



“胸やけ”に悩んでいませんか？
胃酸が上がって“胸やけ”をする病氣
「胃食道逆流症」が注目されています

胃食道逆流症GERD（ガード）とは・・・
どんな病氣？

胃食道逆流症とは、「胃の中の物が食道に逆流することによって起こる病氣」ということです。胸やけを始め、いろんな厄介な症状を起こします。そんな人の食道を覗いてみますと、実際にただれの強い食道炎のこともあれば、一見何も無い人までいろいろです。食道には病変がほとんどないのに胸やけで悩んでいる人も多く、食道炎の程度と症状の強さはあまり関係ないと言われています。強い炎症があるのに症状の訴えが弱かったり、その逆だったりすることがよくあります。それで、逆流による症状の訴え、もしくは逆流による食道の炎症所見のどちらか一方でもあれば、私たちは「胃食道逆流症」略称GERD（ガード）と診断して治療します。近年、高齢化や脂肪食などの食生活の欧米化などに伴い、この「ガード」が非常に増加し注目されてきています。ガードの治療には、患者さん自身が病氣のしくみを理解し対策をとるのが重要ですので、そのことを中心に解説します。

食べたものが食道に逆流しない訳

食道と胃のつなぎ目付近には複雑な逆流防止の仕組みがあります。専門的には面倒くさい名前がついていますが、胃の入り口「噴門」付近の機能です。普段は、この動きで噴門は閉じていますが、食べ物を飲み込むと反射的にここが数秒間緩んで、食べ物を胃の方へ通してやるのです。

胃は大量の胃液を出しています。自分の体から出たものだからマイルドなものであろうと思う人もいるでしょうが、とんでもありません。その正体は塩酸と強力な蛋白分解酵素の溶液です。ですから胃の中は、強い酸を使って食物をドロドロに分解していく工場のようなものです。実は、胃の粘膜には、胃液から自分を守るしっかりした防御能があり、食べ物は溶かしながら自分は溶かされません。胃粘膜が障害を受けて防御能が損なわれると、その部分は胃液にやられて次第に大きな穴が“ほげで”いきます。これが胃潰瘍です。ところが、食道はこの防御能を持ちませんから、胃液が逆流すると傷害されます。しかし、食べ物が通過すると噴門はすぐに閉じるので、このとき胃液は逆流しないのです。

なぜ胃液が逆流するようになるの？

噴門は食べ物を飲み込むときだけ緩むのでしょうか？実は、胃が強く膨らんで内部の圧が上がってくると時々一過性に緩みます（ゲップのメカニズム）。この“一過性弛緩”は主に食後に見られ、噴門は嚥下時よりゆっくりと閉じ、空気と一緒に胃液が逆流することがあります。ガードでは健康者に比べこの胃液逆流する率が高いので

す。軽症ガードの胃液逆流はほとんど一過性弛緩時に起きています。

逆流防止の部分に明らかに障害があれば、噴門の閉じる力が落ち、胃の回りの腹圧が上がった時に簡単に胃液が逆流するようになりますし、さらに機能不全の状態になれば、噴門はほとんど閉じなくなり、昼夜を問わず持続的に逆流する様になります。重症ガードでは、このような逆流の仕方が加わってきます。

症状は？

胸やけやすっぱいものが上がるといった食道関連の症状以外に、狭心症のような胸痛・慢性の咳・喉の違和感や声のかすれ、さらには夜間の症状による睡眠障害など多岐に渡ります。また、食道下部の特殊な癌の原因になります。ガードは良性疾患ですが、不快な身体症状に加え、社会生活や心理面への影響から「生活の質QOL」が非常に低下する疾患として注目されています。それだけ悩ましい病氣ということですが、反面うまく治療すれば、大いに生活の質が改善するとも言えるのです。

対策は？（手術が必要なこともあります、今回の話からは省略します）

ガードと診断したら、通常、薬をのんでもらいます。並行して以下のような生活改善をします。一過性弛緩を起こす食行動は控えます。炭酸飲料・早食い（空気を一緒に飲み込んでしまう）・暴飲暴食・高脂肪食などです。また、腹圧がかかると逆流しやすくなりますので、前かがみ姿勢（草むしりは姿勢を工夫しましょう）はなるべく避け、便秘や肥満の改善に取り組み、食後は“一過性弛緩”が起きるので、横にならないようにします。

