



衛生福利部雙和醫院

Taipei Medical University
Shuang Ho Hospital

胃藥的迷思



胃的小常識

胃內有所謂的酸鹼值，一般達到 $\text{PH}3\sim4$ 就會有上腹灼熱等不適感，最推薦的範圍大約是在 5 左右。少量的食物其實就是最好的類制酸劑。

空腹時，潰瘍會受酸的刺激而痛，當有食物在胃內時，酸性環境減少許多，疼痛及不適感也會消失。胃不好的人少量多餐正是為了維持胃中的酸鹼平衡。

吃藥一定要配胃藥嗎？

一般我們所熟知的「胃藥」，其實只是胃藥中的一類，正確的說法，應該叫「制酸劑」。我們普遍認為「吃藥傷胃，配胃藥吃才顧胃」，其實多數的藥都不需要配胃藥吃，有些藥搭配制酸劑反而影響藥效，久而久之對身體也會產生不良影響。

目前大約只有兩成不到的西藥會傷胃；只有罹患十二指腸潰瘍、胃潰瘍等消化性潰瘍疾病患者，為避免吃藥傷到胃，必要時才會併服胃藥。某些藥品服用時亦需與制酸劑間隔二小時，才不會影響藥效。

藥品一定會傷胃嗎？

藥品不一定會傷胃，即使部份會傷胃，原因大多與胃酸無關。

胃藥究竟是什麼？

胃藥(制酸劑)成分主要為金屬離子的化合物，例如鎂、鋁或鈣的鹼性化合物，主要用來中和胃酸，緩解或預防因胃酸過多引起的心灼感、胃脹氣、胃酸消化不良等症狀，但不建議單獨用來治療嚴重消化性潰瘍。

若吃得太氾濫，長期下來，胃內酸鹼值會升高導致胃酸過低，甚至可能造成胃腸細菌過度生長。其中鎂鹽會產生緩瀉作用；鋁鹽易產生便秘現象。

此外，胃乳也是常常開立的藥品之一。胃乳可以附著在胃壁黏膜上，形成保護薄膜，當胃酸分泌時，潰瘍的傷口已被胃乳覆蓋，就不會產生胃痛。但缺點是藥效持續時間短，且攜帶服用不方便。

哪些藥物會傷胃？

少數會傷胃藥品，像阿斯匹靈、類固醇及非固醇消炎劑等，但也不是所有服用這些藥的人都會受到影響，往往需長期服藥或患者本身原來就有胃部不適的症狀，醫師才會斟酌情況開些胃藥或以隨餐服藥的方式以降低刺激性。即使部份藥品真的會傷胃，原因大多與胃酸無關。

胃藥會影響藥品療效嗎？

若我們同時服用胃藥與四環黴素、抗黴菌藥(ketoconazole)、fluoroquinolone 類抗生素、鐵劑、抗癲癇藥物等，很有可能胃藥中的金屬離子會與其成分產生螯合，下降藥物的效果。

有些藥品設計成腸溶衣劑型，而腸道的酸鹼度相較於胃是偏鹼的，若併服胃藥會增加胃中鹼度，使藥物本來要在腸內吸收的卻在胃內便先溶解了，這些都會使療效大打折扣，若一定要和以上藥物併服，最好能間隔二小時以上。

胃藥濫用之風險

胃酸是體內殺滅細菌的第一道防線，長期服用胃藥，胃內酸鹼值持續升高，其抑止細菌能力降低，就像濫用抗生素會使免疫力降低一樣，細菌很容易跑到腸子滋生；或是因為過度抑制胃酸分泌，反倒造成反彈性胃酸分泌過多，形成慢性胃炎。

到底怎麼吃胃藥才對？

1. 若使用的是胃乳，注意要先搖晃均勻
2. 有些胃藥適合咬碎配水吞服效果才會好，如此才能迅速在胃部形成一個保護膜，防止某些藥物可能造成的傷害。通常是飯後半小時到一小時服用效果最好，一般藥效通常可以維持 1~3 小時。

3. 吞服胃藥以開水為主，避免服用果汁或其他飲料，因為可能造成一些交互作用。
4. 如果沒有醫師藥師指示，民眾最好不要自行購買胃藥服用。
5. 若沒有搭配胃藥，服用容易產生胃部不適的藥物時，最好在進餐二小時內服用，不要空腹食用，因為食物可以形成對胃壁的保護。
6. 制酸劑和胃酸分泌抑制劑不可一起服用，因為前者會妨礙胃酸分泌抑制劑的吸收，應先服用胃酸分泌抑制劑，兩小時後再服用制酸劑。