

寶血醫院（明愛）羅皓緯藥劑師

留得腸胃在， 哪怕冇細菌？

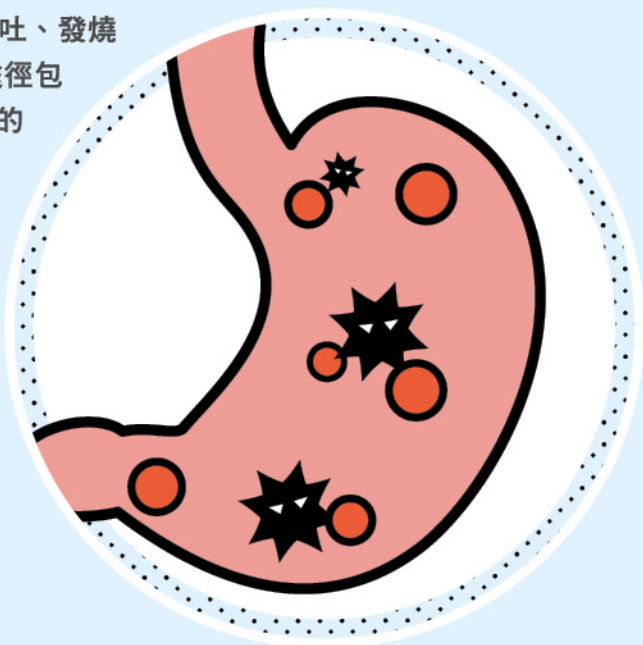


林先生數日前外出用膳，進食了生蠔、青口及帶子等海鮮。兩天後，出現了噁心、食慾不振和低燒等症狀。隨後一天，林先生更肚瀉了十多次，晚上匆忙來到門診求醫。他虛弱地告訴醫生：「我食乜屙乜。」經醫生診斷後，林先生被確診患上腸胃炎。

腸胃炎都有季節性？

腸胃炎（Gastroenteritis）有分傳染性和非傳染性。非傳染性的腸胃炎成因包括藥物毒性、食物過敏、壓力和免疫系統失調等。傳染性腸胃炎包括細菌性腸胃炎及病毒性腸胃炎，它們的症狀相似，一般是腹瀉、嘔吐、發燒及腹痛等。潛伏期由數小時至長達三天不等，傳播途徑包括口糞傳播和進食受感染的食物。根據衛生防護中心的資料，病毒性腸胃炎較常見於天氣清涼的季節。而細菌性腸胃炎較常見於熱天，這或因為炎熱和潮濕的天氣有助於細菌滋生。

醫生除了處方止瀉藥、止嘔藥、止痛退燒藥和解痙藥外，還處方了益生菌（Probiotics）。林先生懷疑地問藥劑師：「我吃了菌入肚才有腸胃炎，現在要我再吃『細菌』？醫生是否搞錯？」



細菌都有分好壞？

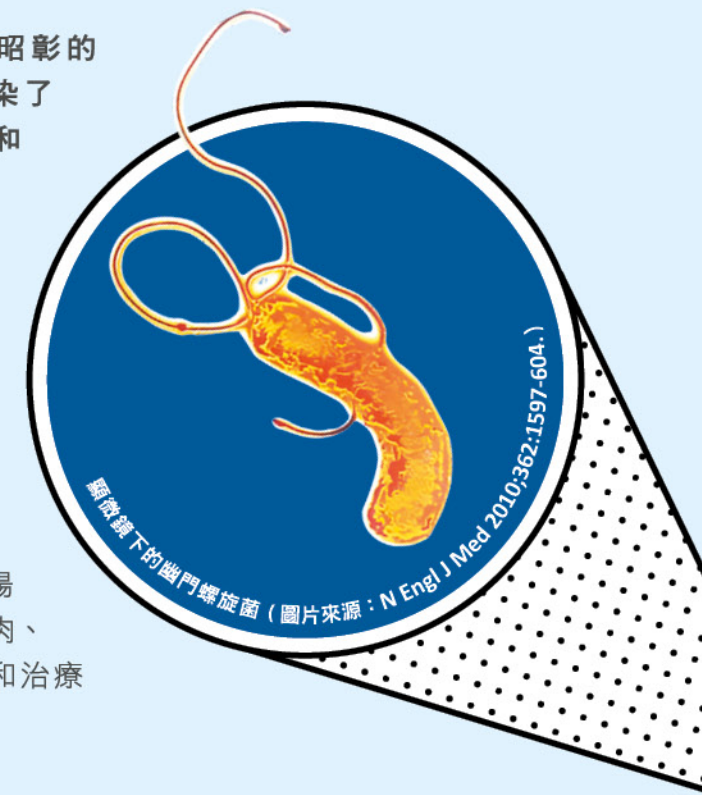
其實人體腸道裏充斥著數以億計的微生物，包括林林種種的細菌。正常的腸道細菌可分為有害菌（例如大腸桿菌 *E. coli*、幽門螺旋菌 *H. pylori*），和益菌（例如乳酸桿菌 *Lactobacillus*、雙歧桿菌 *Bifidobacterium*）。維持腸道健康的要訣在於保持有害菌和益菌數量的平衡，才能形成健康和諧的腸道菌群。可是，若進食了不乾淨的食物，這平衡就可能被打破，造成腸道問題。所以，補充益生菌可改善腸道菌群平衡，舒緩腸胃炎的徵狀。

林先生恍然大悟：「哇，原來益生菌有這麼多學問，我要乖乖聽從藥劑師指示服藥！」

腸胃惡菌 — 幽門螺旋菌（*H. pylori*）

消化道的有害菌有很多種，其中一種是惡名昭彰的幽門螺旋菌，它常被發現在病人的胃部。病人感染了幽門螺旋菌後，有機會導致胃痛、噁心、急性胃炎和胃潰瘍等。如不治療幽門螺旋菌感染，長遠能增加患上胃癌的風險！幸好，絕大部分病人透過服用三聯療法（Triple Therapy），便能根治幽門螺旋菌感染。三聯療法泛指同時服用三款藥物，包括兩款抗生素和一款質子泵抑制劑（Proton-Pump Inhibitor），療程一般為七至十四天，病人需要完成整個療程，以達致最佳效果。

除了以藥物治療消化道問題外，以腸胃鏡檢查消化道健康也是現代醫學不可缺少的一環。及時做腸胃鏡檢查能及早發現你的腸胃問題，如胃潰瘍、息肉、甚至胃癌和大腸癌等，讓醫生能適時為你安排預防和治療方案。若有甚麼疑問，都是盡早向醫生或藥劑師查詢。



承蒙 The Lai Shiu On Tong Foundation 捐助寶血醫院（明愛）內窺鏡檢查資助計劃，為正輪候公立醫院腸 / 胃鏡檢查的病人，提供經濟支援。
查詢及預約，歡迎致電 3971 4482 / 3971 9921 或 WhatsApp 至 6013 6754。