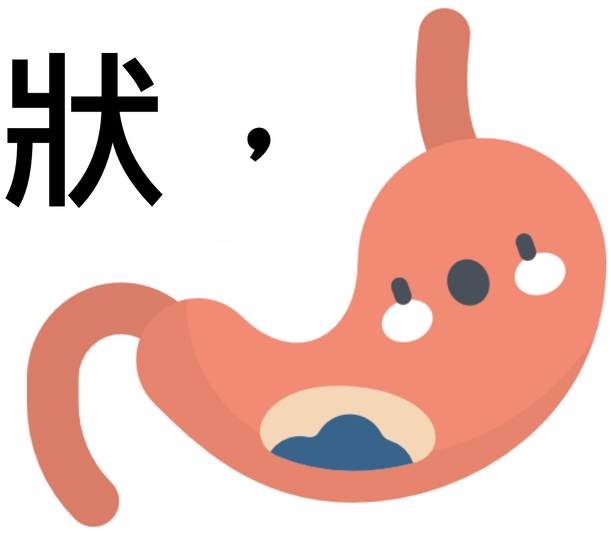
我有胃食道逆流典型症狀，該如何處理呢？

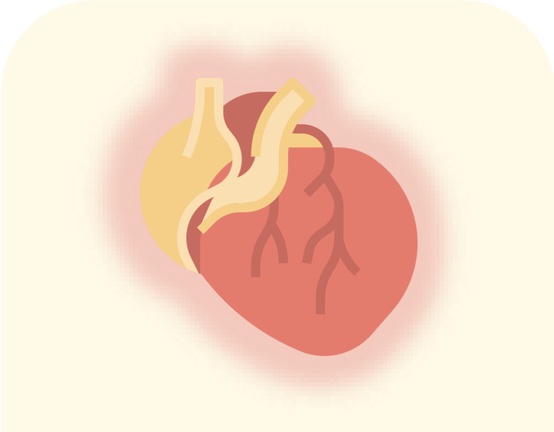


透過生活習慣的改變及配合藥物的使用，胃食道逆流是有機會改善及治癒的疾病。故本評估表希望透過幾個步驟的選擇來幫助病人或家屬找出適合自己的處理方式。

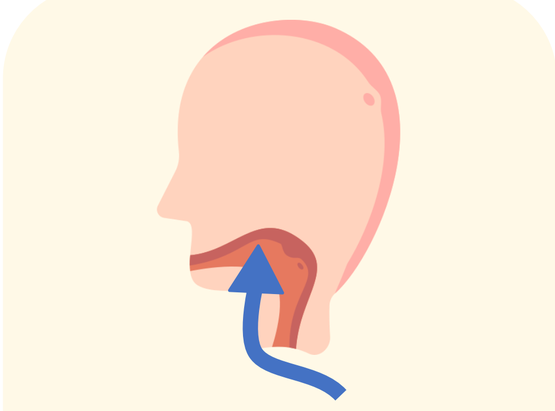
適用對象/狀況

有火燒心、胃酸逆流上來等典型症狀而懷疑有胃食道逆流的病人

- 典型症狀

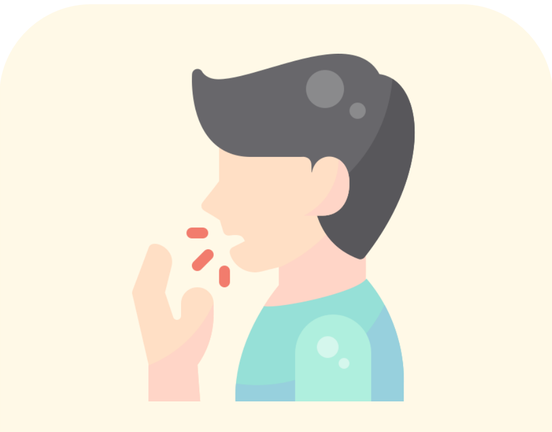


火燒心

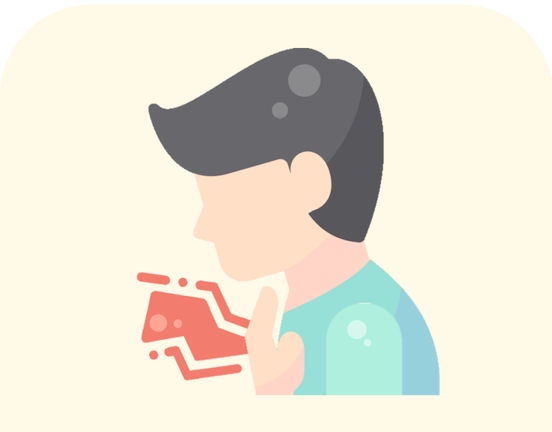


有胃酸逆流上來的感覺

- 其他非典型症狀



慢性咳嗽



胸部悶痛

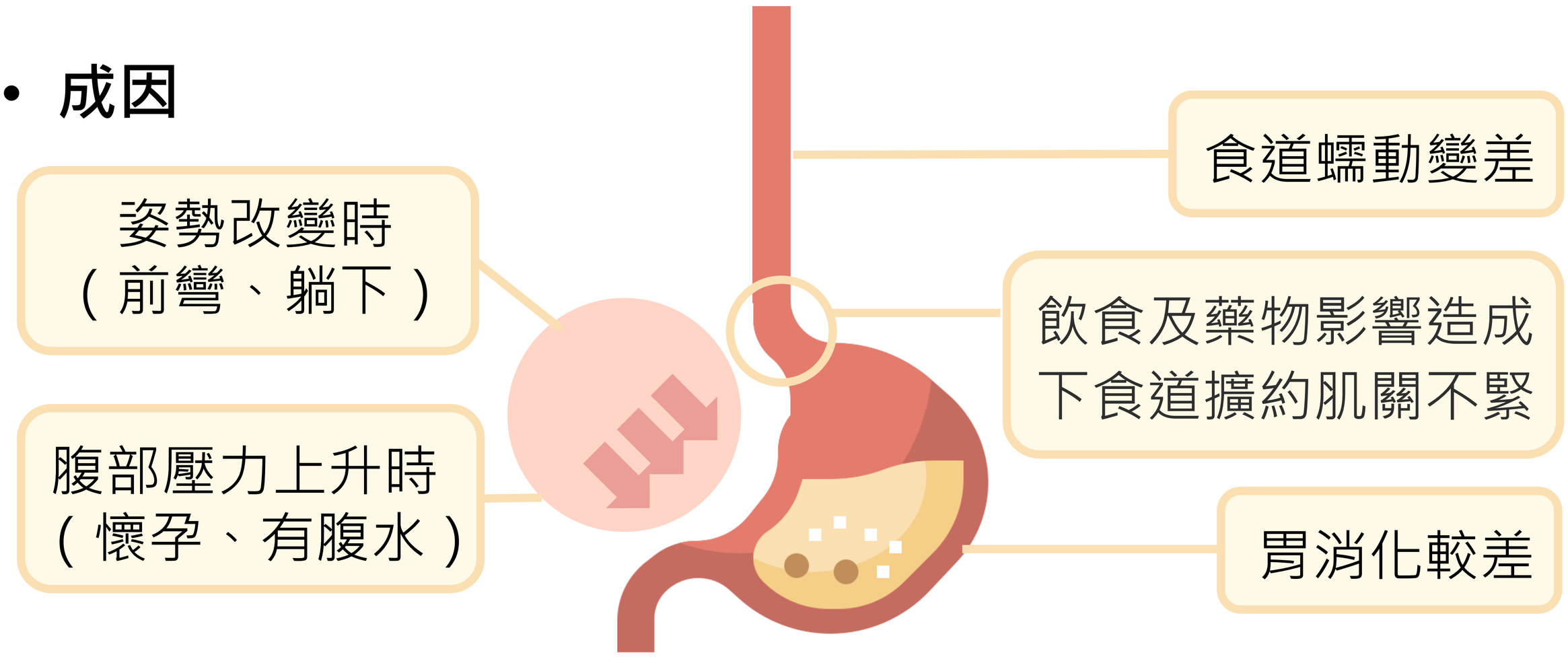
吞嚥困難、喉嚨卡卡的

有氣喘症狀

疾病簡介

- **族群**
  - 台灣約 25-30 % 的人有胃食道逆流的症狀
  - 好發於年紀超過 50 歲及肥胖的病人，且男性的發生率較高

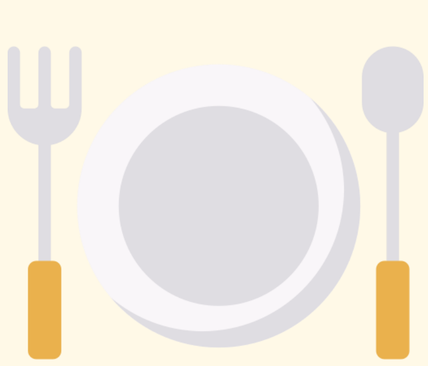
- **成因**



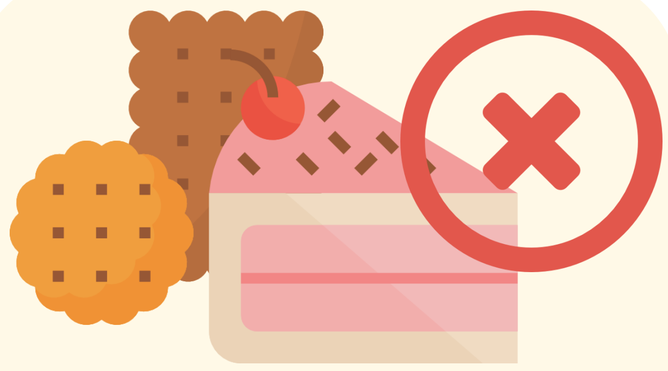
- **非藥物治療**：生活習慣改變

減重

戒菸及戒酒



少量多餐



睡前兩小時不要
吃點心或消夜

睡覺時
將枕頭墊高

少吃茶、咖啡、
可樂、巧克力等

診斷與治療

- 主要診斷方式：

	經驗性藥物 質	胃鏡檢查
