

胃酸逆流，何時看中醫？

中國醫藥大學附設醫院/惠盛醫院主治醫師 廖祥琳

長期飲食不節制容易導致胃食道逆流反覆發生，其常見症狀有**胃灼熱、胸口灼熱、胃痛、胸悶、打嗝噯氣、咽喉至食道異物感、吞嚥困難**等，其中不少患者會有「容易飢餓，而且空腹時胃嘈痛(台語常描述「遮遮痛」)，吃點東西會較舒服，但是吃太多又腹脹」的表現。此外，不少患者長年咳嗽、聲音沙啞、咽喉異物常清喉嚨、口臭、甚至氣喘發作，追根究柢都是因為胃食道逆流導致。

中醫認為「脾主升清」，相當於腸蠕動與吸收，脾的功能發生障礙就會導致「胃失和降」，進而胃酸上逆。治療應著重在恢復腸正常蠕動與吸收，胃的和降順暢就無胃酸上逆的問題。

§ 廖祥琳指出，中醫治療胃酸的五大時機為：

- 停用藥物仍反覆發作時
- 胃酸伴隨慢性咳嗽、氣喘、胸悶時
- 胃酸伴隨腹脹、大便偏軟時
- 空腹時胃嘈痛(遮遮痛)、吃太多又腹脹時
- 胃酸雖然可被藥物抑制，但仍常常感到胸悶、咽喉異物感時



廖祥琳醫師

除了中藥治療之外，常按摩內關、手三里、足三里等穴位也有助於減少胃酸逆流的發生。當然，養成放慢進食速度、不過晚進食、減重、避免易造成胃酸的食物、墊高枕頭睡覺等生活飲食習慣也不可忽視，如此方能早日康復、避免復發。

主治專長

咳嗽、失眠、鼻過敏、失眠、頭痛、眩暈、耳鳴、頻尿、水腫、腰痛、慢性腎病、胃痛、食道逆流、便秘、腦中風、高血壓、糖尿病、癌症調理

門診時間	一	二	三	四	五	六
上午	豐原惠盛	中國附醫	豐原惠盛	中國附醫	豐原惠盛	中國附醫
下午					中國附醫	
夜診	豐原惠盛	中國附醫		豐原惠盛	中國附醫	