



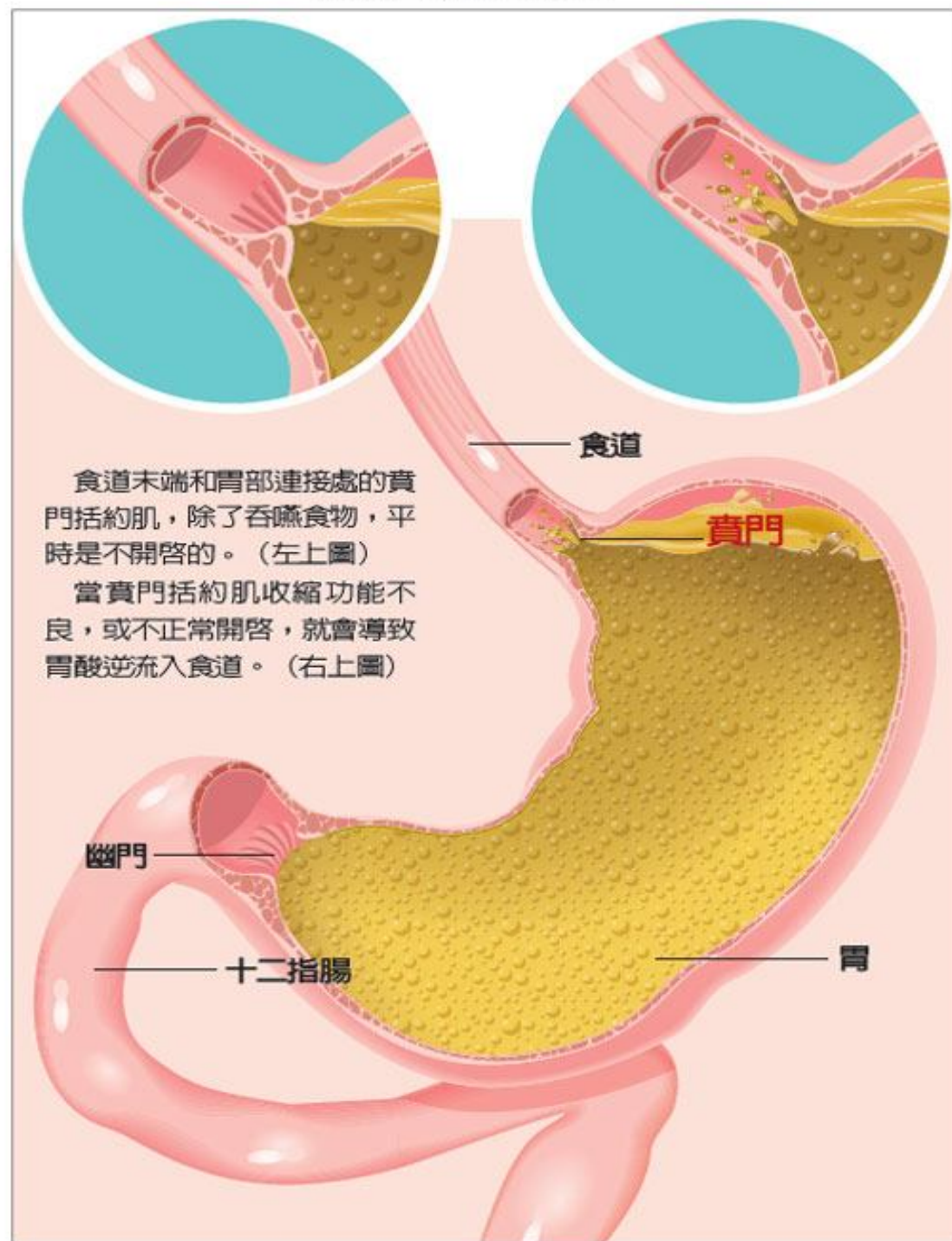
胃食道逆流介紹

霖園醫院藥劑科

什麼是胃食道逆流

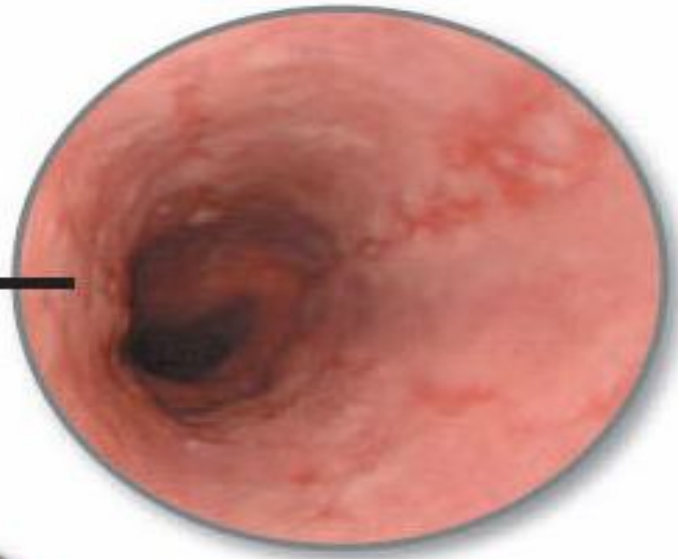
- 食道與胃之間的下食道括約肌功能異常或者食道及胃腸蠕動障礙，導致胃酸與胃內容物逆流到食道，傷害食道黏膜，造成食道的不適。

