

消化性潰瘍 衛生教育指導

正常狀況下，腸胃道黏膜上有一層屏障可以用來保護，當此屏障受到損傷或破壞即產生潰瘍。幽門螺旋桿菌扮演相當重要的因素，常會發生在胃及十二指腸近端，偶也發生於下段食道，典型症狀為進食後一至四小時或半夜出現慢性週期性上腹鈍痛，偶有心灼熱感。

✚ 促發因素：

- ✚ 70% 為幽門螺旋桿菌引起。
- ✚ 藥物：長期使用類固醇、非類固醇抗炎症藥物、中藥、急性期壓力、疾病引起。

✚ 症狀及徵象：

- ✚ 黑便、血便、吐咖啡色內容物、暈眩、冒汗、腹脹。
- ✚ 主要為上腹痛，少部分會反射到左上腹部。典型的疼痛為悶痛，尚有可能為腹脹、灼熱感、少數會食慾不振、噁心、嘔吐。
- ✚ 十二指腸有飢餓痛、半夜或早晨痛，進食或制酸藥會改善。

✚ 照護須知：

- ✚ 病患須規則服藥，並返院做追蹤檢查。
- ✚ 避免攝取含有咖啡因的濃茶、巧克力、咖啡等食物。
- ✚ 戒酒、戒菸、維持規律飲食
- ✚ 運用放鬆技巧，保持生理及心理平穩，以減少胃酸分泌。