



2025 年 8 月 20 日

大正健康ナビ、8/20 新着情報

体からの大切なサインを見逃さないで！「みぞおちの痛み」を公開！



大正製薬株式会社が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ (<https://www.taisho-kenko.com>)」では、8 月 20 日に「みぞおちの痛み」を新着公開しました。

みぞおちの痛みは、胃の痛みだと思われることが多いですが、みぞおちの周囲には胃だけではなく、心臓や脾臓（すいぞう）、胆のうなど、様々な臓器があり、他の臓器の病気が隠れていることもあります。飲み過ぎ・食べ過ぎなど、胃痛の原因が思い当たらない時や、突発的な痛みがある場合などは、そのまま放置しないことが大切です。

本記事では、原因から予防法まで、臓器別に詳しく医師が解説しています。いざというときに適切な対処や予防ができるようにしていきましょう。

機能性ディスペプシアとは？

みぞおちの痛みを感じた際に、まず考えられる原因として挙げられるのが、胃そのものや消化器系に関連する疾患です。日々の食生活やストレスが影響することも少なくありません。

しかし、内視鏡検査などで原因となる病気が見つからないにもかかわらず、胃もたれや胃痛が慢性に続く場合は、機能性ディスペプシアかもしれません。この病気は、食事をしても胃があまり膨らまないことや、胃酸への感受性が高まったりすること（胃酸過敏）で起こります。若い女性に多い傾向があり、ストレスや生活リズムの乱れが大きく影響するといわれています。

他にも、みぞおちの痛みの原因には、心臓疾患や神経のトラブル、がんといった重大な病気が隠れていることも少なくありません。

みぞおちに痛みを感じたら、体からの大切なサインだと考えましょう。サインを見逃さずに対応すれば、病気の早期発見や健康維持につながります。

専門医によるヘルスケアアドバイス

「みぞおちの痛み」

<https://www.taisho-kenko.com/disease/648/>

目次

1. みぞおちの痛みの原因
2. みぞおちの痛みの症状（原因別）
3. みぞおちの痛みの治療・対処法
4. みぞおちの痛みの予防法

監修者プロフィール

江田クリニック院長

江田 証（えだ・あかし）先生

自治医科大学大学院医学研究科修了。日本消化器病学会認定専門医、日本ヘリコバクター学会ピロリ菌感染症認定医、日本抗加齢医学会専門医、米国消化器病学会国際会員。『新しい腸の教科書』（池田書店）他著書多数。

大正健康ナビ: <https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、生活習慣病などのつらい症状、人には言いづらい悩みの原因、症状、改善や予防法をご紹介します。また、気になる症状をすぐにチェックできるコンテンツもご用意。いろいろな疑問にも専門医が分かりやすくお答えします。

大正製薬について

当社は「人々の病気を予防し、健康を増進させたい。」こうした思いから大正元年に創業しました。以来、100年以上にわたって生活者の皆さまの健康で豊かな暮らしの実現に貢献するために、病気の予防や治療、健康によりそうべく、医薬品から食品まで幅広い製品ラインアップで、皆さまのさまざ

まなニーズにお応えしてまいりました。昨今、健康意識が高まる生活者の皆さまのニーズが多様化しており、このような変化に柔軟に対応しながら高品質な製品とサービスを提供し続けることで、皆さまの健康に寄り添ってまいります。

<本件に関する報道機関からのお問い合わせ先>

大正製薬株式会社 メディア推進部 03-6382-7304
梶田 寛文 h-kajita@taisho.co.jp