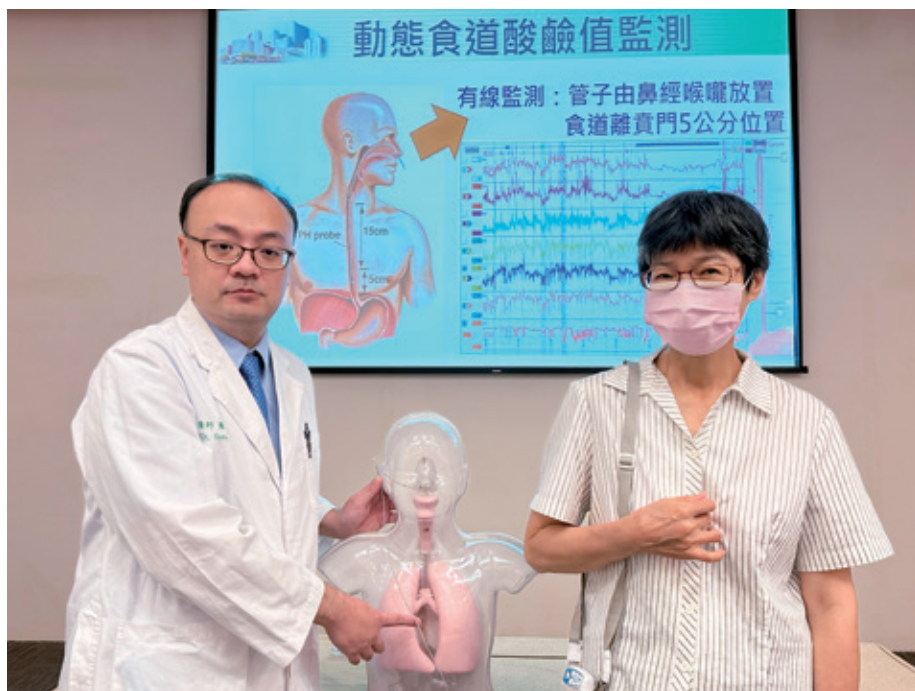


現代人胃食道逆流激增 哪些檢查能精準終結溢刺酸？

文／編輯部



消化內科蕭望德醫師（左）與個案詹女士合影，他表示，臨床約有六成病人在胃鏡底下無明顯黏膜受損，使用藥物治療症狀仍無明顯改善，建議採動態酸鹼值監測及高解析食道蠕動壓力檢測。（攝影／沈小茵）

【案例分享】

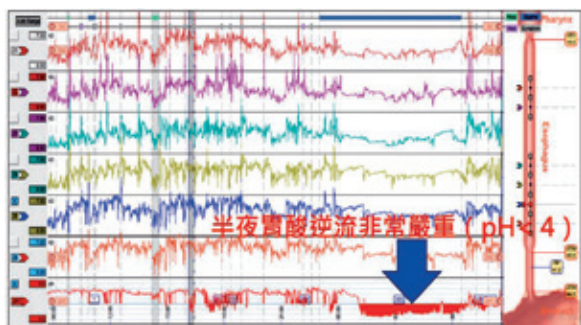
64歲詹女士經常感覺上腹部悶脹還有灼熱感，多次跑到各醫療院所接受胃鏡檢查，也服用過強效制酸劑，症狀仍不見改善。詹女士於是前往消化內科蕭望德醫師門診檢查，並接受24小時食道酸鹼監測，有鑑於上腹部灼熱感依然明顯，蕭醫師建議詹女士接受長達96小時的無線酸鹼值監測進一步深度分析，檢查後發現詹女士四天中酸逆流的時間只有百分之一點三，遠低於病態的食道逆流百分之六。蕭醫師評估，此現象為假逆流，不需再長期依賴制酸劑控制胃酸，其後轉介其他門診治療，詹女士是屬於自律神經失調以及腸脹氣問題，建議不宜再長期使用制酸劑。

另一位個案是40歲的謝先生，為金融業上班族長期工作壓力大，經常半夜回家後才進食，長期下來自己感覺有俗稱的「溢刺酸」——即胃酸或食物往上倒流進入食道。謝先生原不以為意，自行買成藥服用稍獲緩解，後來忽然發生火燒心的症狀越發頻繁，尤其睡到半夜經常被火燒心驚醒，甚至只要是平躺就出現火燒心，還併發乾咳無法再入睡，隔

