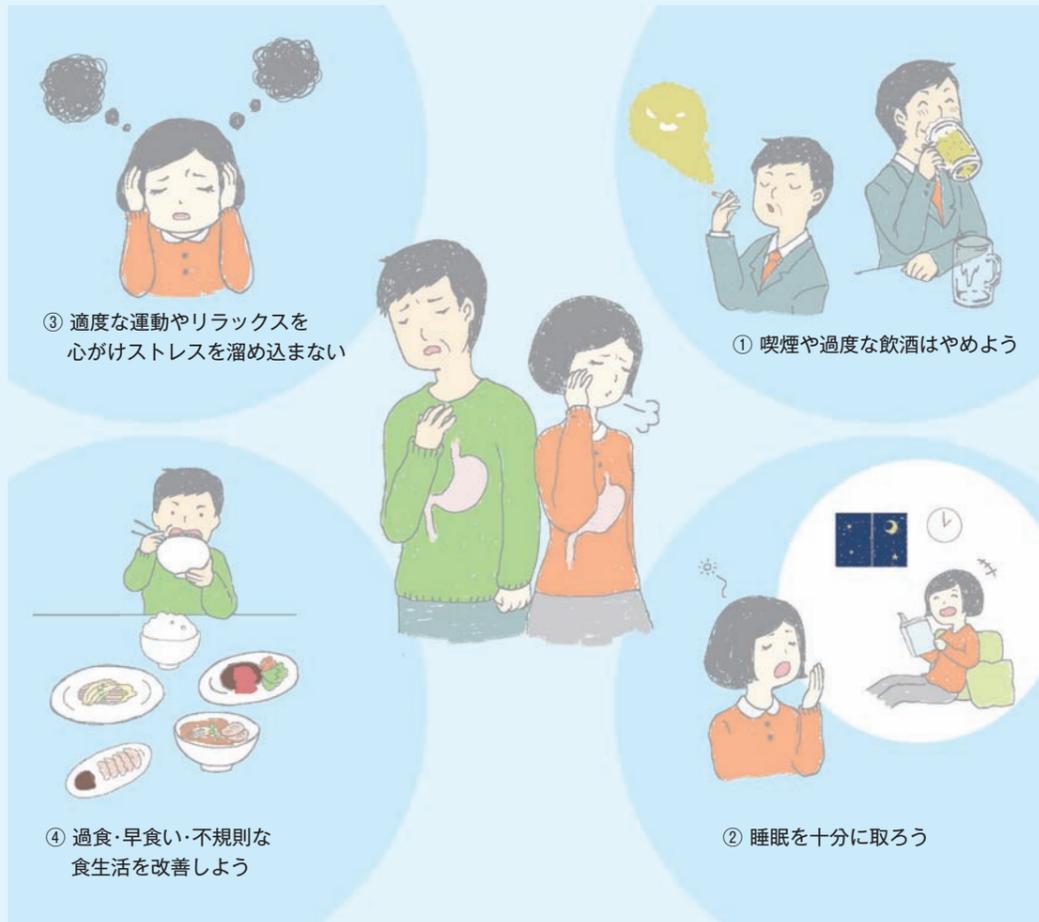


教えて先生!
健康講座

元気な胃を取り戻そう
機能性ディスペプシアにならないために



① 喫煙や過度な飲酒はやめよう

② 睡眠を十分に取ろう

③ 適度な運動やリラックスを心がけてストレスを溜め込まない

④ 過食・早食い・不規則な食生活を改善しよう

「最近すぐにおなかがいっぱいになってしまふ。胃もたれもあるし…」こんな症状に心当たりはありませんか。不調を感じたら、迷わず医療機関を受診しましょう。胃潰瘍や逆流性食道炎、あるいは胃癌の早期発見につながるケースも少なくありません。またピロリ菌の検査で感染が確認されれば、保険診療での除菌療法を受けることも可能です。しかし中には、上記のような胃の症状があるにもかかわらず原因がみつからないことも。その場合「機能性ディスペプシア」の疑いがあります。

