

慢性胃潰瘍

由於長期無規律飲食、捱餓或加班，但胃部依然正常地分泌胃酸與消化酶，若缺乏食物的中和作用，胃酸長期腐蝕胃壁便容易引起胃潰瘍。工作壓力大還會導致情緒不良和精神壓抑，從而引起腎上腺激素分泌增多等，並使胃黏膜的血液供應和胃酸分泌發生變化，引發胃病。

Eva 問：「譚博士，我今年 35 歲，近一兩個月，我發現自己胸口下方經常出現不適，一陣一陣的疼痛，有時還會反酸、噯氣，十分難受。請問是不是我的胃部出了問題？」經詳細診斷後，我答：「你的症狀是屬於慢性胃潰瘍，是黏膜肌層組織被胃消化液自身消化而造成的黏膜肌層組織損傷。該病主要症狀為腹痛、嘔吐、反酸、飢餓不適、飽脹、噯氣或餐後慢性中上腹疼痛，嚴重時可有黑便與嘔血。若胃潰瘍病情加重或延誤治療，易導致出血、穿孔、幽門梗阻和癌變等後果，因此需要高度重視。」

Eva 問：「胃潰瘍這麼嚴重？是什麼原因引起？」

疏肝理氣

我答：「現代醫學認為慢性胃潰瘍的原因是胃黏膜防禦功能下降，損害因素包括幽門螺旋菌感染、胃酸和胃蛋白酶的作用、非甾體抗炎藥、遺傳因素、胃和十二指腸動力異常等，此外，大量飲酒可致急性胃黏膜糜爛潰瘍甚至出血；吸煙可刺激胃酸分泌增加，尼古丁又會使幽門括約肌張力降低，導致膽汁反流，破壞胃黏膜屏障，這些都會對胃造成損害。而中醫理論認為該病的病因主要有以下幾點：

1.脾主運化，胃主受納，脾氣上升使營養物質得以輸布而充實營養人體，胃氣下降使糟粕（食物經消化吸收後的殘渣）廢物傳送得以排除體外。脾胃在維持人體的正常機能和增強元氣以抵抗外邪方面起着重要的作用，幽門螺旋菌是導致胃潰瘍發病的重要原因，屬中醫邪氣的範疇，脾胃虛弱是幽門螺旋菌侵襲的前提之一，而該菌又可損傷脾胃，導致該病反覆發作，難以痊癒。

2.脾負責運化體內水濕，肝主疏洩調暢氣機，水濕通過肝脾的作用而布散全身，滋養人體。若外感濕邪或長期過食肥膩、煎炸辛辣或飲酒等，損傷脾胃功能，導致水濕內生，導致宿食

所化之熱與中焦停聚之濕相結合而成濕熱之症，令肝的疏洩功能下降，氣機不暢導致水液代謝障礙而產生痰濕等病理產物，最終引起胃腸氣機紊亂，清濁升降失常，濕熱瘀毒交結，脈絡受損，腐蝕胃臟而形成潰瘍。

3.任何病程過長，就會影響人體氣血和脈絡，慢性胃潰瘍病程長，纏綿難癒，且易復發。因此存在着血瘀的病理特點，瘀血既是消化性潰瘍發病的病因又是其病理產物。」

Eva 續問：「請問有沒有什麼方法可以調理我的臟腑，緩解胃部疼痛？」

我答：中醫治療慢性胃潰瘍，以疏肝理氣、健脾祛濕為主要原則，你可嘗試以下方法：

針灸：針刺內關、中脘和胃脘等穴，佐以艾灸，隔日 1 次，7 次為一療程。

淨血療法：在肝脘穴上，外塗上中藥淨血藥液，然後用皮膚針在皮膚局部表層輕叩，再以負壓將瘀血抽離。功效包括：1.清除體內的瘀血、消腫止痛、化瘀排毒。2.清除體內的濕氣，從而治濕痹、利腸胃、化濕排毒。