

## 胃腸藥簡介

### 前言

飲食乃是民眾生活中最不可或缺的一環，在享用各式各樣的美食之餘，大家或多或少都有遇過腸胃不適的經驗，進而需要求助於藥物來舒緩不適的症狀。然而市面上的胃腸藥琳琅滿目，大家是否有困擾，不知道要選哪一種胃腸藥才是最適合自己的呢？下面依據症狀整理一些常見的胃腸藥以及其注意事項供參考。

### 胃藥

用於治療胃酸過多引起胃食道逆流以及胃潰瘍的治療，依照作用機轉分為中和胃酸、減少胃酸分泌、以及保護胃壁黏膜。現今有些民眾還有「吃藥會傷胃，所以都需要搭配胃藥」的錯誤觀念。其實並非所有藥物都會傷胃，且胃藥會改變胃部的酸鹼值，可能影響到其他藥物的吸收，請民眾切勿隨意服用胃藥，有需要時再使用。

類型	常見成分	作用機轉	注意事項
制酸劑	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Magnesium trisilicate</li> <li>• Aluminum hydroxide</li> <li>• Calcium carbonate</li> </ul>	中和胃酸，減少胃酸對胃壁及潰瘍部位的刺激和侵蝕程度	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 服用含鎂製劑可能造成腹瀉</li> <li>• 服用含鋁製劑可能造成便秘</li> <li>• 制酸劑可能降低血中奎寧類抗生素的濃度，需先服用此類抗生素後兩小時才能服用制酸劑</li> </ul>
乙型組織胺阻斷劑	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cimetidine</li> <li>• Famotidine</li> <li>• Nizatidine</li> </ul>	抑制胃酸分泌	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 需再服用制酸劑一小時後才能服用乙型組織胺阻斷劑</li> </ul>
氫離子幫浦阻斷劑	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lansoprazole</li> <li>• Dexlansoprazole</li> <li>• Rabeprazole</li> <li>• Pantoprazole</li> <li>• Esomeprazole</li> </ul>	抑制胃酸分泌	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 建議餐前 30 分鐘前服用</li> </ul>
胃乳	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aluminum sucrose sulfates</li> </ul>	附著在潰瘍組織上，進而達到保護胃壁的效果	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 避免再服用胃乳前後 30 分鐘服用制酸劑</li> </ul>

## 脹氣

引起脹氣的原因可能是飲食習慣、食用較多容易產氣的食物、以及疾病造成。民眾可以先從改變飲食習慣做起，避免邊吃飯邊說話，減少服用含氣泡以及易產氣的食物。若有乳糖不耐症的民眾也須注意避免牛奶等含乳糖的食物。

類型	常見成分	作用機轉
消除脹氣	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimethicone</li> </ul>	具消泡作用，降低腸胃道中氣泡的表面張力，讓氣泡破裂，促進氣泡排出體外
改善腸道蠕動異常	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metoclopramide</li> <li>• Domperidone</li> <li>• Mosapride</li> </ul>	促進腸道和胃部的蠕動，增加氣體排出。
益生菌	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lactic acid bacteriae</li> </ul>	改善腸內菌叢異常所引起的諸多症狀

## 便秘

可能由於缺乏運動，水分及纖維攝取不足，或是腸胃道及身體的疾病引起。服用有些藥品例如抗膽鹼以及鴉片類藥物等也可能出現便秘的副作用。瀉劑根據作用機轉分為膨脹性瀉下劑、刺激性瀉下劑、鹽類瀉劑、以及高滲透壓性瀉劑。由於不同類型瀉劑產生作用的時間及禁忌症都有所不同，建議經醫師診斷確認便秘的原因後再服藥。

類型	常見成分	作用機轉	注意事項
膨脹性瀉下劑	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sterculia and Frangula</li> </ul>	增加排泄物體積促進結腸蠕動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 服用後 12 至 24 小時產生作用</li> <li>• 使用時必須併服大量的開水</li> <li>• 服用此藥後兩小時內不能服用其他藥物</li> </ul>
刺激性瀉下劑	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bisacodyl</li> <li>• Sennoside A + B</li> </ul>	直接刺激腸粘膜或腸內神經叢，促進液體蓄積於大腸表面	
鹽類瀉劑	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Magnesium Oxide</li> <li>• Sodium phosphate</li> </ul>	在腸中形成高滲透壓，使腸道水分及電解質增加，促進排便	
高滲透壓性瀉劑	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lactulose</li> <li>• Polyethylene glycol</li> </ul>	在腸中形成高滲透壓，使腸道水分及電解質增加，促進排便	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 服藥後約需 48 小時才能發揮作用</li> </ul>

## 止瀉

感染，服用不乾淨的食物或水、以及藥品的副作用都可能造成腹瀉，而根據腹瀉的原因會有不同的治療方式。民眾除了服用藥物治療外，補充足夠水分及電解質也是非常重要的。

類型	常見成分	作用機轉	注意事項
腸道吸附劑	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dioctahedral smectite</li> </ul>	無特定性吸附胃腸道中物質而改善腹瀉情形	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可能會干擾其他藥物的吸收與排除，建議至少間隔 2 小時再服用其他藥物</li> </ul>
抗腸蠕動藥物	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Loperamide HCl</li> </ul>	抑制腸壁之過度蠕動	
抗分泌藥物	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bismuth subsalicylate</li> </ul>	促進腸道內水分及電解質的再吸收，抑制發炎物質前列腺素合成，具收斂殺菌效果	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 可能會出現大便顏色不正常、舌頭變色等副作用</li> <li>• 對水楊酸過敏者禁用</li> </ul>

## 胃痛及胃痙攣

切記避免因為胃痛而隨意服用止痛藥。常見的止痛藥成分為非類固醇消炎止痛藥，而它的作用機轉同時也會導致身體保護消化道黏膜的作用減少，最後反而增加了對胃部的傷害。

類型	常見成分	作用機轉	注意事項
局部麻醉	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oxethazaine</li> </ul>	局部麻醉，胃泌素及胃酸抑制	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 錠劑應整顆服用，注意不要咬碎或是咀嚼以避免殘留口中而產生麻木感。</li> </ul>
抗膽鹼藥物	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hyoscine Butylbromide</li> <li>• Dicyclomine HCl</li> </ul>	作用於胃腸道、膽管和生殖泌尿道之平滑肌上，產生抗痙攣作用	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 未曾治療之窄角性青光眼及前列腺肥大伴有尿滯留者禁用</li> </ul>

## 結語

腸胃不適的情況，除了服用藥物暫時緩解症狀外，建議先從養成良好的飲食習慣以及改善生活作息開始著手。若是腸胃不適的症狀持續一兩天未好轉，建議就醫，因為造成腸胃不適的原因非常多，不舒服的症狀也是身體發出的警訊，儘早發現才能及早治療！

## 參考文獻

1. 臺大醫院藥劑部藥品綜合查詢
2. Uptodate: Proton pump inhibitors: Overview of use and adverse effects in the treatment of acid related disorders
3. Uptodate: Antiulcer medications: Mechanism of action, pharmacology, and side effects
4. Uptodate : Medical management of gastroesophageal reflux disease in adults
5. Uptodate : Overview of intestinal gas and bloating
6. Uptodate : Management of chronic constipation in adults
7. Uptodate : Approach to the adult with acute diarrhea in resource-rich settings
8. Uptodate : Patient education : Diarrhea in adolescents and adults (The Basics)
9. Uptodate : Patient education : Stomach ache and stomach upset (The Basics)