

何謂消化性潰瘍？

消化性潰瘍是指消化道部位受到胃液的腐蝕造成黏膜受損，使黏膜層產生糜爛的現象。常見的消化性潰瘍以十二指腸潰瘍最多，其次是胃潰瘍。

★胃潰瘍和十二指腸的不同點

比較的項目/病症	胃潰瘍	十二指腸潰瘍
常發生的部位	胃小彎〔前庭部〕	十二指腸的前端〔近幽門處〕
患者胃酸分泌量	正常至減少	正常至增加
患者黏膜抵抗力	降低	正常
進食對患者疼痛的影響	進食往往會加重疼痛	進食可減輕疼痛

何謂胃炎？ 胃炎是指胃黏膜發炎或糜爛出血的病症，大致分為急、慢性胃炎兩種。

※急性胃炎的特性：胃黏膜發炎，且有充血、浮腫和滲出物產生；嚴重時會有局部糜爛出血現象。

※慢性胃炎的特性：胃黏膜對酸的抵抗力改變而造成組織的受損。

消化性潰瘍患者飲食原則

消化性潰瘍的食物選擇範圍依潰瘍程度不同分為三期：第一期—自出血到止血後 2-3 天：最好飲用牛奶或將食物製成流質

狀供應。第二期—止血後 2-3 天至恢復期：最好食用軟質食物或溫和飲食。

第三期—恢復期：此時若無不適則可與普通飲食相似。

急性胃炎患者飲食原則

先禁食 1-2 天，使胃有足夠的休息，但可喝少量的水以防口渴，病情好轉後，逐漸以少量多餐的方式供給牛奶及流質狀的飲食，再慢慢增加食物的量及範圍。

慢性胃炎患者飲食原則

食用溫和食物〔無刺激性，低纖維質，易消化，夠營養〕，少量多餐，進餐時保持心情輕鬆愉快。

消化性潰瘍及胃炎患者注意事項

- ☆吃飯定時定量。
- ☆細嚼慢嚥，心情放鬆，飯後略作休息。
- ☆少量多餐，食用溫和食物。
- ☆均衡營養，不抽煙、不喝酒。

☆生活有秩序，不熬夜、心情保持愉快。