

火燒心！胃食道逆流作怪

文：肝膽腸胃科張瑞旻醫師

胃食道逆流疾病是西方國家常見的食道疾病，其盛行率約 20-40%；而台灣近年來因為人口老化、西式化飲食增加及生活型態改變，盛行率有明顯增加的趨勢。根據一份調查顯示，台灣有百分之七點五的民眾，經醫師診斷有胃食道逆流症，或是每週至少發生一次心灼熱症狀，而且女性的比例比男性高。胃食道逆流是因為胃裡的內容物，異常回流到食道，刺激食道產生不舒服的症狀，最常見的就是俗稱火燒心的胸口灼熱。其他的症狀包括吞嚥不易或吞嚥痛苦。胃逆流液(物)造成口腔酸或苦的感覺。聲音嘶啞，夜間喘或乾咳，經常地、重覆地需要清理喉嚨，通常這些病人會先到胸腔科或耳鼻喉科就診。飲食後，彎身或躺下時，會有症狀(泛酸、燒心)加劇的感覺。有些人則會產生胸痛而誤以為是心臟病。

胃食道逆流可能因為 (一)結構上有問題，例如食道與胃之交接處正常在腹內，有些人卻在胸腔，以致壓力改變而產生胃食道逆流。(二)胃食道逆流也可因為食道、胃之間的括約肌功能不佳或蠕動異常而產生。(三)有些人是因為胃中的東西下不去，例如幽門(胃之出口)阻塞，而產生胃食道胃食道逆流。(四)有些人是腹內壓力太高，例如肥胖而產生胃食道逆流。

心口灼熱感和酸逆流的病史其實便足以做出胃食道逆流的診斷並進行治療。但是有許多人是沒有症狀的，而且就算是有症狀，它的頻率與嚴重度和實際疾病的嚴重度 並不具相關性。因此其他診斷工具仍有存在的必要，其中最常使用的是內視鏡。內視鏡可以直接看到消化道黏膜進行嚴重度的評估，必要時還可進行切片以供日後的檢查，再加上它相當安全，併發症的發生率在 1%以下，所以是個相當好的診斷工具。

胃食道逆流的治療分為三個階段:(1) 調整生活方式：這點非常重要。若飲食及生活作息不正常，則難以根治。(2)藥物治療：如果生活方式調整無效的話，可服用簡單的制酸劑，大部分病人在服用制酸劑之後症狀都能改善。醫師可能會安排胃鏡檢查，看看是否有逆流性食道炎或是食道潰瘍，並開立抑制胃酸分泌或促進胃腸蠕動的藥物。(3)手術： 雖然大部分病人在第一、二階段的治療即非常有效，然而還有少數病人最後仍需手術。總結來說，只要臨床醫師能注意到這種常見的疾病，病人充分與醫師配合，胃食道逆流疾病的治療效果是相當好的。