方法	先使用 8 週藥物治療	有症狀者可接受胃鏡檢查
結果	若症狀完全緩解則可以診斷病人為胃食道逆流	確認是否有食道發炎，再依照嚴重程度分成 A,B,C,D 四級

- 藥物治療：

胃酸藥
(制酸劑)

中和已經產生的胃酸
來改善不舒服的症狀

酸

效果較好的胃藥
(質子幫浦抑制劑)

直接抑制胃壁細胞，
讓它無法分泌胃酸

質

緩解火燒心症狀之效果約比胃酸藥 (制酸劑) 好 34 %

您目前比較想選擇的是 ... ?

- ○ 先使用胃酸藥 (制酸劑)，效果不好再做胃鏡
- ○ 直接做胃鏡，再依檢查結果及健保條件用藥
- ○ 自費使用效果較好的胃藥 (質子幫浦抑制劑)
- ○ 我目前還無法決定要使用哪種

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

1. 不同醫療選項的比較

	1 先用胃酸藥，無效再胃鏡	2 先胃鏡檢查，再使用藥物	3 自費使用效果較好的胃藥
使用方式	先用胃酸藥，一天二到四次 (每次一到二顆) 酸 酸 ~ 酸 酸 酸 ↓ 若無效再胃鏡檢查	胃鏡檢查食道是否發炎 ↓ 依嚴重程度及健保條件吃藥 酸 或 質	效果較好的胃藥自費一天一次 (每次一顆) 質 不須胃鏡檢查

	1 先用胃酸藥，無效再胃鏡	2 先胃鏡檢查，再使用藥物	3 自費使用效果較好的胃藥
優點	不會因為長期吃藥導致藥效變差	1. 直接確認發炎情況及嚴重度 2. 可排除其他食道相關疾病	1. 可診斷兼治療 2. 吃藥次數少 3. 不須做胃鏡
缺點	吃藥次數多	胃鏡為侵入性檢查	需要自費
費用負擔	不須自費	胃鏡不須自費	自費，$9-23/天
效果	症狀發生率降低 23 %	-	症狀發生率降低 63 %

	酸 胃酸藥	質 效果較好的胃藥
