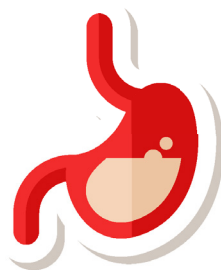


今晚，我想 來點……胃藥！



撰文◎藥劑科藥師 劉任

端午節過後，除了要擔心肉粽的熱量爆表，以及在節日過後面對體重計的恐懼外，飽餐一頓之後的腸胃不適，也是另一個問題。

腸胃不適，並非僅是身體不舒服這種簡單的問題，它還破壞了我們在長期的壓力下唯一的心靈慰藉—滿足口腹之欲後的幸福感，這時，胃藥的出現就宛如照亮黑夜的一道月光，不僅如此，胃藥也適時地提升了部分族群一服藥後胃不舒服之病人的服藥順從性。如果胃藥占有這麼重要的地位，那就讓我們來一探這萬靈藥的祕辛吧！

胃藥其實是一類藥品的總稱，可用於治療胃酸過多、胃食道逆流、胃潰瘍等，胃食道逆流常見的症狀如火燒心、胸悶、打嗝、嘴巴酸味、喉頭卡卡有異物感、喉嚨痛等；胃潰瘍則常見胃痛，尤其在進食之後。

胃藥大致可以依照作用原理分成三大類：中和胃酸的制酸劑；抑制胃酸分泌的乙型組織胺受體阻斷劑、氫離子幫浦阻斷劑；保護胃壁的前列腺素、黏膜保護劑等。分述如下：



制酸劑

因胃酸屬於酸性，故可利用藥品鹼性的成分（鈉、鈣、鎂、鋁等金屬離子）來中和胃酸，減少胃酸對胃食道黏膜造成的傷害及不適，藥效快速（約30分鐘內）但作用時間通常較短（持續約1小時），若屬於整天常會胃酸過多的病人可能需要一天服用多次。



副作用通常為腸胃道副作用，會依照所含成分有所不同，如鎂離子可能導致腹瀉、鋁離子可能造成便秘，而含有碳酸根離子的制酸劑作用後會產生二氧化碳，因此容易有脹氣、打嗝的不適感。此外，長期以及過量服用，也可能影響礦物質代謝並導致酸鹼不平衡，或因過度抑制胃酸而產生胃酸分泌反彈。

使用上需要特別注意的是，因含有金屬離子，因此當同時服用部分藥品時可能會產生交互作用，如抗生素（喹諾酮類、四環黴素類）、抗病毒藥等，應錯開1-2小時或更長時間，有時甚至需要停用制酸劑以避免藥品療效異常。

本院藥品：含有鎂離子的「氧化鎂錠」、含有鈣離子的「碳酸鈣錠」、含有鋁離子的「雅露佳錠」、同時含有鎂及鋁離子的「舒胃錠」及「艾胃逆服咀嚼錠」、同時含有鋁及鈣離子的「胃瑞美錠」等。

乙型組織胺受體阻斷劑

可抑制組織胺作用於胃壁細胞的H₂受體，阻斷訊號進而減少胃酸的分泌。藥效產生相對制酸劑慢一點（約1小時內），但一般作用時間較長（持續約12小時），一天常見使用為1-2次。

常見副作用有腹瀉、便秘、頭暈、頭痛等。使用上需要特別注意的是，此類藥品主要透過腎臟代謝，因此劑量須依照腎功能調整。

本院藥品：主要有「胃樂順膜衣錠」等。

氫離子幫浦阻斷劑（或稱質子幫浦抑制劑-PPI）

胃壁細胞上的氫—鉀離子幫浦是分泌胃酸的最終路徑，抑制它就能抑制胃酸分泌。因效果較強，一般用於較嚴重或發作頻率較高的胃食道逆流或胃潰瘍，但也因為價格相對較高，健保給付條件相對為嚴格。一天基本上僅需使用1次，藥效可持續24小時，但須連續使用3-4日才會完全抑制胃酸分泌。

副作用方面，短期使用包含頭痛、腹瀉、便秘、噁心、嘔吐；長期使用則可能出現B12缺乏、增加骨折風險、急性間質性腎炎等。

此類藥品與乙型組織胺受體阻斷劑不同，主要透過肝臟代謝，也因此，這會與部分藥品產生交互作用，而此種交互作用並非錯開服用時間就可以避免，依照影響程度不同有時是需要更換藥品使用的，例如：「保栓通」會因使



用PPI而導致抗血小板效果降低，增加血栓風險；「滅殺除炎錠」則會因排除降低而有增加毒性的風險。

本院藥品：主要有「保衛康治潰樂腸溶膜衣錠」、「泰克胃通口溶錠」、「得喜胃通緩釋膠囊」等。

小叮嚀：有吞嚥困難的病人，應避免將「保衛康治潰樂腸溶膜衣錠」磨粉使用以避免有效成分被胃酸分解，宜改用「泰克胃通口溶錠」泡水使用，或是打開「得喜胃通緩釋膠囊」的外殼後伴隨水或蘋果醬使用。

前列腺素

此為前列腺素E₁類似物，藉由抑制基本的、受刺激的和夜間發生的胃酸分泌，可降低胃酸的分泌量、胃液的蛋白分解，以及增加重碳酸鹽和黏液的分泌，來達到保護胃與十二指腸黏膜的效果。藥效快速（約30分鐘內），持續約3小時左右，一天需使用2-4次。

常見副作用如腹痛、腹瀉、便秘、噁心、嘔吐等，如隨食物一起服用可減少腸胃不適。另外，因為此成分會導致子宮收縮、致畸胎性，一般禁止使用在未排除懷孕或準備懷孕的婦女以及孕婦。

本院藥品：主要有「喜克潰錠」等。

黏膜保護劑

可在胃黏膜上形成保護性的膜，減少胃酸對胃壁細胞的傷害。作用約需1小時左右，一天需服用3-4次。常見副作用如便秘、脹氣等。

本院藥品：主要有「艾胃逆服咀嚼錠」、「保胃懸乳液」等。

小叮嚀：「保胃懸乳液」的有效成分Sucralfate作用需胃酸以達最佳效果，因此與制酸劑應間隔至少30分鐘。

就醫評估與調整習慣

雖然市面上有不少非處方藥的胃藥，可以在醫師／藥師／藥劑生指導下使用（指示藥）或自行購買使用（成藥），但若長期使用下來，可能改變腸胃道的酸鹼值，使得營養吸收到受到影響，甚至使腸胃道菌叢生長失衡，進而增加感染的風險，尤其是PPI。因此，如有用藥需求，但長期下來未有改善或是時常反復發作時，應及早就醫診治，讓醫師為您評估，共同討論最適合的治療方式。

除了使用有效的藥物之外，調整生活飲食習慣也是很重要的一環，例如飲食方面應盡量避免高油炸、高刺激性的食物，如咖啡、酒精、辛辣的食物等；生活作息方面應避免長期熬夜、暴飲暴食、吃宵夜等，都有助於腸胃不適的改善。除此之外，適度的運動以及休閒娛樂以減輕平日的壓力，也是處於現今忙碌社會中的我們一項必修的課題。

