

※ 11月上旬にお送りした「大草FAX通信」の続きになりますので、併せてご覧ください。

コロナ禍で増加した「機能性ディスぺプシア」の原因「ストレス」とは

◆ 2021年3月に厚生労働省が発表した「新型コロナウイルス感染症に関わるメンタルヘルスに関する調査 インターネット調査 報告書」の内容を一部抜粋してご紹介します。

・メンタルヘルスの状況 2020年4～5月の期間、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、「そわそわ、落ち着かなく感じた＝31.1%」「神経過敏に感じた＝26.9%」。性年代別にみると、女性の30歳代、40歳代で「そわそわ、落ち着かなく感じた」人の割合が4割を超えており同年代の男性と比べても高い結果となっています。

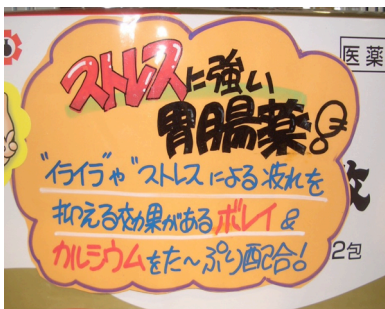
・不安の対象 「自分や家族の感染への不安＝67.6%」「自粛等による生活の変化に対する不安＝32.3%」「生活用品などの不足への不安＝28.4%」。女性50歳代、60歳代で「自分や家族の感染への不安」をあげる人が約8割にのぼる。産業別にみると、「自分や家族の仕事や収入に関する不安」をあげる人の割合は、[宿泊業、飲食 サービス業]の54.2%が最も高く、[生活関連サービス業、娯楽業]の43.8%が続いている。

・食事の量や睡眠時間などの変化 各年齢層のうち、50歳代と60歳代のデータでは、50歳代は、「食事量＝減少6.0% 増加10.9%」「睡眠時間＝減少9.6% 増加8.8%」「運動量＝減少36.1% 増加5.3%」「飲酒量＝減少8.6% 増加10.7%」「喫煙量＝減少2.1% 増加4.9%」「カフェイン量＝減少4.0% 増加12.0%」「ゲームをする時間＝減少2.2% 増加12.0%」となっており、60歳代のデータは「食事量＝減少5.4% 増加7.6%」「睡眠時間＝減少9.8% 増加6.1%」「運動量＝減少39.1% 増加4.7%」「飲酒量＝減少8.0% 増加9.8%」「喫煙量＝減少1.2% 増加2.6%」「カフェイン量＝減少3.4% 増加8.4%」「ゲームをする時間＝減少1.6% 増加10.9%」となっている。

◆まとめると、男性よりも女性の不安感（ストレス）が高い傾向にあり、特に50～60歳代の女性で感染への不安が強い。また、50～60歳代（男女合計）では「食事量が増加」「睡眠時間が減少」「運動量が減少」「喫煙量やカフェインの摂取が増加」などの傾向がみられます。上記の項目は全て「胃腸に負担」となり、「機能性ディスぺプシアの原因」ともなります。

機能性ディスぺプシアには症状により、大きく二つのタイプに分けられます

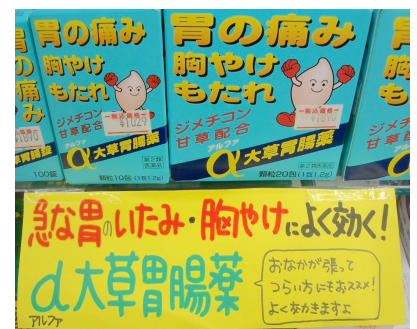
1 「食後愁訴症候群」食後の胃もたれや、少量の食事でお腹が張り食べられない。



「大草胃腸散・分包・顆粒・錠剤」

健胃作用のある生薬を主剤とし、これに消化に大切な働きをする胆汁エキスを加え、さらに胃酸中和作用をもつ沈降炭酸カルシウム、ケイ酸マグネシウムを加えた胃腸薬です。

2 「心窩部痛症候群」みぞおちの痛みや焼ける症状が、食後だけでなく空腹時にも。



「アルファ大草胃腸薬・顆粒・錠剤」

弱った胃腸の働きを高める健胃生薬を主剤に、消化を助ける消化薬、過剰な胃酸を中和し胃壁を保護する制酸剤、痛みを和らげる鎮痛・鎮痙薬、胃内のガスを取り除く消泡剤等を配合した胃腸薬です。