

1 什麼是胃食道逆流？

胃的內容物（胃酸、食物、膽汁等）倒流進入食道、咽喉、口腔，或呼吸道等部位所引起的不適症狀



胃食道逆流的症狀

典型症狀：
胸口灼熱、胃酸逆流

非典型症狀
心臟痛、喉嚨異物感等



胃食道逆流的危險因子

生理構造
肥胖
懷孕

藥物
氣喘藥
降血壓藥

食物
甜食、油脂
辛辣、酒精



胃食道逆流的緩解措施

飲食調整

- 避免暴飲暴食，放慢吃飯節奏
- 減少攝取咖啡因、巧克力、高糖分、高油脂、辛辣及重口味食物
- 嚼食無糖、不含薄荷的口香糖，可讓口腔分泌更多唾液，稀釋倒流的胃酸
- 飯後不馬上躺下，睡覺前2-3小時避免進食

告別菸酒

遠離肥胖

床頭擺高
(約20公分)

身心放鬆

- 腹式呼吸
- 穿著寬鬆衣物

藥物治療

療程約需
四週以上







制酸劑	中和胃酸	症狀 輕微 時使用
乙型組織胺阻斷劑	抑制胃酸分泌	通常做為 首選 用藥
氫離子幫浦阻斷劑	抑制胃酸分泌(較強)	用於較 嚴重 的情形
胃黏膜保護劑	覆蓋消化道黏膜， 避免胃酸侵蝕	通常會併用其他藥物

2

胃食道逆流的藥物治療



制酸劑(Antacids)

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Alginic acid / Al(OH) ₃ / MgCO ₃	Algitab	艾胃逆服咀嚼錠	
Aluminum Hydroxide	Aluminum Gel	安鋁膠錠	
Aluminum Hydroxide / Mg(OH) ₂ / Oxethazaine	Aluzaine	雅露佳懸浮液	
Calcium Carbonate	Calcium carbonate	碳酸鈣錠	
Hydrotalcite	NACID	寧適錠	
Magnesium Oxide	MgO	氧化鎂錠	
Oxethazaine / Polymigel	Strocain	息痛佳音錠	




服用制酸劑藥物應注意事項

- 可能產生**便秘**作用：安鋁膠錠、碳酸鈣錠
- 可能產生**軟便**作用：氧化鎂錠
- 需**嚼碎**服用：寧適錠、艾胃逆服咀嚼錠
- 其他：**息痛佳音錠**需**整粒吞服**勿咬碎；雅露佳**懸浮液**使用前須先**搖勻**



乙型組織胺阻斷劑(H₂-Blocker)

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Famotidine	Famotidine	法瑪鎮膜衣錠	

胃食道逆流

4



氫離子幫浦阻斷劑(Proton pump inhibitors)

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Dexlansoprazole	Dexilant	得喜胃通緩釋膠囊	
Esomeprazole	Nexium	耐適恩錠	
Lansoprazole	Takepron	泰克胃通口溶錠	
Pantoprazole	Panho	盼胃好腸溶膜衣錠	

- 氫離子幫浦阻斷劑**皆應飯前服用**，得喜胃通則飯前飯後皆可服用。
- **得喜胃通**需**整粒吞服**，但可打開膠囊，將**藥粉顆粒撒在果醬上**服用。
- **耐適恩錠**需**整粒吞服**不可咬碎，但可**泡水**後服用。
- **泰克胃通口溶錠**應置於舌上使其**溶解**，勿咀嚼或磨粉服用。
- **盼胃好腸**需**整粒吞服**，不可咀嚼或磨粉。



胃黏膜保護劑

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Colloidal Bismuth Subcitrate	KCB	克潰泌膜衣錠	
Sucralfate	Weizip	胃吉錠	
	Scrat	保胃懸乳液	

- **克潰泌膜衣錠**會使糞便呈灰色，勿併服牛奶或制酸劑，應於**飯前咬碎**服用
- **胃吉錠**應於飯前**咬碎**服用
- **保胃懸乳液**每次應服用一包，**空腹**或是**飯前**半小時服用