胃食道逆流示意圖

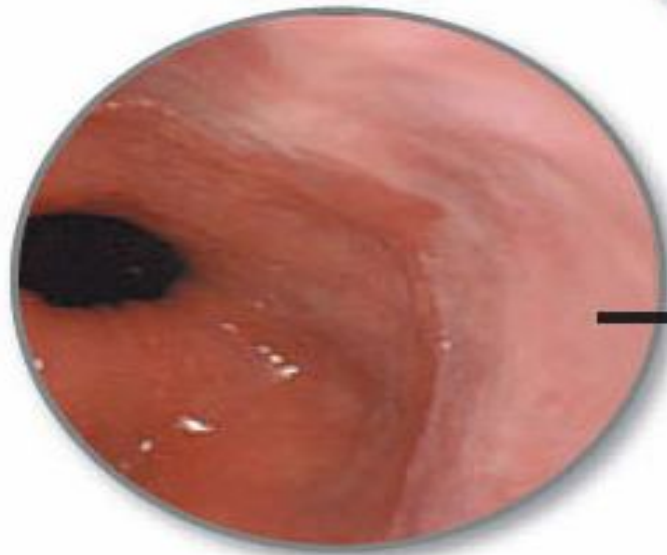


食道發炎影像

發炎の食道



正常的食道



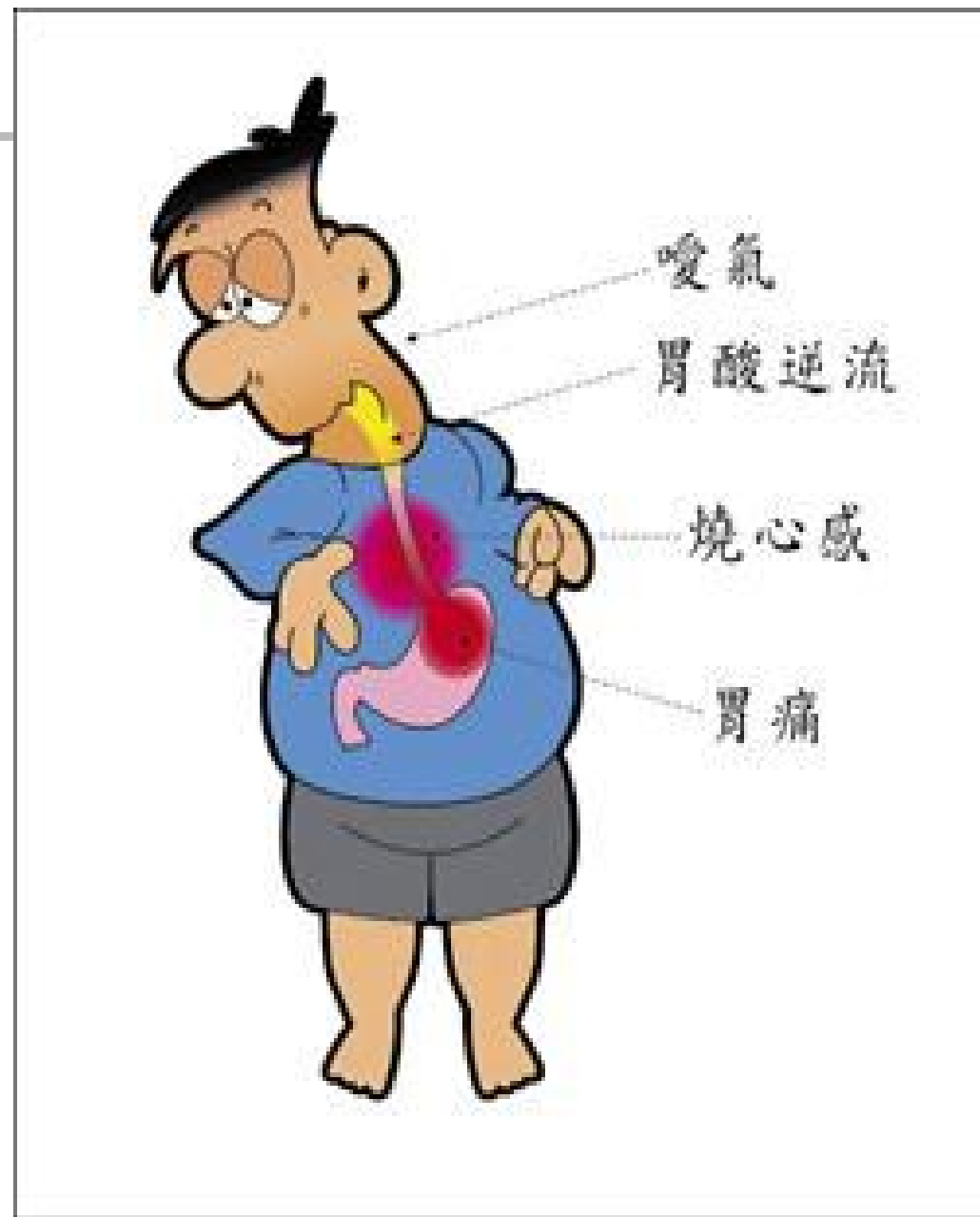


危險因子

- 肥胖、懷孕因增加腹內壓力
- 菸、酒、咖啡等會影響食道括約肌的功能
- 糖尿病患者胃排空較慢
- 暴飲暴食、吃宵夜、嗜吃甜食
- 情緒壓力

症狀

1. 心口灼熱感（俗稱火燒心）
2. 胃酸湧入喉嚨或口中
3. 吞嚥困難或疼痛
4. 反胃
5. 胸痛
6. 上腹脹、胃脹氣





治療原則

- 首重生活方式調整
- 藥物治療
- 手術治療

藥物治療-

制酸劑

- 常見藥品包括：含鋁或鎂之化合物、鎂鋁鹽混合劑、或者鈣鹽、碳酸氫鈉…等），制酸劑用以中和胃酸提升胃部酸鹼值。