機能性ディスペプシアってどんな病気ですか？

「機能性ディスペプシア」の主な症状は、「食後のもたれ感」「早期飽満感」「みぞおちの痛み」「みぞおちの焼ける感じ」です。日本人の4人に1人は「機能性ディスペプシア」という調査結果もあり、

最近すぐおなか一杯になってしまふ



さくら胃腸科内科クリニック
院長 細江 伸央
(ほそえのぶお)

誰もがかかる可能性のある病気です。この病気の原因は、近年に確立。それまで患者の多くは「慢性胃炎」や「神経性胃炎」と診断されてきました。本来「胃炎」とは、胃の粘膜に炎症が起きている状態を指します。ところが、胃炎があっても症状がない、逆に症状があっても胃炎が認められない場合も多々あります。そこで、症状があっても異常が認められない場合、炎症のあるなしにかかわらず「機能性ディスペプシア」と呼ぶようになりました。

治療法はあるのですか？

まずは生活習慣を改めることです。過食や早食い、不規則な食生活、喫煙や過度のアルコール、過労、睡眠不足を改善するように。また、ストレスを溜めないよう心がけましょう。

薬物治療では、主に胃酸の分泌を抑える薬剤や消化管運動機能改善薬、漢方薬などが症状に応じ処方されます。

「年齢のせいだろう」「このくらい大丈夫」などと自己判断せず、症状に気づいたら、すぐに受診することが肝心です。気になることは遠慮せず医師に相談し、根気よく治療に取り組みましょう。

あなたのギモンにおこたえします



Q 1ヶ月以上保存可能なロングライフパンがありますが、どうしてそんなに長く保存できるのですか。

A ロングライフパンは何種類かありますが、おもに「パネトーネ種」などの特別な酵母が使われています。このパンは、ふつうのパンより「水分が少ない」「発酵時間が長い」「酸度が高い」という特徴があります。そのことが、微生物を発生させにくく、細菌の生育を抑えるという働きにつながっています。保存料を使って賞味期限を長くさせているわけではなく、自然の力を活かした製造方法によるものです。



コモの毎日クロワッサン 10個
本体価格 610円
税込価格 658円
企画予定 ▶ 4月2週・4月3週・4月4週

パネトーネ種とは？

パネトーネ種は、100年以上前から伝統的に受け継がれている特別な酵母です。世界でもイタリア北部にしか生育しておらず、デリケートかつ大変めずらしい複合酵母です。パネトーネ種には、生地1gあたり1億個以上もの乳酸菌が息しています。この乳酸菌は小麦粉に含まれる麦芽糖を食べて繁殖し、パネトーネ種酵母と上手く共生しています。

VOICE



クリーニング屋さんのエリそで洗剤 70g
本体価格 426円
税込価格 460円
企画予定 ▶ 6月1週

改善後
スポンジ付キャップを外した状態で、本体とともにケースに収めて、お届けするようにしました

改善前
スポンジ付キャップをあらかじめ付けた状態で、お届けしていました

この商品には、外ふた、スポンジ付キャップ、中栓の3つのキャップがついており、最初にお使いいただくときは、中栓を外してからご使用いただけます。これまで3つとも装着した状態でお届けしていましたが、「外ふたとスポンジ付キャップが同時に回る」原因になっていました。今回、スポンジ付キャップははずした状態でお届けするように変更したことで、スポンジ付キャップをまっすぐに装着しやすくなり、「外ふたとスポンジ付キャップが同時に回る」問題が改善しました。

組合員さんの声

ふたを取る際、外ふたと一緒にスポンジ付キャップも外れてしまいます。汚れがよく落ちる洗剤で重宝していますが、使いづらいのでなんとかならないでしょうか。

「クリーニング屋さんのエリそで洗剤」
ふたの部分を改善しました！

組合員さんの声で
開発改善

