

消化性潰瘍

一、什麼是消化性潰瘍？

消化系統之黏膜表面，受胃酸分泌過多或藥物侵蝕而引起組織黏膜的傷害，淺者稱糜爛(俗稱破皮)，深到肌肉層者稱潰瘍(俗稱破洞)，年輕人以患十二指腸潰瘍居多，中年後則患胃潰瘍及十二指腸潰瘍的機率會相近。

潰瘍發生在胃部稱做胃潰瘍，發生在十二指腸時稱作時二指腸潰瘍，如果常常肚子痛、肚子餓時會有上腹部的灼熱的感覺，有時半夜會因為上腹部不舒服而醒過來，那很有可能是十二指腸潰瘍，而胃潰瘍症狀不太相同，常常是吃飽了以後覺得不舒服，兩者共同症狀包括沒胃口、噁心、嘔吐、體重減輕和脹氣等。

二、什麼人容易得消化性潰瘍？

1. 情緒不穩(長期處於易緊張、焦慮、壓力大的環境)。
2. 飲食習慣不良，如三餐無定時定量、酒、咖啡、茶、可口可樂…等。
3. 喜好抽菸、飲酒、吃刺激性食物(例:辛辣、咖啡、可樂、茶)。
4. 常使用某些藥物，如：阿斯匹靈、類固醇、氣喘藥、抗生素及非固醇類止痛消炎劑。
5. 有遺傳家族史。
6. 年齡(45~50歲易罹病)、性別(男性多於女性，約2~4倍)、季節(秋冬季節天氣轉冷時罹病機率較多)。
7. 有幽門螺旋桿菌感染。

三、消化性潰瘍有那些症狀？

1. 早期：上腹部有灼熱感、悶痛、饑餓痛(多發生於空腹或飯後2~3小時)、半夜常因腹部劇痛而醒來，會因進食後而緩解。
2. 少數人會有食慾不振、嘔吐、反胃(吐酸水)的情形。
3. 嚴重時有解黑便、吐血、胃穿孔、幽門阻塞的症狀。



四、如何檢查消化性潰瘍？

1. X光部的鋇劑攝影檢查(目前較少做，本院目前無提供此項檢查)。
2. 消化道的內視鏡(胃鏡)檢查：可由門診安排，檢查者直接目視觀察，檢查當天即有報告。若同時做幽門螺旋菌化驗，三天後才可知道是否有感染。

五、消化性潰瘍的藥物治療

1. 一般潰瘍患者：以潰瘍特效藥治療，依醫囑持續服藥3~4個月。
2. 若有幽門螺旋桿菌感染的潰瘍患者，先服用一星期的抗生素及抑制胃酸分泌藥物，可再繼續服用抗潰瘍的特效藥滿3個月。

六、消化性潰瘍患者生活照護注意事項

1. 規律的生活，充足的睡眠(最好早睡早起、不熬夜)。
2. 保持愉快的心情，利用減輕生活壓力的技巧。
如：適當休閒旅遊、散步、靜坐冥想、深呼吸調解放鬆…等。
3. 養成良好的飲食習慣
 - (1) 吃東西要定食定量。
 - (2) 每餐有足夠的進餐時間，將食物細嚼慢嚥。
 - (3) 戒除抽菸喝酒。
 - (4) 避免濃茶、咖啡、可樂、辛辣、油炸…等食物。
4. 維護健康的牙齒，牙齒不良時一定要至牙科接受治療，才不會因咀嚼不良而增加胃腸的負擔。
5. 遵守醫囑服藥，避免自行用藥，儘量少用具有刺激性藥物，
如：消炎止痛劑…等。