以上、症状発現のしくみと対策について解説しました。他の疾患の除外や食道裂孔ヘルニアをはじめ食道病変の判定なども重要です。気になる方は医師に相談してください。



地域医療センター所長 市原明比古（内科）

歴史調査の楽しみ方

江栗城跡

22

大田幸博

（元・菊水町史編纂委員会副委員長）

町

作成の地形図（縮尺2千5百分の1）で江栗城跡を見ると、かなりのインパクトがあります。北方向から南下してきた低山が字名「城尾」の地内（標高53m）に入る個所で極端に括弧を括弧で、南縁は菊池川の沿岸に接します。地形図で、その範囲を概算すると、少なくとも東西の長さ260m、南北120mの規模になります。地形の括弧個所には、堀切が埋没していると思われれます。常識的には、この「城尾」地内が江栗城跡です。

今回、江栗城跡調査を始める時、益永浩仁文化係長と綿密な計画を練りました。それは、「堀切を挟んだ北側の地形は、城跡の縄張り」と全く無関係なのだろうか？と、以前から気になっていたからです。

先の菊水町史編纂時期の際は、調査期間も限られていましたので、「城尾」個所の概略調査に留まった経緯があります。

そこで、堀切から北側の山の中を、徹底的に歩きました。その結果、城地を構成する低山は、基本的に帯状地形の尾根である事が判明しました。堀切から程なくして、尾根は一旦、小山地形になり、そこから、さらに西側へ小尾根が張り出していました。端部は、これまた、小山で、裾部に至るまで造成されていました。どう見ても、西端の

I郭は、「詰めの城」です。

尾根は、これから再び、帯状地形となつて、北側へ長く延びていきました。北端部分の見極めが非常に難しかったのですが、もうこれ以上、縄張りは延びないであろうという所まで、調査の手を広げました。そこは、尾根の括弧部で、西側と北側で、大きな迫地が食い込んでいました。地形の大きな変化点で、「城尾」からは、長さ600mにも達しました。

結論として、江栗城跡の縄張りは、「城尾」区域が「真の城域」で、その北側の尾根が「外縁地区」であるとの結論に達しました。外縁地区には、「詰めの城」も含む考えです。この様に考えないと、城跡の縄張り成立しないのです。「堀切から先は、城外です」と言い切ることは、到底、出来ません。江栗城跡では、この事がはっきり言える状況にありました。

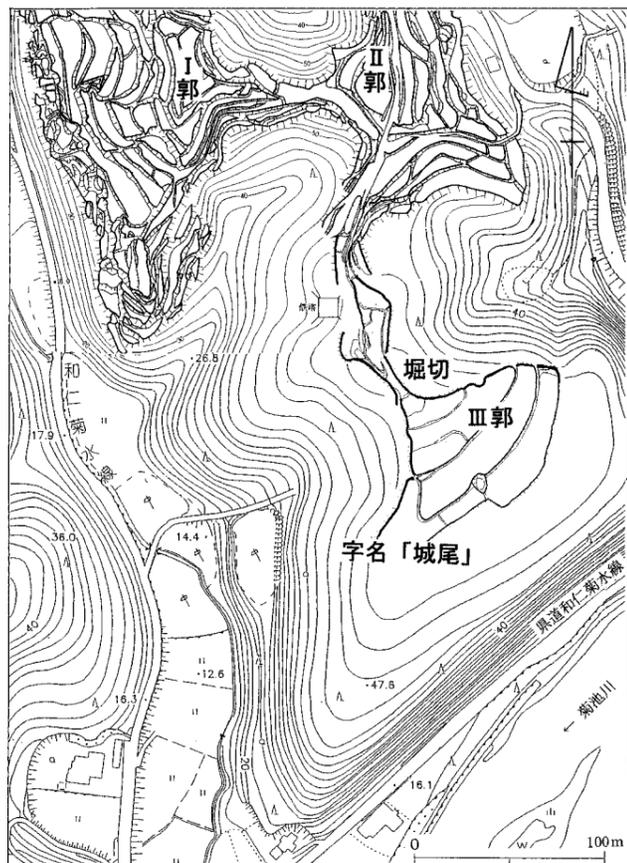
【参考資料】志口永城跡

この城跡は、丘陵地（本体）から東側に突出した派生尾根に築かれています。入口は、江栗城跡よりも、もっと極端で、尾根筋は、やせ馬の背中の様な地形をしています。両側は、小谷です。ここを渡り切ると小山の地形で、城内となります。「真の城域」の縄張りの展開は、江栗城跡と良く似ていますが、「外縁地区」にあたる個所は、

ただ広い丘陵地の本体ですから、その様子が全く分かりません。「外縁地区」は無いかもしれません。

【小結】

江栗城跡は、田中城の代りとなる様な本城クラスの山城です。一方、志口永城跡は、些クラスの丘陵で、両者を、そのまま比較は出来ませんが、「真の城域」のあり様は全く同じで、「外縁地区」の様子が異なる事例として注目されます。



江栗城後 城尾周辺地図



志口永城跡全体図