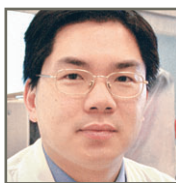




# 胃食道反流性疾病 上班族易中招

## 個案研究

朱先生與一般香港人一樣，生活節奏緊張，食無定時。由於公司工作量繁重，他常常要加班工作。有時他甚至要工作至通宵達旦，肥膩的消夜、煙、酒和咖啡都是他用來提神的方法。近日他覺得胃部不適，有胃酸倒流和胸口灼痛的癥狀出現。在醫生的檢查下，他才知道原來自己患上胃食道反流性疾病。



撰文：  
香港大學醫學院  
內科學系副教授  
王振宇醫生



胃食道返流疾病患者，須以藥物治療減輕病情，但服藥不可將疾病根治。

### 胃酸倒流可引致食道潰瘍

胃食道反流性疾病是由於胃酸倒流入食道而引起。食道連接胃部的肌肉贛門叫下食道括約肌，負責「守門」，防止胃內的食物及胃酸倒流入食道。胃食道反流性疾病患者因下食道括約肌經常鬆弛，不能發揮「守門」作用，令胃酸倒流入食道。由於食道沒有黏膜保護，所以當胃酸倒流入食道時，會引致胸口灼痛，嚴重的甚至會導致食道潰瘍。

### 煙酒過多影響胃部功能

若經常在睡前兩小時進食消夜，便會容易出現胃下垂的問題，令括約肌鬆弛，導致胃酸倒流入食道。由於煙、酒、咖啡及肥膩食物都會損害胃部「括約肌」的功能，故應盡量避免進食有關食品及飲料。此外，有研究指出，部份服用非類固醇消炎藥往往會引致消化不良、胸口灼熱或消化性潰瘍等胃食道反流性疾病的病徵。

胃食道返流性疾病最常的病徵是胸口灼痛及胃酸倒流。患者可能會有與心臟疼痛差不多的胸口痛。患者應盡快求診以排除由心臟引起的胸口疼痛可能性。如證實胸口痛與心臟病無關(即非心臟病胸口疼痛)，即可能患上胃食道反流性疾病。

### 患者較多緊張及沮喪

雖然胃食道反流性疾病在亞洲的流行程度遠低於西方國家，但是亦有上升的趨勢。在本港，香港大學醫學院調查結果顯示此病影響近60萬名香港人，患者病癥每月出現。胃食道反流性疾病尤其在40歲以上的人士最為普遍，但其實任何年齡的人均可能患上此病，包括嬰兒。

胃食道反流性疾病影響患者生活質素。香港的研究顯示，胃食道反流性疾病患者多較緊張及沮喪，亦較普通人易焦慮及憂鬱。他們請病假及求診的次數亦較多，影響社交生活。

### 須改變生活習慣及服藥治療

食道的黏膜十分脆弱，長時間與胃酸接觸會引致發炎、潰瘍、出血、由疤痕造成的食道阻塞，及一種癌前病變情況叫巴洛氏食道(Barrett's esophagus)。巴洛氏食道成因是身體嘗試以類似腸部黏膜細胞，去取代食道的正常黏膜，保護食道免受胃酸侵害。

胸口灼痛及胃食道反流性疾



上班人士經常喝咖啡或吸煙提神，導致胃部不適，可能會引致胃食道反流性疾病。

病均是由生理原因引起，單靠改變生活習慣是難以減輕胃食道反流性疾病的病況。患者須接受藥物治療，以減輕病情。然而藥物治療並不能根治胃食道反流性疾病，如停止服用藥物，便有可能復發。

質子泵抑制劑是胃食道反流性疾病的最新治療方法。胃黏膜內有逾百萬個的獨特細胞，這些細胞透過胃酸泵製造胃酸，消化食物。質子泵抑制劑能停止部分胃酸泵的運作，控制胃酸的產量，減低胃酸倒流入食道導致胸口灼熱的機會。



胃酸監察器(左)及流動胃酸記錄儀。

### 如何測試有否患上胃食道反流性疾病

過去，懷疑患有胃食道反流性疾病的病人須接受內窺鏡檢查。內窺鏡檢查的成本昂貴，醫生須把喉管從病人的喉嚨插入身體內檢查，過程難免令病人感到不適。香港大學醫學院內科學系專家成功發明嶄新方法，以問卷評估病人有否患上胃食道反流性

疾病，以避免部分病人進行不必要內窺鏡檢查的痛苦。

最新診斷問卷十分簡易，病人只需回答7條簡單的問題，醫生便可容易及快捷地評估病人有否患上此病，而且結果十分可

靠。大約82%經診斷問卷評估為患有胃食道反流性疾病的病人，在跟進的測試中亦被確定患有此病。此診斷問卷已被國際醫學界確認為首份可快速診斷胃食道反流性疾病的中文問卷。

## 胃食道反流性疾病症狀評估

問卷內有七條問題，答案由一分至五分，針對診斷病人胃酸倒流的嚴重性及頻密程度。分數總和等於或多於十二分的病人，便有很大機會患有胃食道反流性疾病。

請根據症狀的嚴重程度及頻密程度圈出合適的答案，完成後，請計算所得總評分(A) + (B)。若有任何垂詢，可致電香港大學胃酸倒流查詢熱線：7200 1126。

問題	嚴重程度					頻密程度				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. 過去一年，你曾否有火燒心、心口灼熱或灼痛、或從胸骨後直達喉嚨的不適感覺？										
2. 過去一年，你曾否有胃酸的感覺？										
3. 過去一年，你曾否有胃酸從胃部湧上喉嚨的感覺？										
4. 過去一年，你曾有多少次服用中和胃酸或其他胃藥？										

總分(A)： 總分(B)：

總評分(A) + (B)：

如總評分是12分或以上，表示填寫問卷者極有可能患有胃食道反流性疾病。請向醫生查詢有關此疾病及治療方法的詳情。

### 評估準則

嚴重程度	分數	頻密程度	分數
從來沒有	1	過去一年從沒有發生	1
症狀輕微，不易察覺	2	每月少於一次	2
症狀明顯，但情況尚可忍受	3	每月有一次或以上	3
症狀嚴重，並影響日常生活	4	每星期有一次或以上	4
症狀非常嚴重，並對日常生活有很大影響，並需請假休息	5	每日有一次或以上	5

## 胃酸倒流的原理

