

胃食管反流病

(文源: medicalnewstoday.com)

胃食管反流病 (Gastroesophageal Reflux Disease, GERD) 是一種長期病，胃酸會從胃進入食道。許多人只是偶爾會發生胃食管反流。但是，如果一個人每周經歷兩次以上的持續性反酸，則可以診斷為胃食管反流病。

當胃食管反流發生時，食道中的酸會導致胃灼熱和其他症狀，並可能損害組織。每天至少有1500萬美國人經歷胃灼熱。

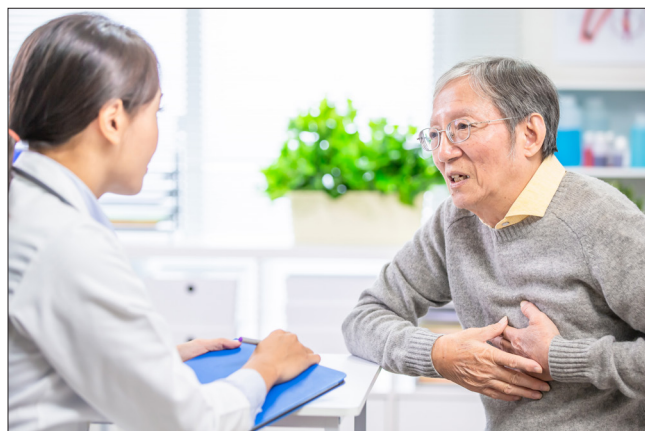
原因

偶爾發生反酸現象是正常的，通常是由於暴飲暴食，飯後立刻臥床或進食某些食物而發生的。然而，反復發作的胃酸反流，被診斷為胃食管反流病，通常還有其他原因和危險因素，並且可能有更嚴重的並發症。

胃食管反流疾病發生在各個年齡段的人，有時原因不明。簡而言之，食道底部的括約肌變弱時，或在不應該打開的時候開放，就會發生胃食管反流。胃食管反流病常見於以下人群：

- 由於腹部壓力增加而超重或肥胖
- 懷孕，由於壓力增加
- 服用某些藥物，包括一些哮喘藥物，鈣通道阻滯劑，抗組胺藥，鎮靜劑和抗抑鬱藥
- 吸煙，和吸二手煙

裂孔疝是指肌開口使胃頂部向上進入



胸部的情況。這降低了食道括約肌的壓力並增加了胃食管反流病的風險。

病症

胃食管反流病的主要症狀是燒心，在胸骨後感到不舒服的一種灼熱感。如果躺下或彎腰，以及進食後，情況會變得更糟。但是，並非所有患有胃食管反流病的人都會經歷胃灼熱，可能還有其他可能的症狀：

- 噁心或嘔吐
- 口臭
- 呼吸系統的問題
- 吞嚥時有困難或疼痛

併發症

如果不及時治療，胃食管反流病可能惡化並變成其他疾病。包括：

- 食道炎：食道的炎症。
- 食道狹窄：食道變窄，難以吞嚥。
- 巴雷特食管：食管內壁的細胞可以變成類似於腸壁的細胞。這可能發展成癌症。
- 呼吸問題：可能會向胃中吸入胃酸，這可能會引起一系列問題，包括胸充血，聲音嘶啞，哮喘，喉炎和肺炎。

診斷

任何經常出現胃酸反流症狀的患者都

應該諮詢醫生，他們會被推薦至腸胃病專科醫師以進行進一步調查。幾種可診斷胃食管反流病的測試，包括：

- 食道酸鹼度和阻抗監測：當人體處於不同狀態（如進食或睡覺時），它可以測量食道中的酸含量。
- 上消化道內窺鏡：這是一個裝有攝像機的試管，用於檢查食道。也可以在活檢中同時採集少量組織樣本。
- 上消化道系列：這是一種X射線，顯示某些可能導致胃食管反流病的身體異常。
- 食道測壓法：這可測量吞嚥過程中食道的肌肉收縮。它可以測量括約肌的強度。
- Bravo無線食管pH監測：在此測試中，食管上裝有一個小的臨時膠囊。這樣可以連續約48小時測量酸度。

治療

在嘗試其他治療方法之前，通常會先用藥物治療胃食管反流病。質子泵抑制劑是胃食管反流病患者的主要藥物治療選擇之一。它們將會減少胃的產酸量。其他的選擇還包括：

- H2阻滯劑：這是有助於減少胃酸產生的另一種選擇。
- 抗酸劑：這些抗酸劑通過鹼性化學物質抵消胃中的酸。副作用可能包括腹瀉和便秘。可在網上購買抗酸劑，但最好先諮詢您的醫生。
- 促胃動力劑：這些可以幫助胃更快地排空。副作用包括腹瀉，噁心和焦慮。
- 紅霉素：這是一種抗生素，也有助於胃排空。

手術選擇

如果生活方式的改變不能明顯改善胃

食管反流病的症狀，或者藥物效果不理想，腸胃病醫生可能會建議手術。

通常會採取的手術治療包括：

- 胃底折疊術：外科醫生在食道周圍縫合胃的頂部。這增加了食管下端的壓力，通常可以成功地減少反流現象。
- 內窺鏡檢查程序：這是一系列程序，包括內窺鏡縫合法（使用針法收緊括約肌）和射頻（射頻法）利用熱量產生小的灼傷，幫助收緊括約肌。

預防

其他生活方式和行為改變可以幫助緩解胃食管反流病，包括：

- 吃適量的食物，避免暴飲暴食。
- 睡前2至3個小時停止進食。
- 戒菸。
- 如果超重，及時減肥可以幫助預防症狀。
- 請勿穿緊身勒腹的衣服。
- 以略微傾斜的角度睡覺，頭部稍微抬高。

飲食

某些食物可能在某些人中引發胃食管反流病症狀。這些包括：

- 油膩食物
- 辛辣食物
- 巧克力
- 薄荷
- 咖啡
- 含番茄製品的食物
- 有酒精的飲品

如果您避免使用這些類型的食物，但仍會經常感到胃灼熱，那麼請趕緊去看醫生，因為很可能還有其他潛在的問題導致這種症狀。