

## 常見用藥 Q&A

**問題：** 胃食道逆流，吃胃乳就有效了嗎？

**回覆：** 大家是不是常常會在電視廣告上聽到「吃甜食又讓妳胃食道逆流了嗎？」這句經典的廣告台詞呢？搭配上帥哥美女以及生活化的情境，使胃食道逆流這個疾病廣為人知。胃食道逆流顧名思義，就是胃裡不管是未消化的食物或是胃酸等等，逆流到食道甚至到達口腔，典型的症狀包括食道灼傷、胸口灼熱，也就是俗稱的「火燒心」，長期的食道灼燒也可能造成慢性咳嗽、喉嚨沙啞等非典型的症狀。好發於長期處於高壓環境的學生族以及上班族，作息不正常或是愛吃甜食、酸辣食物的人也容易引起胃酸過多、胃食道逆流。

醫師的診斷方式除了詢問病人的症狀、生活習慣之外，還可以透過上消化道攝影（照胃鏡）來直接觀察，也順便可以針對病灶做處置及採檢化驗是否有幽門螺旋桿菌的感染。

在藥物治療選擇方面，有制酸劑、胃乳、組織胺第二型受體阻斷劑和氫離子幫浦阻斷劑可以選擇，這些藥物的作用機轉與品項列舉如下表。在治療上最有用的藥物為氫離子幫浦阻斷劑，但是須由醫師開立處方才得以用藥。社區藥局內可以購買得到的為前三種治療藥物，病人可以諮詢社區藥局的藥師來選擇對自己最適合的藥物。

類型	作用機轉	臺大醫院品項
制酸劑	直接中和胃中的胃酸，降低胃中的 pH 值，減少對胃部的傷害	<ul style="list-style-type: none"><li>爾胃適寧一普錠 (Ulcerin-P)</li><li>寧適錠 (Nacid Tablet)</li><li>氧化鎂錠 (MGO Tablet)</li><li>碳酸氫鈉錠 (Sodium Bicarbonate Tablet)</li></ul>
胃乳	在胃部與受傷的胃壁組織結合，減少胃酸與受傷組織接觸	<ul style="list-style-type: none"><li>保胃懸乳液 (Scrat Suspension)</li></ul>
組織胺第二型受體阻斷劑	阻斷組織胺與胃壁細胞的結合，減少胃酸的分泌	<ul style="list-style-type: none"><li>胃莫潰膜衣錠 (Weimok Tablet)</li></ul>
氫離子幫浦阻斷劑	直接抑制分泌胃酸的氫離子幫浦，減少胃酸的分泌	<ul style="list-style-type: none"><li>得喜胃通緩釋膠囊 (Dexilant Delayed Release Capsules)</li><li>耐適恩錠 (Nexium Tablet)</li><li>泰克胃通口服錠 (Takepron OD Tablet)</li></ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 百抑潰腸溶膜衣錠 (Pariet Enteric-Coated Tablets)</li> </ul>
其他	含有藻酸膠，與胃酸接觸後形成乳膠，懸浮在胃中可以減少胃食道逆流造成的症狀	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 艾胃逆服咀嚼錠 (Algitab Chewable Tablet)</li> </ul>

回到我們的問題「胃食道逆流，吃胃乳就有效了嗎？」答案是不一定有效。因為每個人逆流的嚴重度不一定，原則上症狀較輕微的病人可以單純使用制酸劑和胃乳就可以得到很好的緩解；中度、重度症狀的病人，可能就需要醫師處方組織胺第二型受體阻斷劑或是氫離子幫浦阻斷劑來治療，而氫離子幫浦阻斷劑也有健保給付上的規定，需經過上消化道攝影檢查之後，符合一定的標準才可以以健保開立處方，否則需要自費。如經化驗結果發現有胃幽門桿菌的感染，則須配合多種抗生素除菌加上氫離子幫浦阻斷劑合併治療，以避免日後有惡化成胃癌的風險。

除了藥物治療之外，改善生活習慣才是治本的方式，有正常規律的吃飯時間；一餐不需要吃太多，吃八分飽就好；減少甜食、咖啡、酒精、辛辣、油炸類等重口味的食物；吃飽飯後三個小時之內不要一直坐著或是躺著，可以稍微出門慢走散步；吃飽飯後不要立刻去做劇烈運動；平時不要做太多會增加腹部壓力的活動，例如搬重物、重量訓練等；睡眠時間容易逆流的人可以考慮將枕頭墊高 15~20 公分，減少胃酸的逆流；因為壓力過大而造成胃酸逆流的人則是該放鬆自己的心情，利用空閒的時間好好紓壓，別讓自己一直處於高壓的環境。

藥劑部藥師 黃奕翔

NTUHF