天上班精神不濟，造成謝先生精神緊繃、易怒，甚至動起自殺的念頭，多重折磨下經介紹至蕭望德醫師門診尋求幫助，蕭醫師建議進行「動態酸鹼值監測（ambulatory pH monitor）」：將一條0.2公分細小導管，經鼻腔放入食道與胃附近，導管外接動態記錄器，持續24小時監測食道內的酸鹼值變化及食道蠕動的情形。經檢查發現，謝先生在夜間尤其是躺下時胃酸逆流非常嚴重，蕭醫師建議更改服用制酸劑時間，以及改變晚餐的飲食內容，戒除吃宵夜習慣後，夜間火燒心症狀明顯改善。

胃食道逆流盛行率激增 兩大好發族群、女性多於男性

蕭望德醫師說明，胃食道逆流是現代人常見疾病，其盛行率由30年前不到一成的比例，到現在約有三至四成的人口，激增原因與現代人的飲食習慣和生活壓力有關。典型症狀有溢酸、火燒心、胸悶、胸痛，其他症狀如打嗝、噁心、嘔吐、上腹部悶痛、吞嚥疼痛或吞嚥困難等，還有一些食道外症狀如喉嚨痛、喉嚨異物感、耳朵痛、咳嗽、呼吸喘促等，都可能與胃食道逆流有關，以上



24小時酸鹼測試結果顯示，謝先生在夜間尤其是躺下時胃酸逆流非常嚴重（pH4）。

症狀輕則影響注意力及工作效率，更甚者造成失眠、生活作息紊亂甚至無法工作，嚴重者甚至有輕生念頭。胃食道逆流的好發年齡在50至59歲，以及剛入社會的新鮮人這兩大類族群，女性罹患疾病的比率約男性高出兩倍。蕭望德醫師表示，此疾病較少發生嚴重併發症，主要影響的是生活品質及工作效率，但是要注意有無「食道化生」及「分化不良」的細胞變化，可能會增加罹患食道癌的風險。

若藥物治療症狀仍無改善 建議選擇兩種工具提供精準檢查

蕭醫師進一步分析，檢查胃部不適，通常以上消化道內視鏡簡稱胃鏡作為評估工具，它就像是拿放大鏡看黏膜，評估黏膜細微的變化，食道黏膜有無受損、有無不良變化、發炎、感染或是長腫瘤，都可以經由胃鏡得到良好診斷。據統計，臨床上約有六成的病人在胃鏡底下無明顯黏膜受損，使用藥物治療症狀仍無明顯改善，這時建議進一步使用其他精密工具檢查，像是「動態酸鹼值監測」及「高解析食道蠕動壓力檢測」，幫助提供病人更精準的評估，監測食道內的變化。由於檢查管子很細僅0.2公分，不會影響進食及日常生活，在24小時連續監測的基礎上，更能了解病人一整天食道的酸鹼值變化及食道蠕動情形。

少數鼻腔或食道結構異常者 或曾手術過的病人建議另行評估

若病人較為敏感或是鼻咽、顛底有手術過的病人，無法忍受鼻咽部有異物，以及

在上述24小時監測期間未出現症狀，蕭醫師建議選用食道膠囊——「無線動態酸鹼值監測」，監測時間最長可達96小時，病人可以更舒適、無感的接受檢查。在本院，臨床上接受有線動態酸鹼值測試已超過百例，接受無線動態酸鹼值測試也超過30例，病人可依自身的情形接受適當的檢查，只是目前尚無健保給付需自費。

此外，「高解析食道蠕動壓力檢測」對於傳統的食道壓力檢測，可以提供更準確的數值，其多點及全圓周的壓力分析，更能精準反應病人食道蠕動有無異常，其彩色壓力圖像能讓病人一目了然地了解自己的問題，尤其是要接受食道弛緩不能及抗胃酸逆流手術的病人，高解析食道蠕動壓力檢測能讓手術者有更好的評估手術之方式，至去年引進後，本院已執行15例的評估，對於病人是否適合接受手術，可以提供很好的資訊。不過，蕭醫師強調，少數鼻腔或食道結構異常，或是鼻腔、顱底接受過

手術的病人，可能不適合放置檢查的管子，如果有類似的情形，可與醫師討論後再評估是否適合接受檢查。

由於胃食道逆流是很常見但是多變的疾病，臨床上如果可以使用更多的工具來幫忙，達到疾病細分的目的，可以避免遺漏診斷或是過度診斷的情形，更進一步使病人得到正確治療，讓病人擁有更好的生活品質。蕭醫師最後也提醒，造成胃食道逆流的因素，大多跟肥胖族群、抽菸，以及生活壓力有關；在飲食方面，避免過度喝茶、咖啡，也要少吃甜食。蕭醫師呼籲民眾不要養成熬夜習慣，進食後兩小時不要立刻躺下、睡前盡量不要吃宵夜。🍷



示意圖非當事人