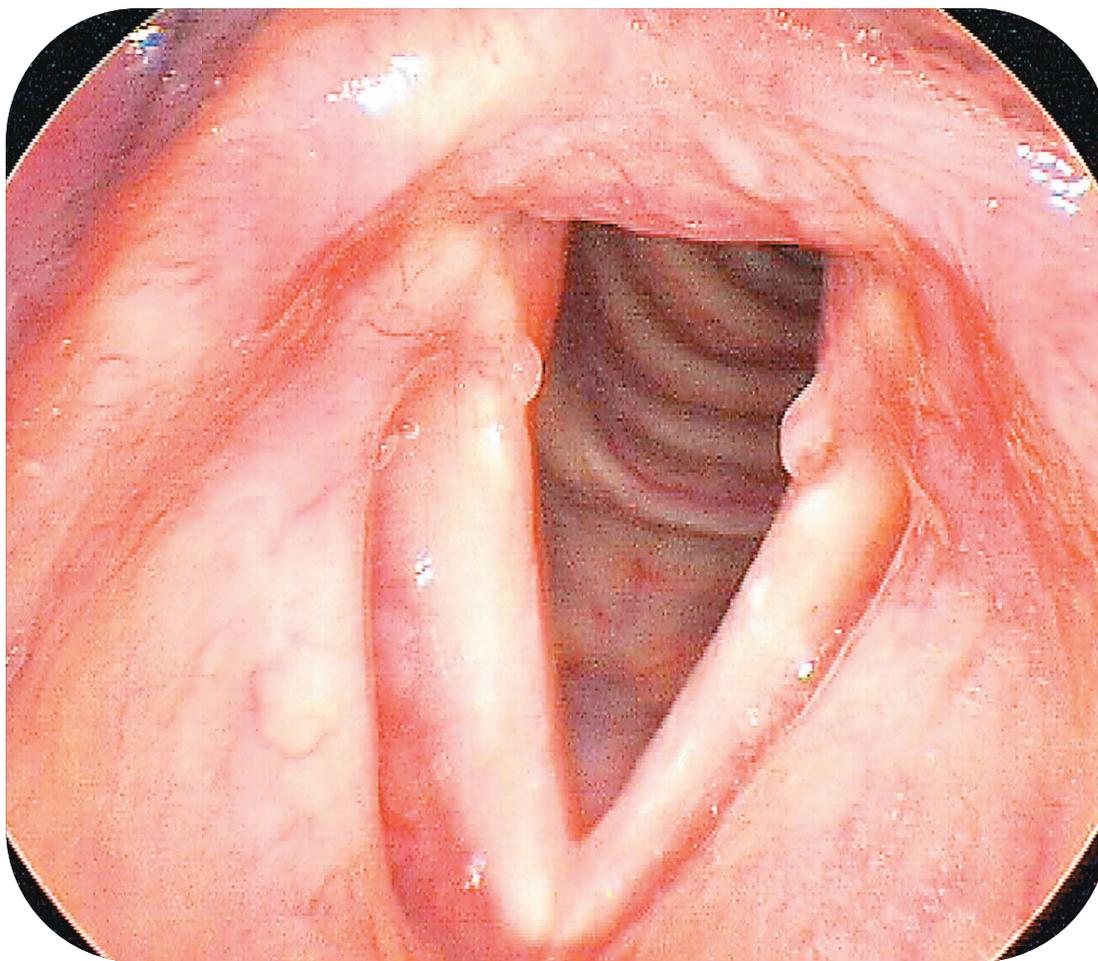




胃液反流



圖中顯示咽喉胃液反流患者所出現的聲帶肉牙。

胃液反流可分為「胃食道反流」及「咽喉胃液反流」。一般人會認為咽喉胃液反流即是胃食道反流，可是不論致病原因、倒流方式、症狀及治療方法，兩者都並不相同。簡單來說，兩者最大的分別是大部分胃食道反流病人會出現一些嚴重症狀，如食道炎及胸口灼熱感等；反之，根據統計資料顯示，少於20%的咽喉胃液反流病人有胸口灼熱感，且他們卻出現症狀如聲音沙啞、喉嚨感到有異物、吞嚥困難及喉嚨疼痛等症狀。另外，大部分咽喉胃液反流通常在白晝發生；而胃食道反流主要是在夜間躺臥時發生。因此，如果任何人士出現胃液反流的症狀，應盡快接受醫生的診斷。



撰文：
香港大學李嘉誠醫學院
外科學系
名譽臨床醫學助理教授
林建業醫生

病人可同時患上兩種病症

食道下端有一個括約肌，而這括約肌與胃部的連接處有一圈環狀肌肉，稱為賁門，主要是用來防止胃部裏的食物往食道逆流。賁門如同一個活門，當人進食後，食物會被送到食道，此活門的肌肉開始放鬆，並讓食物進入胃部，隨後立即關上，以免胃部的刺激物（如胃酸、膽汁等）或食物逆流至食道。若賁門在不適當時候自動張開，胃內物便會反流至食道而引起不適，便稱為「胃食道反流」。而「咽喉胃液反流」是指食道上端的括約肌功能不正常，胃酸會倒流至喉部，造成喉部及口腔等不適。

