

衛教園地—消化性潰瘍的護理指導

- 什麼是消化性潰瘍：
消化道因胃酸分泌過多，或黏膜防禦能力降低所引起上消化道黏膜組織的傷害，其中以胃潰瘍及十二指腸潰瘍發生最多。
- 下列因素會造成消化性潰瘍：
 - 胃酸分泌過多。
 - 細菌感染：幽門螺旋桿菌感染（糞口傳染）。
 - 情緒欠穩，或長期處於壓力及緊張的情緒。
 - 抽菸、喝酒及常食用刺激性飲料或食物。
 - 藥物：服用阿斯匹靈、類固醇、消炎藥及止痛藥等。
 - 內分泌異常、遺傳。
- 消化性潰瘍常見的症狀：
 - 上腹部疼痛。
 - 胃脹、胸口灼熱、吐酸水、噁心、嘔吐、食慾不振等現象。
 - 嚴重時會有解黑便、吐血、休克等症狀。

有上述症狀並不一定是消化性潰瘍，若有上述症狀請至腸胃科門診就醫。
- 消化性潰瘍的檢查：
 - 胃鏡檢查：可作為診斷及治療之依據。
 - 血清常規及糞便潛血反應檢查。
- 消化性潰瘍的治療：
 - (一) 藥物治療：制酸劑、乙型組織胺抑制劑、氫離子幫浦阻斷劑、抗生素等。若有幽門螺旋桿菌感染時，須服用三合一藥物治療一週至二週。
 - (二) 有出血時之治療：
 1. 暫時禁食。
 2. 靜脈注射以補充液體、藥物、或視需要輸血治療及置入鼻胃管，以便觀察出血情形。
 3. 胃鏡檢查，若有出血則行局部注射或電燒治療止血。
 4. 內科治療無法止血時，再決定是否手術治療。
- 居家自我保健原則：
 - (一) 飲食
 1. 養成良好的飲食習慣，三餐宜定時定量，細嚼慢嚥。
 2. 採易消化之溫和飲食，避免過冷、過熱、咖啡、茶、辣椒等刺激性食物。

3. 避免過於粗糙、堅硬、糯米等不易消化之食物。

(二) 休閒與活動

1. 生活規律，睡眠充足。

2. 注重個人衛生，常洗手。

3. 正常活動，依個人體力做適當之調整。

(三) 減少應酬，避免抽菸、喝酒。

(四) 按醫師指示服藥，勿自行服用成藥。

(五) 若有臉色蒼白、冒冷汗、心跳加快、解黑便、吐血等症狀，應立即就醫治療。

參考資料：1. 張經緯、黃雪蓮、施壽全、張文熊、陳銘仁、朱正心、林錫泉、劉建良、王蒼恩
(2009)·消化性潰瘍穿孔的變遷·內科學誌，20，352-358。。

2. 臺北榮總衛教單張

臺北榮家保健組關心您

