

# 中醫養生健康講座——胃食道逆流

文／中醫內科主治醫師 葛正航

## 中藥降逆治療『呃酸』、『火燒心』有一套

胃食道逆流是很常見疾病，主要症狀為胃酸逆流至食道或咽喉，造成患者自覺胸口灼熱、鬱悶感，即一般俗稱的火燒心，或是口腔酸苦感，或是咽喉長期刺痛、咳嗽等症。長期逆流的結果會造成食道發炎、慢性咳嗽、咽喉炎等症，若是刺激到肺部，有可能引起氣管炎、氣喘、肺炎等嚴重病症。

西醫治療時主要使用氫離子阻斷劑，制酸劑或是一些促進腸胃蠕動的藥；許多人服用西藥，但停服後復發率卻極高。此時若使用中藥治療，將會取得不錯的療效。

胃食道逆流在中醫是屬於『胃氣上逆』的範疇，其主要病變位置在胃，但與肝、脾的功能皆有相關。從中醫的觀點來看，消化功能是經由胃、肝、脾三臟共同作用而成，逆流的發生不單是胃的問題而已，所以治療時需仔細評估各個臟腑的狀況，使功能協調而症狀自然解除。

### 胃食道逆流大致分為幾型，較常見的有：

- 1、肝氣犯胃型：主要是工作壓力大，或個性易緊張造成，情緒來時會伴有胃痛、呃酸欲噁，脅肋抽痛等症狀，臨床上需疏理肝氣，使用柴胡疏肝湯加減治療。
- 2、痰濕阻滯型：常見於較肥胖的病人，這種病人常覺咽中有痰哽感，許多人還有常有手腫腳腫的情形，我們可以使用二陳湯加減來化痰去濕。
- 3、脾胃濕熱型：此種患者與痰濕阻滯型患者的表現有些許雷同，但患者多了口乾舌燥的感覺，火燒心的情況更為嚴重，一般使用甘露消毒丹加減。
- 4、脾胃虛寒型：此類型患者大約病程較久，偶吐清水、酸水，大便較為稀溏，精神較差。臨床上需補脾暖胃，治療選用香砂六君子湯加減為主。

胃食道逆流除服用中藥外，仍需配合調整生活習慣，避免消夜、油脂食物、咖啡因、甜食，用餐時不宜過飽，勿短期喝大量湯或飲料，睡前不要吃東西，吃飽飯後勿平躺，有空的時候可以從事像快走、慢跑等有氧運動，使腸胃蠕動更加順暢。

### 葛正航醫師主治專長與門診時間

一般內科：感冒、咳嗽、痘瘡、高血壓、糖尿病、體質調理

耳鼻喉科：過敏性鼻炎、慢性鼻竇炎、慢性咽喉炎、耳鳴

眼科：乾眼症、飛蚊症、眼睛退化、視力保健、黃斑部病變

肝膽腸胃科：胃食道逆流、胃潰瘍、胃痛、腹脹、便秘、慢性腹瀉

腎泌尿科：男性功能障礙、頻尿、水腫、攝護腺肥大

神經精神科：失眠、頭痛、自律神經失調、憂鬱

針傷科：腦中風復健、肩頸酸痛、腰痛、下背痛、膝痛、媽媽手、腕隧道症候群、顏面神經麻痺

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午	東區分院 203 診	東區分院 203 診	東區分院 203 診		東區分院 203 診	東區分院 203 診
下午						
晚上	東區分院 203 診	東區分院 203 診		東區分院 203 診	東區分院 203 診	