胃食道反流的典型症狀包括：食道炎及胸口灼熱，但僅有三分之一的咽喉胃液反流病人有此感覺；而咽喉胃液反流的主要症狀為聲音沙啞、喉部感到有異物、口臭、長期喉嚨疼痛、經常性咳嗽、胸口鬱悶、氣喘等，因而導致各種聲帶問題，如聲帶長出肉芽、聲帶結節及癭肉、聲門狹窄等，甚至出現惡性腫瘤。咽喉胃液反流亦可誘發其他疾病，包括哮喘、鼻竇炎、中耳炎、睡眠窒息症、嬰兒猝死症、喉頭軟化症及肺氣腫等。

儘管大部分咽喉胃液反流病人沒有胃食道反流的典型病徵，但有些病人卻會同時患上兩

種病症，因而容易產生混淆。

肥胖引起胃食道反流

根據美國一項最新研究報告指出，患上胃食道反流的人數在過去20年有持續上升的趨勢，因為市民生活富裕，又疏於做運動，加上生活壓力大，令肥胖的人數不斷增加，而胃食道反流與身高體重指數（Body Mass Index）有莫大的關係—身高體重指數越高，患上胃食道反流的機會便越高。

另外，不良的飲食習慣會導致脂肪及精製碳水化合物攝入量過多，如快餐文化及微波烹調食品的普及等，加上經常攝取咖啡因，都會增加胃酸逆流的嚴重性。

檢查方法

胃食道反流及咽喉胃液反流可依照病人的症狀作出診斷。由於大部分的咽喉胃液反流病人都沒有食道炎及胸口灼熱感等典型症狀，所以他們必須藉着檢查，以確定胃液反流的種類。

兩者的檢查方法包括吞嚥造影檢查、內視鏡檢查（喉部及上消化道）、食道切片檢查、食道下端括約肌壓力測驗及「24小時食道酸鹼值測試」等。吞嚥造影檢查、內視鏡檢查及食道切片檢查除了可以診斷胃食道反流，更可評估食道的傷害程度。食道下端括約肌壓力測試則可用來評估胃食道反流治療及手術治療效果。

而「24小時食道酸鹼值測試」可同時確定胃食道反流及咽喉胃液反流。此測試是將一個用作測量酸鹼值之電極，經由鼻孔至食道括約肌上方約5厘米處，電極將會連續24小時處於此位置，以測量電極之酸鹼值變化及變化時間，再配合臨床症狀之關連性，即可診斷病人是否患上胃食道反流。若果電極放置在食道上端的括約肌上方約2厘米處，更可確定病人是否患上咽喉胃液反流。

治療方法

治療方法主要是根據病人的臨床症狀、胃酸逆流的嚴重程度及病人對治療效果的反應而定。若病人出現輕微症狀、且屬間歇性的，他們可接受第二型組織胺拮抗劑治療；而情況嚴重的病人更須服用質子泵抑制劑，為期3至6個月。一般來說，大部分的病人在2至3個月的治療後，徵狀會有明顯的改善，但情況較為嚴重的人士，則需要較長的時間來治療。

平時，病人應該保持心情愉快，作息定時及改變飲食習慣，便可減少胃酸逆流的出現。飲食方面，病人宜少食多餐、避免吃油炸、高脂肪及辛辣食物及戒煙，亦要避免飲用酒、茶、咖啡、汽水及含碳酸飲料；而部分水果如橙、西柚、菠蘿和奇異果等也減少進食。用膳時，病人不應穿着過緊的衣物，避免腹部的壓力增加而引致胃酸反流的現象。另外，病人不宜睡前3小時內進食，而在臥床時，可調高枕頭的高度約4至6吋。藥物如亞士匹靈等可刺激胃部，病人需減少使用。

咽喉胃液反流的症狀：

- 聲音沙啞
- 喉嚨有異物感
- 吞嚥困難
- 長久咳嗽
- 經常要清喉嚨
- 喉嚨痛
- 鼻涕倒流

咽喉胃液反流之研究

香港大學李嘉誠醫學院現正進行有關咽喉胃液反流病之研究，歡迎有喉痛、聲音沙啞、喉嚨有異物感、經常要清喉嚨等病徵之市民參加，名額30名。

市民如確診為咽喉胃液反流病患者，將會免費接受內視鏡檢查（喉部及上消化道）、食道下端括約肌壓力測驗、24小時食道酸鹼值測試及質子泵抑制劑的治療。如欲參加此研究或查詢有關資料，請致電7778-4654與梁姑娘聯絡。