。

タイプ2：逆流過敏性食道（Reflux Hypersensitivity）



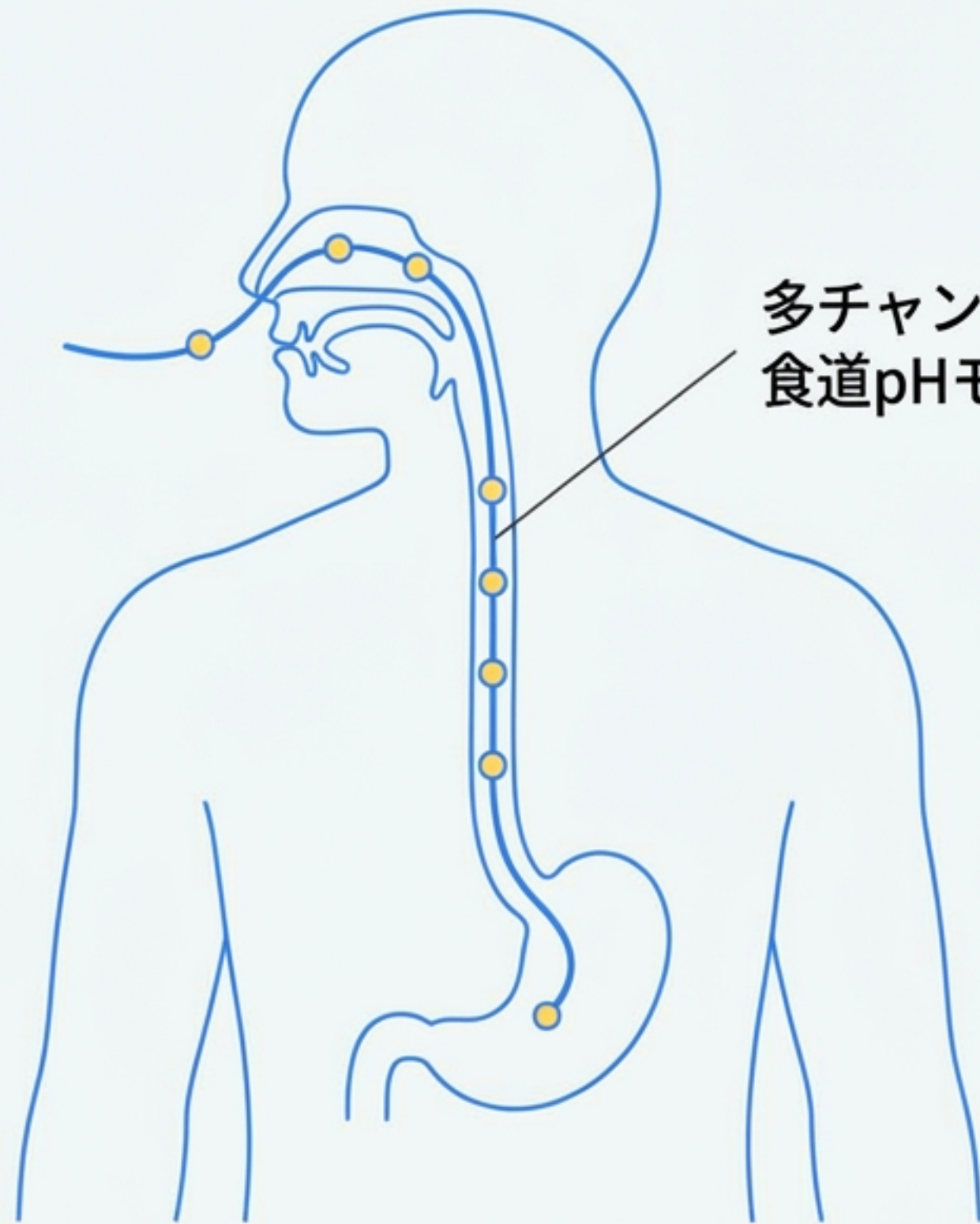
- **定義:** 逆流は正常範囲内～ごく軽度。
- **状態:** それなのに、食道が過敏に反応して強い痛みを感じる。
- **メカニズム:** 「食道過敏症」が主な原因。わずかな刺激が引き金になる。
- **治療のヒント:** 酸を抑えるだけでは不十分な場合があり、知覚過敏への対策が必要。

タイプ3：機能性胸やけ（Functional Heartburn）



- **定義:** 精密検査でも胃酸の逆流が確認されない。
- **状態:** 逆流とは無関係に症状が出る。
- **メカニズム:** 食道の運動機能異常、心理的要因（ストレス）、脳腸相関の異常。
- **治療のヒント:** PPIの効果は限定的。ストレスケアや漢方薬などが検討される。

胃カメラで見えない真実を見つける「精密検査」



多チャンネルインピーダンス・
食道pHモニタリング

24時間の酸性度 (pH) と逆流の有無を記録。、
「本当に酸が逆流しているのか？」
「逆流していないのに痛いのか？」を
客観的に判定します。

※当院で行えない場合は専門機関での精査が必要となります。

なぜ「いつもの胃薬」が効かないことがあるのか？

NERD患者へのPPI奏効率

50%

原因が「酸の量」ではなく「知覚過敏」や「ストレス」にある場合、酸を抑えるだけでは症状が取れないからです。

酸以外の液体（十二指腸液など）が逆流している可能性もあります。

薬物療法・漢方・生活習慣：多角的なアプローチ



薬物療法の工夫

飲み方の見直し、P-CABなどへの変更、消化管運動改善薬、抗不安薬（微量）など。



漢方薬

「半夏瀉心湯」など。ストレスや胃腸の働きを整える。



生活習慣

食事（低脂肪・腹八分目）、食後すぐに横にならない、ストレス管理、十分な睡眠。

痛みは「見えない」けれど、解決策はここにあります。

- ✓ **NERDは日本のGERD患者の過半数を占める、QOLを低下させる病気です。**
- ✓ **タイプ（True NERD / 過敏性 / 機能性）によって最適な治療は異なります。**
- ✓ **薬が効かない場合も、漢方や生活改善など多くの選択肢があります。**

**一人で悩まず、消化器内科の専門医にご相談ください。
あなたの胸やけの「本当の原因」を一緒に探しましょう。**