



胃酸倒流發作時，患者胸口會有像火燒的灼熱感覺。

### 胃酸倒流，你試過未？

或許你會說胃酸倒流不關我事，但原來統計顯示，香港有四十二萬人有胃酸倒流症狀，每年有五萬新症。然而很多有症狀的人，根本不知自己有胃酸倒流，有時更會以為是心絞痛，往見心臟科醫生都沒有意識去見腸胃科。

五十餘歲的張先生，便是其中一位典型患者，最嚴重時更咳出血液……

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：陳孝保 插圖：鍾國光

► 陳志偉醫生說，很多時病人並不知道自己已有胃酸倒流，甚至食道嚴重蝕傷都沒有太大感覺。



▲ 大節當前放肆飲食，加上本身的高危因素，有機會誘發胃酸倒流。

**工** 作繁忙，工作壓力大的張先生和很多香港人一樣，喜歡吃美味食物，特別是入口豐腴的肥肉類，還有晚上看球賽直播時伴以薯片、啤酒，所以，他的體重亦慢慢上升至約一百八十磅，他承認，自己是偏肥人士。

超重，正是胃酸倒流的其中一個高風險原因。他發現患有胃酸倒流，已經是兩年前的事。

「大約兩年前開始，久不久便感到食道突然有一

陣灼熱感覺，每

# 胃摺疊手術

# 徹底解決

# 胃酸倒流

次發生都是吃飽後，像有一陣胃氣反嘔出來般……而最嚴重的一次，一陣灼熱後引致咳嗽，咳咳嗽的咳了幾聲後，突然咳出血液，我大驚，急急求醫，醫生幫我內窺鏡檢查食道，發現食道潰瘍，他即時幫我止血，之後處方一些抑制胃酸藥物，要每日服用，再加一種保護食道黏膜藥水……」張先生向記者說。

在服用藥物期間，張先生沒有再感到胸口突然灼熱，亦沒有再咳血。然而隨着時間流逝，張先生漸漸感到故態復萌，胃酸又再湧上來……

## 四十二萬人胃酸倒流

養和醫院內鏡中心主任陳志偉醫生說，胃酸倒流屬常見都市病，最近美國總統奧巴馬就因胸口痛而入院檢查，結果發現真兇是胃酸倒流。而在香港，中文大學一項研究

發現，全港有四十二萬人有胃酸倒流症狀，在一九九六年至二〇〇二年的七年間，胃酸倒流患者更上升了一倍半，可想而知問題愈來愈普遍。

病症普遍，然而不少患者並不知道自己患有胃酸倒流，在他處理的個案中，有些食道都被胃酸侵蝕至損破及流血，情況嚴重，但患者都不為意患病。

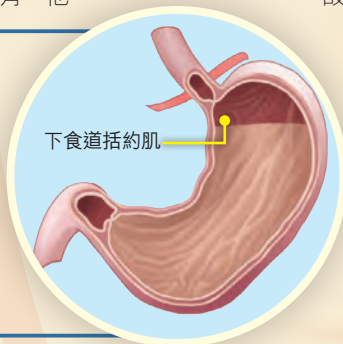
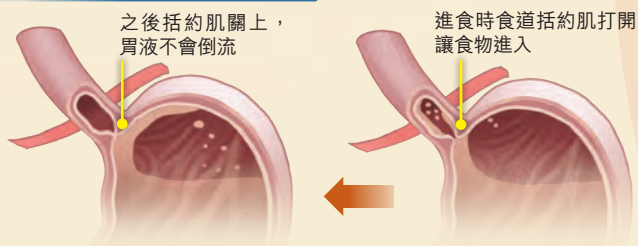
到底何謂胃酸倒流？患者會有哪些徵狀？

