



腸胃藥正確用 避免小病拖成大病

腸胃藥是居家常備藥品之一，可緩解腸胃不舒服的初期症狀。但不建議過度依賴，若不適持續多天應就醫，以免忽略身體本身的疾病，延誤治療時機。

撰稿者 張仁銘 | 陽明院區藥師



張仁銘 藥師

因應新型冠狀病毒本土疫情升溫，藥師公會全聯會日前公布居家照護的 6 種常備藥物，除了解熱止痛藥（乙醯胺酚）、止鼻水藥（抗組織胺）、止咳化痰藥、電解質補充劑、維生素 B 和 C 外，腸胃藥也名列在全聯會指定居家常備藥品品項之一，由此可見腸胃用藥除了在一般日常生活中不可或缺，在疫情中亦扮演著重要角色。

過度依賴胃藥 可能忽略疾病

胃藥主要作用為提高胃酸的 PH 值，減低胃酸分泌，以及保護胃黏膜細胞，藉此減低胃酸對胃部的傷害。另外，除了醫師、藥師指示用藥以及成藥外，還有一部分的胃藥必須醫師以處方箋開立，這些胃藥對於一些胃部疾病同樣有很好的上述保護胃部效果。

很多民眾領用胃藥時，常會詢問藥師「胃藥吃太多會不會傷胃？」事實上，胃藥既然是避免胃酸對胃部的傷害，當然不至於對胃部產生額外的刺激性。話雖如此，胃藥也不是長期使用就一定沒問題，如果過度依賴胃藥的使用，可能因此忽略胃部本身一些嚴重疾病如胃癌等，反而造成治標不治本，延誤了真正病情的治療。

另外，脹氣也有一些開架式的成藥，可事先整備於家庭醫藥箱中，其作用為改變腸胃道中氣泡的表面張力，讓氣泡凝聚在一起，促進氣泡排出體外。此藥只有局部物理作用，不會干擾胃酸分泌。還有一些消脹氣的藥品，其原理是促進腸道蠕動，增加氣體排出，以達到消脹氣的目的。

■ 不適持續 2 天以上 務必就醫

好發在腸部的疾病如便秘及腹瀉等，也是消化系統中常見的疾病。一旦發生便秘或腹瀉，初期先以居家常備藥品緩解症狀，後續再就醫釐清病情並加以治

療。造成便秘和腹瀉的原因很多，除了一般民眾所熟悉的因素，例如運動量不足、水份、纖維素攝取不足，造成便秘；或是飲食、飲水不潔、手部清潔不確實、甚至是藥品的副作用，造成腹瀉，就連疾病本身也可能是造成便秘和腹瀉的元凶，因此後續的就醫治療是不可輕易忽視的保健步驟，以確保疾病及早治癒。

腸胃的常見疾病，除了上述舉例先以藥物緩解初期症狀外，基本上還是建議平常應養成良好的飲食及清潔習慣、培養定期運動的健康生活，甚至是穩定的情緒，都有助於腸胃的機能正常。不過，如果腸胃道不舒服持續兩三天或以上，初期以藥物緩解後務必及早就醫，不可輕忽身體各部位不適症狀帶給我們的健康警訊，如此才不至於小病拖成大病，輕症拖成重症，造成病情擴大情況。另外，要注意的是，放入家庭醫藥箱的常備品項，記得請社區藥局藥師協助或是撥打醫院藥物諮詢專線詢問，確保正確的安全用藥。



過度依賴胃藥的使用，可能因此忽略胃部本身一些嚴重疾病，反而造成治標不治本，延誤治療。