若有發炎	不須自費	不須自費
若無發炎	不須自費	須自費

2. 您選擇醫療方式會考量的因素有甚麼呢？

請圈選下列項目。0分代表“非常不在意”，5分代表”非常在意。

	非常不在意 ----------非常在意					
使用藥物方便性	0	1	2	3	4	5
想快速改善症狀	0	1	2	3	4	5
接受胃鏡檢查的意願	0	1	2	3	4	5
自費用藥的價格	0	1	2	3	4	5
其他：_____	0	1	2	3	4	5

3. 上面提供的資訊，您是否已經了解了呢？

胃食道逆流的典型症狀是火燒心及胃酸逆流。

○是 ○否 ○我不知道

甜食、茶、咖啡、菸、酒不會惡化胃食道逆流的症狀。

○是 ○否 ○我不知道

治療胃食道逆流的藥物只有胃酸藥 (制酸劑)。

○是 ○否 ○我不知道

要使用健保給付效果較好的胃藥前需要接受胃鏡檢查。

○是 ○否 ○我不知道

4. 您現在決定好醫療方式了嗎？

我已經決定好了，我想要：

- ◯ 先使用胃酸藥 (制酸劑)，效果不好再做胃鏡
- ◯ 直接做胃鏡，再依再依檢查結果及健保條件用藥
- ◯ 自費使用效果較好的胃藥 (質子幫浦抑制劑)

我目前還無法決定：

- ◯ 我想再與我的主治醫師討論
- ◯ 我想再與其他人討論 (包含配偶、家人、朋友.....等)
- ◯ 對於以上方式，我想要了解更多，我的問題是：

_____

了解更多資訊及資源

輔大醫院胃食道逆流衛教影片

https://www.youtube.com/watch?v=BfdUU130kZw

國民健康署網站

https://health99.hpa.gov.tw/educZone/edu_detail.aspx?CatId=50969