陳志偉醫生說，首先要分清楚生理性胃液倒流及病理性胃酸倒流。「在正常生理狀態下，我

奧巴馬總統亦患胃酸倒流。



## 正常進食機制



們每日都會出現短暫的胃液倒流，發生在進食時食道賁門打開讓食物通過時，但只有輕微胃液倒流，我們不會感到不適。

「病理性的胃酸倒流，是在沒有進食的情況下，胃酸由胃部湧出至食道，故患者會突然感到胸口灼熱，其實是胃酸侵蝕食道黏膜。長期胃酸倒流，會引致食道潰瘍，嚴重的更會令食道黏膜鱗狀細胞改變成為胃腸黏膜細胞，增加患食道癌風險。」陳醫生說。

## 肥胖、長者屬高危

其實健康人士有多個機制防止胃酸倒流。陳醫生解釋：「食道上括約肌和食道下括約肌，在進食時會放鬆讓食物進入，然後收緊；加上食道進入胃部有點斜角度 (Angle of His) 都可防止胃液倒流。另外食道穿過橫膈膜裂孔到達胃部，橫膈膜肌肉能夾緊

食道，亦能防止倒流。」

但當上述機制都失效，便有機會患胃酸倒流。患者包括橫膈膜鬆弛人士，例如肥胖人士及年長人士。而不良生活習慣，包括經常吃宵夜，或太遲吃晚飯，之後短時間內便上牀，都是誘發胃酸倒流的重要原因。「進食後需要有足夠時間消化，之後才上牀休息。如進食後很快上牀，人在平躺狀態下胃部進行磨碎食物步驟，其壓力會容易令食道括約肌鬆弛而導致胃酸倒流。」陳醫生說。

另外經常飲用咖啡、吸煙，都容易引致胃酸倒流。

而孕婦因胎兒頂住橫膈膜，及懷孕期間荷爾蒙改變，亦容易有胃酸倒流。

患有食道裂孔疝人士，即腹腸內的器官，透過裂孔滑入胸腔，他們亦會有胃酸倒流。

胃酸倒流患者，很多時並不知道患病，陳志偉醫生指出要留意病徵。「最明顯是胸口灼痛，有病人形容為火燒心一樣，亦有病人誤會以為是心臟病。兩者如

何分辨？心臟病的胸口痛是在運動期間出現，如靜止時胸口灼痛就大多是胃酸倒流。

## 病徵多變 患者留神

「胃酸有時會蝕傷牙齒，引致咽喉炎，晚上睡覺時咳嗽，另外如早上起牀後感喉嚨酸痛，聲音沙啞及唾液中帶血，都是胃酸

▲ 食道壓力測試儀，可檢查病人進食時食道的吞嚥能力強弱。

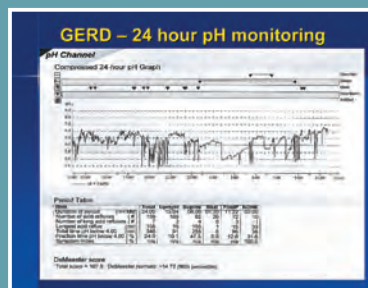
▲ 醫生會將這條喉管置入食道，量度吞嚥時的食道壓力。



▲ 圖為銀餐檢查，可見部分胃部滑入胸腔縱膈。



▶ 食道酸鹼度測試圖表，可以分辨病人到底是心臟問題或是胃酸倒流。



▲ 圖為內窺鏡顯示病人食道被胃酸蝕至潰瘍。



倒流的病徵。」

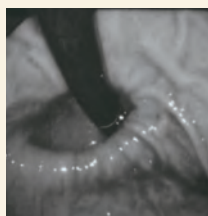
胃酸倒流如不治理，不但會引致食道潰瘍，增加食道癌風險；長者會增加肺炎風險（胃酸倒流進入肺部），故患者必須及早接受治療。

陳醫生說，病人需要先進行胃鏡檢查確定胃食道受影響情況，如有幽門螺旋菌需治理。昔日亦有用銀餐檢查，看是否有裂孔疝，及吞嚥時銀在胃反流到食道。

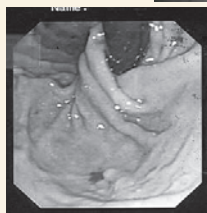
病人有時或需要進行食道酸鹼值檢查，將一條幼小膠管在從咽喉放入食道，量度二十四小時內的酸鹼值，並紀錄病人感覺不適的時間，觀察兩者的變動模式是否吻合。這檢查用於一些未能確定心臟問題或是胃酸倒流的病人。