藥物治療-

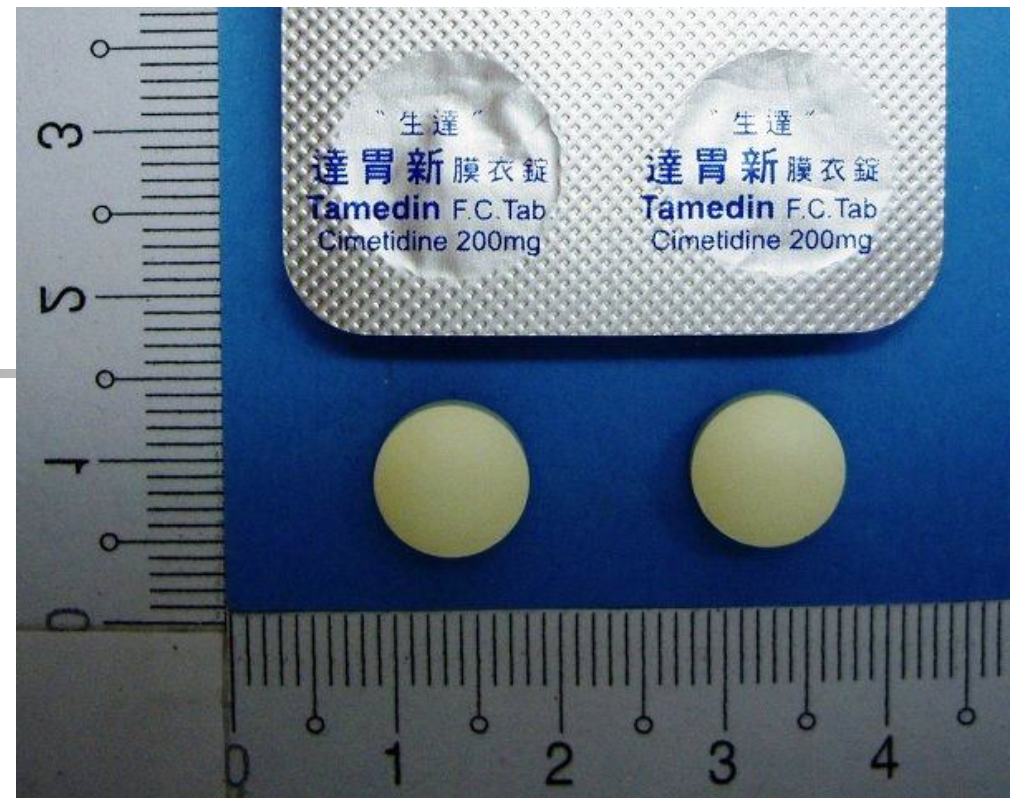
制酸劑

- 海藻酸 (alginic acid) 製劑，在胃的內容物表面會形成有高度粘性的保護層，可避免食道受逆流胃酸的傷害，也可降低逆流發生頻率。



藥物治療-胃酸抑制劑-組織胺阻斷劑

- 減少胃酸形成，對於治療輕度至中度的胃食道逆流有效
- 建議於每日早晨飯前服用



藥物治療-胃酸抑制劑 氫離子幫浦抑制劑

- 抑制胃壁細胞分泌胃酸，抑制胃酸分泌的效果長。
- 治療中度至嚴重的胃食道逆流，效果更快也更優於組織胺阻斷劑。
- 建議於每日早晨**空腹服用**，不可磨碎或嚼碎使用。



藥物治療-胃腸蠕動劑

- 對於胃排空速度較慢的胃食道逆流病人也有幫助，可加速消化、促進胃排空，避免胃酸及胃容物停留在胃中過久，通常在胃食道逆流中做為一種輔助治療。



調整生活作息與飲食習慣

調整生活作息如下：

- 維持適當體重
- 戒菸、戒酒
- 穿合身的衣物避免胃部壓力增加
- 避免彎腰提重物
- 進食後1~2小時內避免躺臥造成逆流
- 就寢時可抬高床頭10公分左右



調整生活作息與飲食習慣



適度避免下列食物的攝取

- 高脂肪食物、巧克力、酒、薄荷…
- 直接刺激食道黏膜的食物：辣、洋蔥、酸果汁、咖啡
- 增加胃酸分泌的食物：可樂、啤酒

有獎徵答

1. 肥胖容易引起胃食道逆流？ **對**
2. 右圖 **氫離子幫浦抑制劑** 藥物要空腹服用效果比較好？ **對**
3. 胃食道逆流的病人進食時，要減少刺激的食物，如咖啡、酸果汁及辛辣食物？ **對**

