

了解胃食管反流病

什么是胃食管反流病(GERD)?

当胃内容物反流入食管时, 则发生胃食管反流。胃和食管之间的阀门叫食管下括约肌, 当它不能正常关闭时, 就会发生这种情况。

胃食管反流病的症状是什么?

胃食管反流病的常见症状为胃灼热和/或反酸。胃灼热是胸骨后有烧灼感觉, 在胃内容物刺激食管正常内壁时发生。反酸是感觉胃液涌上胸部, 可能到达嘴里。可能与胃食管反流相关的不太常见的症状包括不明原因的胸痛、气喘、喉咙痛和咳嗽等。

是什么原因造成胃食管反流病?

当食管正常防御机制与胃酸和其他消化液及酶等攻击因子之间失去平衡时, 就会发生胃食管反流病(GERD)。通常, 肌肉(下食道括约肌)弱化或存在裂孔疝(部分胃移入胸腔), 会损伤胃和食管之间的屏障。但是, 裂孔疝是常见的, 并非所有有裂孔疝的人都会出现反流。反流的一个主要原因是

肥胖, 这种情况下腹部增加的压力超过了胃和食管之间的屏障。肥胖、怀孕、吸烟、酗酒, 和食用如咖啡、柑橘饮料、番茄制品、巧克力、薄荷和含脂肪食品等食物, 都可能促成反流症状。

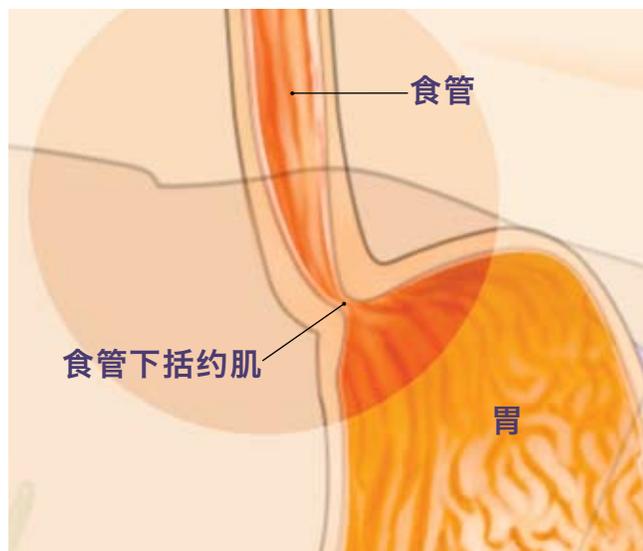
如何诊断胃食管反流病?

当患者出现胃食管反流病的常见症状, 即胃灼热和/或反酸, 通常不必在开始治疗前再进行其他检查。如果没有疗效, 或出现体重减轻、吞咽困难或内出血等其它症状, 则可能需要做其他检查。胃镜检查是一种检查方法, 它利用一个头端有光源的小管检查食管、胃和十二指肠(小肠的第一部分)。

检查前, 您将服用药物来帮助您放松, 减轻您可能会感到的任何不适。胃镜检查让您的医生看到食管内壁和发现任何GERD造成损伤的证据。可能会使用一种类似镊子的器械取下活检组织。进行活检不会造成疼痛或不适。另一项检查称为pH检查, 它测量食管的酸度, 方法是在内窥镜检查时附加一个小型传感器放入食管, 或将一个细小灵活的探头置入食管, 并停留24小时, 测量酸含量。测量结果会被传输到一个系在您皮带上的小型记录仪内。X-射线检查对有胃食管反流病症状的患者的初步评价没有作用。

如何治疗胃食管反流病?

如果引起症状的饮食或生活方式减少或消除, 反流症状有时也会消失。避免下列项目可能会减少您的不适:



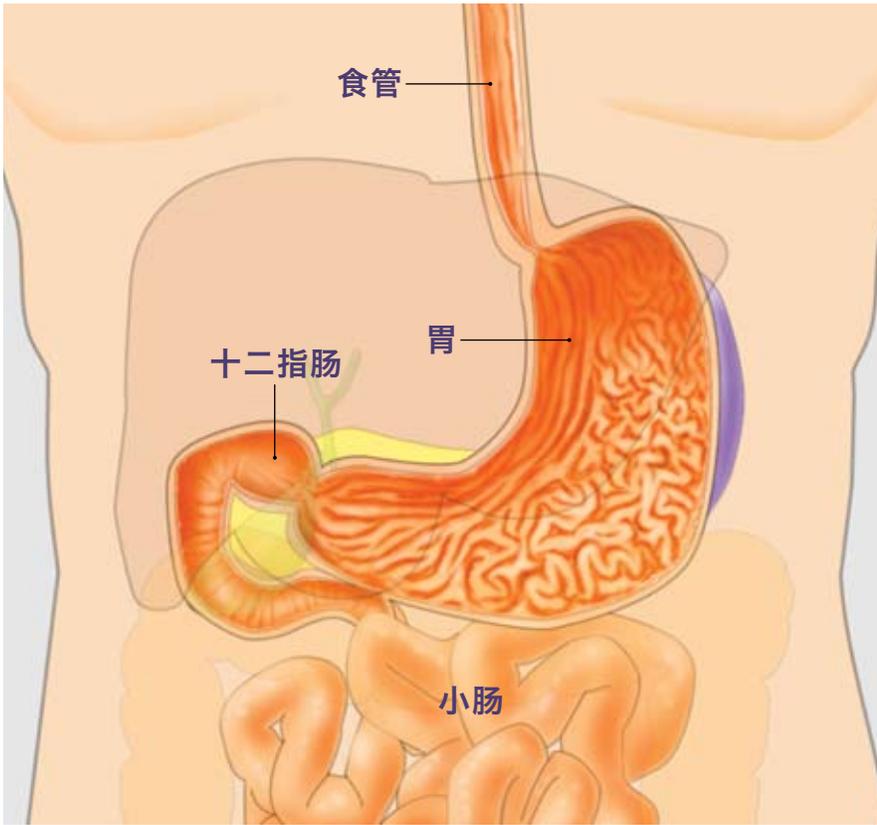
胃和食管之间的阀门叫食管下括约肌, 当它不能正常关闭时, 胃内容物反流入食管, 就会造成胃食管反流。