另外病人如決定進行根治胃酸倒流的手術，術前需要進行食道壓力測試，同樣是在食道置入小喉管，病人進食時測試其食道壓力。病人的食道蠕動能力差，

▶ 圖為手術前的裂孔疝。



◀ 圖為手術後胃部情況。



手術時就會調節。

## 食道弱摺二百七十度

治療胃酸倒流手術稱為胃底摺疊術，將胃部組織拉緊摺疊，正常情況是三百六十度摺疊，如病人食道蠕動能力差會將摺疊減至二百七十度，甚至一百八十度。

而手術雖然說能根治，但亦要靠病人改善生活習慣，否則過了一段日子後，不良習慣又會引致胃酸倒流復發。

「服藥都服了兩年，初期都很有效，但到了後期感覺都是差了，所以兩個月前決定做手術！」張先生說。由於在術前進行的食道壓力測試發現食道動力較差，所以陳志偉醫生為他進行了二百七十度的胃底摺疊術，手術需時大約兩個半小時。

## 戒壞習慣防止復發

術後張先生感覺良好，而因為摺疊手術收緊了胃部，張先生感到自己進食量減少了，變相減磅，現在比高峰時輕了十一公斤，足足二十四磅，對於一米七的他顯然是意外收穫。而他亦知道要防止日後復發，自己需要好

要了解胃酸倒流情況，需要進行胃鏡檢查。

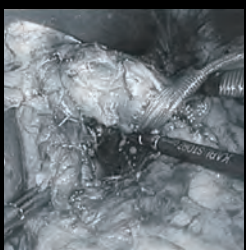


圖為胃底摺疊手術，收緊胃食道口，以防止胃酸倒流。

裂孔疝（橫膈膜肌肉鬆弛）



裂孔疝修補

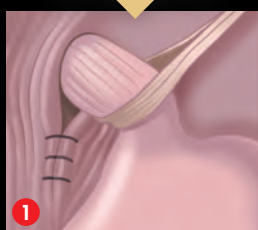


胃摺疊到食道

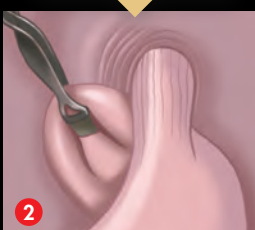


## 胃底摺疊手術圖解

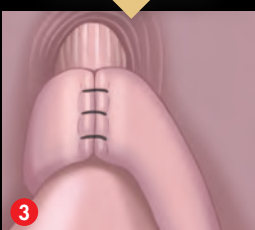
將胃部拉起



以順時針方向繞180度至360度，像摺疊一樣



然後將兩端縫緊



陳志偉醫生說，手術是最後的治療方式，一般胃酸倒流病人應先糾正不良習慣，戒煙或減少吸煙，減咖啡或飲用無咖啡因飲品，少吃高脂煎炸食物，平日少吃多餐，肥胖人士要減肥，多做運動可令橫膈膜回復緊緻。穿鬆衣服，以免箍緊加重胃部壓力。❶

好戒除壞習慣。  
「昔日經常深宵一邊看球賽一邊吃薯片，現在會戒。高脂肥肉類，都會盡量少食。」張先生說。



## 預防胃酸倒流

- 戒煙
- 避免飲酒、喝咖啡及高脂肪食物
- 少吃多餐
- 減肥
- 避免太晚用餐
- 戒消夜
- 穿鬆身衣服

## 胃酸倒流徵狀

- 胸口灼熱
- 胸骨後疼痛，胸悶
- 反嘔，溢出酸液
- 打嗝、嘔吐
- 吞嚥困難
- 久咳不癒
- 早晨醒來喉嚨乾燥、聲音沙啞
- 喉嚨感覺有異物
- 嘔出物帶血絲，或排黑便