



## 胸口灼熱與胃食道逆流

近來因為電視的廣告，讓愈來愈多人知道胸口灼熱跟胃食道逆流。不過，胸口灼熱是否就是胃食道逆流，若有胃食道逆流或胸口灼熱，應該要如何應對？接下來，就帶各位讀者一探究竟吧。

高崧碩 高榮胃腸科醫師

**胃**跟食道的中間，有一個門閥——贛門，用來防止胃內容物逆流回到食道。但有時受到胃食道結構、藥物、食物或壓力的影響，會導致贛門的功能變差或喪失，因此胃酸就逆流到食道。不過，也不是只要有胃酸逆流到食道，就是胃食道逆流。實際上，大多數胃酸的逆流，是沒有症狀

的。只有當胃酸或胃內容物逆流到食道引起正常人們的不適感或有併發症時，才稱為胃食道逆流。

胃食道逆流最常見的不適感其實就是胸口灼熱和酸水逆流，其他還有上腹悶、異物感、沙啞、慢性咳嗽、噁心、嘔吐等。由此可知胸口灼熱其實只是胃食道逆流裡面的一個症狀

而已，而引起這個症狀最主要的就是胃酸的逆流。

### 胃食道敏感、冠心病也有類似症狀

不過，胸口灼熱也不是只有胃食道逆流疾病的患者才會有的症狀。有一部分病患，其實是因為食道比較敏感，這類型的病患，在胃鏡甚至在食道 pH 阻力檢查下看不出異狀。而也有一部分的患者，實際上是患有冠心病，產生了胸悶等症狀，卻誤以為是胃食道逆流。所以，若已經有胸口灼熱等症狀，還是應尋求醫師的診察，才能確實找出病因。

### 及早發現、治療，避免併發症

有時胃酸的逆流可能引起併發症。這是因為食道接受胃酸的刺激過久，可能導致食道細胞變性，變成了巴瑞氏食道，甚至形成了食道癌。而有些患者則因反覆食道發炎，形成了食道狹窄。現在由於胃鏡檢查的普及，針對胃食道逆流引起的併發症，

可以更早期的發現。

倘若我們發現自己可能有了胃食道逆流，或已經經過醫師診療確診，應如何應對呢？

◎**生活型態的改變**：停止抽煙喝酒，不吃刺激性食物、咖啡、可樂，每餐宜少量勿吃太飽、飯後不要立即躺臥、睡前兩小時勿進食、睡覺時頭部抬高、減輕體重等都是。

◎**藥物治療**：中和胃酸的制酸劑、H2 抑制劑、質子幫浦抑制劑，均可有效抑制胃酸達到改善症狀的目的。質子幫浦抑制劑目前是治療逆流性食道炎的首選藥物，輕度的逆流性食道炎須服用 2 至 4 個月質子幫浦抑制劑，嚴重的逆流性食道炎則須長期服用質子幫浦抑制劑。

◎**若長期內科治療無法改善症狀，可以考慮內視鏡治療或外科手術治療。**

若有任何疑問，歡迎隨時至胃腸科門診，為自己的健康把關。（轉載自高榮醫訊 2015 年 1 月第 18 卷第 1 期）