- 咖啡
- 柑橘饮料
- 西红柿制品
- 碳酸饮料
- 巧克力
- 薄荷
- 含脂肪或辛辣的食物
- 睡前三小时内进食
- 吸烟
- 酗酒
- 体重增加过多

夜间将床头垫高可能会有帮助。如果症状持续, 非处方抗酸药可以减少不适。但是, 抗酸药作用时间很短, 由于这个原因, 它们治疗胃食管反流病的作用有限。组胺H2受体拮抗剂(如西咪替丁、雷尼替丁、尼扎替丁和法莫替丁)可减少胃酸产生。这些药物对于治疗轻度反流症状效果很好,



内窥镜是一种医疗设备, 被专业医师用于查看消化道内部。医生使用胃镜检查消化道(GI)上部的内壁, 其中包括食管、胃和十二指肠(小肠的第一部分)。专业医生利用内窥镜柄控制软管的移动。



胃镜检查时，医生将一个称为内窥镜的细软管从您的嘴里插入食管、胃和十二指肠。

比较安全，副作用少。它们有两种方法获得：非处方药剂量较小，医生处方的剂量较大。质子泵抑制剂治疗反流症状非常有效。这些药物通过阻断胃酸产生的最后一步起作用，一般每天饭前服用一次或两次。对于经常发生的反流症状，质子泵抑制剂是最有效的治疗方法。这些药物通常有效、安全，几乎没有副作用。但是，大剂量或长期服用（超过一年），它们可能会增加发生某些副作用的风险。如果您需要大剂量或长期服用，您应该与医

生讨论一下副作用问题。促动力药或刺激胃和食管肌肉活动的药物，有时也用于治疗反流症。市场上唯一可用的此类药物是甲氧氯普胺，它对反流症治疗没有多大帮助，还有一些副作用，其中一些可能会相当严重。无法耐受药物，或用药后反酸继续作为主要症状的有明确记录的反流患者，应该考虑手术。如果药物治疗后症状持续，要先完成全面评价后，再考虑手术。治疗反流症的手术被称为胃底折叠术。此手术将消除裂孔疝（假

仅供参考

GERD (胃食管反流病) 相关因素有裂孔疝、肥胖、怀孕、吸烟、酗酒，还和食用某些食物有关，如咖啡、柑橘饮料、番茄制品、巧克力、薄荷和含脂肪食品。

如有的话)，用部分胃围绕食管下端包裹，以加强食管和胃之间的屏障。该手术通常通过腹腔镜完成，腹腔镜是一种避免胃全部切开的仪器。由于这种手术的复杂性，寻求一名熟练的外科医生很重要，他要有实施这种手术的经验，可以与您讨论手术的风险和利益。

我该何时就医？

如果您除了胃灼热和/或反酸等症状外，还有原因不明的体重下降、吞咽困难或内出血等症状，应该立刻就医。简单改变生活方式后，症状仍然持续存在，也应当就医。此外，如果您定期使用非处方药物以减少如胃灼热或反酸等症状，您应当就医，以确定对您最佳的治疗方案。



如果停止食用某些食物，胃食管反流病的症状有时会消失。

附注或问题：



版权所有©2011。
美国胃肠内镜学会。
保留所有权利。

未经 ASGE 的明文允许，不得复制
本文资料。如欲获得允许，请致电
630-673-0600 联系 ASGE 宣传部
(Communications Department)。

此信息仅用于提供一般指导。它不提供明确的医疗建议。您要向您的医生咨询您的具体情况，这一点非常重要。

自1941年成立以来，美国胃肠内镜学会 (ASGE) 通过推广卓越消化内镜检查，一直致力于促进患者治疗和消化系统健康。ASGE 在全球拥有超过 12,000 名会员，致力于推广内镜培训和操作的最高标准，推动内镜研究、同时也是内镜教育最重要的资源。本信息是美国胃肠内镜学会的见解并由美国胃肠内镜学会提供