

消化性潰瘍

消化性潰瘍是指胃腸黏膜受損潰爛之意，可能出現於食道下段、胃、十二指腸、胃空腸吻合術後的邊緣等，其中以胃潰瘍及十二指腸潰瘍最為常見，而十二指腸潰瘍發生率大於胃潰瘍；消化性潰瘍是反覆發作的疾患，再發率極高，一旦成了消化性潰瘍的病人，除非經特殊治療，否則不易完全治癒。

一、症狀

	十二指腸潰瘍	胃潰瘍
出血	血便（黑便）較嘔血常見	嘔血較血便（黑便）常見
噁心、嘔吐	少見	常見
持續時間	進食後 2~5 小時，空腹時（餓痛） 有時會在半夜被痛醒	進食後 30 分~1 小時，發生在午夜（飽痛），不會因進食症狀有所改善
疼痛部位	腹中線右側、肚臍上方	背部、上腹部
疼痛性質	燒灼或鈍痛	燒灼或痙攣性疼痛
年齡及性別	35~45 歲男性	55~60 歲以上女性

二、治療原則

- 1.胃鏡檢查：可以透過此檢查找到出血點、止血、做切片。
- 2.糞便潛血檢查。
- 3.配合治療潰瘍；若為幽門螺旋桿菌感染，醫師會視情況給於抗生素藥物使用。
- 4.急性發作期，應先禁食 1~2 天並且注意水份補充，待好轉後再由流質飲食進入半流質、軟質飲食，逐漸增加食物種類與量。
- 5.若有持續出血：需禁食，若有需要則會放置鼻胃管，必要時應予輸血，藉由內視鏡局部注射止血；如果仍有大量出血或穿孔現象時，應考慮手術治療。
- 6.藥物治療主藥減少胃酸分泌，降低潰瘍發生，且保護胃壁作用及對組織進行再生及修復，遵照醫生處方按時服藥，不可自行減藥或停止服藥。

三、日常生活須知

1.飲食方面

- (1)選擇易消化食物，採少量多餐方式進食，並細嚼慢嚥。

消化性潰瘍



- (2)避免刺激性調味品及高纖維、高醣食物，如：咖哩、菸酒（含電子煙）、咖啡、辣椒等；太冷、太燙的食物也會刺激胃液分泌或是造成胃粘膜受損，食物的溫度最好與體溫相近。
- (3)避免進食時及飯後 1 小時喝水，液體應於兩餐之間食用。
- (4)可選擇易消化烹調方式，如：蒸、煮、燉，避免油炸。

2.藥物方面

按時服藥，勿因症狀緩解，而自行停藥；勿自行服用成藥或止痛藥物，避免刺激胃黏膜導致出血情形，如：阿斯匹靈、類固醇或大量中藥進補；若必須服用時，可在兩餐間及睡前喝杯牛奶及餅乾以做為緩衝。

3.運動休閒方面

- (1)生活規律，避免熬夜，保持心情愉快，培養生活情趣與嗜好，減輕工作壓力，並保持充足睡眠等。
- (2)維持理想體重。
- (3)運用放鬆技巧保持生理及心理之平穩，至少每週 2~3 次運動，並應有適當的娛樂，以疏解壓力，減少胃酸分泌的刺激。

四、立即就醫

如有：腹痛加劇、吐血、噁心、嘔吐、解血便、黑便症狀，應立即就醫。

參考資料

- 石柏軒、黃國宏、方文良（2025）。淺談消化性潰瘍穿孔及其手術治療。《臨床醫學月刊》，95(1)，43-46。 [https://doi.org/10.6666/ClinMed.202501_95\(1\).0008](https://doi.org/10.6666/ClinMed.202501_95(1).0008)
- 徐邦焱、趙圓平、王家麒（2021）。消化性潰瘍的治療。《家庭醫學與基層醫療》，36(3)，95-103。 <https://doi.org/Article/Detail?DocID=P20090727001-202103-202103290009-202103290009-95-103>
- 陳介章、黃筱珮（2025）。消化道出血恐有致命危機！如何治療與預防？。《好心肝》，(109)，40-43。