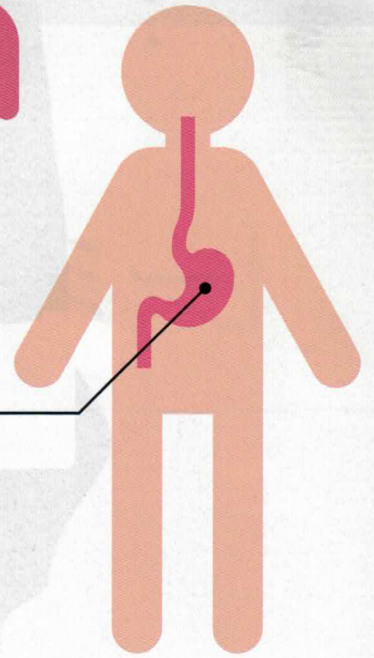


# 臓器のはなし



今月は **胃** ①

## 強烈な酸によって タンパク質を消化

**胃酸によって胃自体が  
溶けないのはなぜ？**

食道を通過した食べ物が、最初にたどり着く消化器が胃です。袋のような臓器で分泌された胃液と食べ物混ぜる、肉や魚といったタンパク質などの消化が行われます。食後に胸やけがしてゲップをする

とがあります。それは胃液で、強力な酸性を示す胃酸が含まれています。その胃酸が大きな塊のタンパク質を細かく分解し、消化吸収の第一段階の役割を担っているのです。

胃酸の主成分は、劇物として知られる塩酸。ですから、胃酸が胃袋から流れ出て消化管を傷つけないように、食べ物が通過する胃の入口・出口は、きつく閉まる構造になっています。また胃自体がタンパク質から作られる筋肉なので胃酸によって溶けそうですが、実際には溶けません。胃の粘膜層を覆うように分泌される粘液のおかげです。食べ物が胃に入ってくると多量の粘液が分泌されて、胃酸が胃の表面に直接触れないように守ってくれるわけです。

**胃は伸縮自由な風船  
膨らましますぎはダメ**

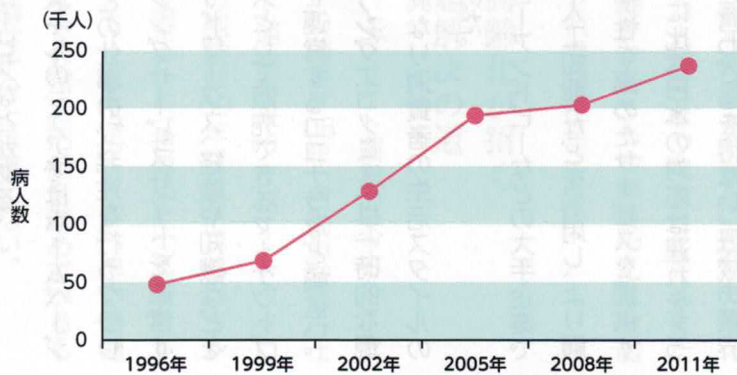
胃の入口部分の閉まりが悪くなると起きる症状が、胸やけです。通常、胃は横隔膜（呼吸運動を助ける筋肉）の下にあるのですが、胃の一部が横隔膜の上に入り込む食道裂孔ヘルニアになると、入口が開きやす

食道へ上がりやすくなり、食事をしたあとにすぐ横になれば、重力によって胃酸が食道内へ逆流し、胸やけがします。これを「逆流性食道炎」と呼びます。それが原因で胃酸に侵食されれば、食道の粘膜が傷つく炎症、食道炎が起きるのです。そういった症状のある方は、食後に食べ物がちゃんと消化されて十二指腸へ下るまで、1時間ぐらいいは横にならず、座って安静にしてください。

胃は、たとえるなら筋肉でできた風船です。糖尿病の患者さんはたくさん食べる傾向があるので、胃が膨らんで過食になりがちです。逆にダイエットをして食事制限をすると、食べられる量が減ります。胃が収縮して小さくなるからです。

「食べて蓄える」のは、人間が生きるための本能。そう考えると胃袋を大きくすることは大事でしょう。しかし現代は飽食の時代、過食・肥満につながり、生活習慣病に…。お相撲さんなど、身体を大きくするためにはたくさん食べなければならぬ。スリットは例外です。一般の方の、胃を大きくするような食行動は推

### 逆流性食道炎の病人数の推移



出典:厚生労働省「患者調査」より

監修

**浅海 直**  
あさうみ すなお  
医療法人社団  
平成医会 産業医



1993年千葉大学医学部卒。2007年12月まで松戸市立福祉医療センター東松戸病院(内科副部長)、2008年1月より板橋区役所前診療所に勤務。専門分野は糖尿病、脂質異常症、甲状腺疾患等の代謝・内分泌疾患および老年医学。