

認識消化性潰瘍

一、什麼是消化性潰瘍？

消化性潰瘍是指胃、十二指腸受到胃酸的腐蝕造成黏膜受損，使黏膜層產生糜爛的狀況；常見的消化性潰瘍以十二指腸潰瘍為居多，其次是胃潰瘍。

二、造成消化性潰瘍的原因：

1. 幽門螺旋桿菌感染：目前認為幽門螺旋桿菌感染與胃潰瘍之相關性約為 60~70%，而與十二指腸潰瘍之相關性約有 90~95 %。
2. 藥物：常見引起消化性潰瘍藥物包括阿斯匹靈、類固醇、止痛劑（非類固醇抗炎藥物）等。
3. 情緒及心理壓力：憂鬱、憤怒、焦慮或悲傷等情緒，會使胃黏膜的血液循環不良，導致胃蠕動減緩及胃液分泌變少，進而導致消化性潰瘍的發生。
4. 嚴重創傷或重大疾病：嚴重燒傷、休克、敗血症等，易造成壓力性潰瘍之產生。
5. 其他：如飲食習慣不佳、暴飲暴食、嗜食辛辣、刺激性食物、進食太快、抽菸、喝烈酒、基因遺傳等。

三、胃潰瘍和十二指腸潰瘍的差別：

病症	胃潰瘍	十二指腸潰瘍
常發生的部位	胃小彎(前庭部)	十二指腸的前端(近幽門處)
胃酸分泌量	正常至減少	正常至增加
胃黏膜抵抗力	降低	正常
進食對疼痛的影響	進食後加重疼痛	飢餓時疼痛，進食可減輕疼痛

四、消化性潰瘍常見症狀：

✓ 疼痛

上腹部疼痛是常見症狀，特性為灼熱感、悶痛、脹痛、痙攣痛、疼痛持久且位置固定。疼痛與進食明顯有關。十二指腸潰瘍病人，常在飢餓時疼痛，進食後可緩解；胃潰瘍病人在進食半小時後上腹疼痛。

✓ 噁心、嘔吐

胃潰瘍患者常出現嘔吐，嘔吐後疼痛會減輕。

✓ 出血

當潰瘍腐蝕血管時，會出現出血情況，若大量出血時，會嘔吐咖啡色物或鮮血；且大便呈黑色或柏油狀，大便中可驗出潛血反應；甚至會有胃穿孔、幽門阻塞等症狀。

認識消化性潰瘍

五、檢查及治療:

1. 胃鏡檢查:可作為診斷及治療之依據,在做胃鏡檢查若有發現出血情況時則可行局部注射或電燒止血。
2. 藥物治療:
 - 制酸劑:能中和胃酸、減低疼痛及保護黏膜,如胃乳片、胃乳液等。
 - 黏膜保護劑:在潰瘍處形成一層保護膜,防止胃酸及胃蛋白酶的侵蝕。
 - 組織胺的拮抗劑:減少胃壁細胞分泌胃酸。
 - 幫浦抑制劑:完全抑制胃酸的分泌。
 - 抗生素:治療胃腸中的幽門螺旋桿菌。
3. 靜脈注射補充液體、藥物及輸血治療。
4. 外科治療:當消化性潰瘍合併出血且無法以內視鏡治療止血、或合併發生胃穿孔等合併症時,經醫師決定後可改用手術治療。

六、飲食原則及日常生活保健:

1. 吃飯要定時定量,勿暴飲暴食,進餐時要細嚼慢嚥。
2. 攝取軟質且容易消化的食物,辛辣、油炸、燒烤等刺激性食物應避免攝取;食物亦不宜過甜過鹹及過冷過熱。
3. 避免飲用含咖啡因的飲品,如咖啡、濃茶、可樂、可可亞等。
4. 戒菸、酒,抽煙喝酒者比不抽煙喝酒者容易罹患消化性潰瘍,且潰瘍不易癒合。
5. 生活規律、不熬夜,避免不必要的應酬,減少無謂的煩惱,保持心情愉快。
6. 定期返診接受治療,依照醫師指示服藥,不可自行停藥,治療的療程要完整才不易復發。
7. 不要自行亂服成藥,避免在非必要時服用類固醇類抗發炎藥物及阿斯匹靈。
8. 若有以下症狀請立即就醫:
 - 嘔吐咖啡色物或鮮血。
 - 解黑色大便或柏油樣便。
 - 進食後嘔吐,且服用胃藥仍無法改善。
 - 上腹部持續疼痛,無法舒緩;或突發嚴重胃痛,進食後無法改善。
 - 頭暈、冒冷汗、昏倒