

专家与您
面对面

消化性溃疡

主编 赵瑞清 尹彩霞 张晓慧



怎么防？怎么治？

全面了解消化性溃疡

正确面对消化性溃疡的“防”与“治”

中国医药科技出版社



专家与您面对面

消化性溃疡

主编 / 赵瑞清 尹彩霞 张晓慧

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

消化性溃疡 / 赵瑞清, 尹彩霞, 张晓慧主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2016.1

(专家与您面对面)

ISBN 978-7-5067-7915-9

I. ①消… II. ①赵… ②尹… ①张… III. ①消化性溃疡-防治 IV.
① R573.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 266016 号

专家与您面对面——消化性溃疡

美术编辑 陈君杞

版式设计 大隐设计

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $1/32$

印张 $4\frac{3}{4}$

字数 74 千字

版次 2016 年 1 月第 1 版

印次 2016 年 1 月第 1 次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-7915-9

定价 19.80 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



内容提要

消化性溃疡怎么防？怎么治？本书从“未病先防，既病防变”的理念出发，分别从基础知识、发病信号、鉴别诊断、综合治疗、康复调养和预防保健六个方面进行介绍，告诉您关于消化性溃疡您需要知道的有多少，您能做的有哪些。

阅读本书，让您在全面了解消化性溃疡的基础上，能正确应对消化性溃疡的“防”与“治”。本书适合消化性溃疡患者及家属阅读参考，凡患者或家属可能存在的疑问，都能找到解答，带着问题找答案，犹如专家与您面对面。



专家与您面对面

丛书编委会（按姓氏笔画排序）

王 策	王建国	王海云	尤 蔚	牛 菲	牛胜德	牛换香
尹彩霞	申淑芳	史慧栋	付 涛	付丽珠	白秀萍	吕晓红
刘 凯	刘 颖	刘月梅	刘宇欣	刘红旗	刘彦才	刘艳清
刘德清	齐国海	江 莉	江荷叶	许兰芬	李书军	李贞福
张凤兰	张晓慧	周 萃	赵瑞清	段江曼	高福生	程 石
谢素萍	熊 露	魏保生				



前言

“健康是福”已经是人尽皆知的道理。有了健康，才有事业，才有未来，才有幸福；失去健康，就失去一切。那么什么是健康？健康包含三个方面的内容，身体好，没有疾病，即生理健康；心理平衡，始终保持良好的心理状态，即心理健康；个人和社会相协调，即社会适应能力强。健康不应以治病为本，因为治病花钱受罪，事倍功半，是下策。健康应以养生预防为本，省钱省力，事半功倍，乃是上策。

然而，污染的空气、恶化的水源、生活的压力等等，来自现实社会对健康的威胁却越来越令人担忧。没病之前，不知道如何保养，一旦患病，又不知道如何就医。基于这种现状，我们从“未病先防，既病防变”的理念出发，邀请众多医学专家编写了这套丛书。丛书本着一切为了健康的目标，遵循科学性、权威性、实用性、普及性的原则，简明扼要地介绍了100种疾病。旨在提高全民族的健康与身体素质，消除医学知识的不对等，把健康知识送到每一个家庭，帮助大家实现身心健康的理想。本套丛书的章节结构如下。

第一章 疾病扫盲——若想健康身体好，基础知识须知道；

第二章 发病信号——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了；

第三章 诊断须知——确诊病症下对药，必要检查不可少；



第四章 治疗疾病——合理用药很重要，综合治疗效果好；

第五章 康复调养——三分治疗七分养，自我保健恢复早；

第六章 预防保健——运动饮食习惯好，远离疾病活到老。

按照以上结构，作者根据在临床工作中的实践体会，和就诊时患者经常提出的一些问题，对 100 种常见疾病做了系统的介绍，内容丰富，深入浅出，通俗易懂。通过阅读，能使读者在自己的努力下，进行自我保健，以增强体质，减少疾病；一旦患病，以利尽早发现，及时治疗，早日康复，将疾病带来的损害降至最低限度。一书在手，犹如请了一位与您面对面交谈的专家，可以随时为您答疑解惑。丛书不仅适合患者阅读，也适用于健康人群预防保健参考所需。限于水平与时间，不足之处在所难免，望广大读者批评、指正。

编者

2015 年 10 月



目录

第1章 疾病扫盲

——若想健康身体好，基础知识须知道

什么是消化性溃疡 / 2

何谓胃溃疡 / 2

何谓十二指肠溃疡 / 3

十二指肠溃疡的发病机制 / 4

胃溃疡与胃酸的关系 / 4

胃黏膜的防御机制有哪些 / 5

幽门螺杆菌感染在溃疡发病中的地位 / 7

中医对胃溃疡如何认识 / 8

中医学对十二指肠溃疡的病因病机是如何认识的 / 8

刷牙与慢性胃炎、胃溃疡的关系 / 9

消化性溃疡的病因 / 10

胃溃疡是一种男性疾病吗 / 11

溃疡跟性格有关 / 12

溃疡会遗传吗 / 13

烈性酒会引起溃疡 / 14

消化性溃疡与精神因素关系十分密切 / 14

情绪激动易诱发胃溃疡 / 15

消化性溃疡病的季节性 / 16

吸烟对消化性溃疡有影响 / 16

有些药物可引起胃溃疡 / 17

解热镇痛药导致消化性溃疡 / 18



瘦长体型的人易患十二指肠溃疡 / 19

第2章 发病信号

——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了

十二指肠溃疡的主要临床表现 / 22

胃溃疡常见的临床表现 / 23

80% 的血便由消化性溃疡引起 / 24

老年人消化性溃疡的特点 / 25

复合性溃疡 / 25

胃癌的早期症状与就医信号 / 26

并发胃癌的危险信号 / 27

要重视反复发作的溃疡 / 27

胃溃疡的并发症 / 29

胃溃疡有癌变的可能 / 32

第3章 诊断须知

——确诊病症下对药，必要检查不可少

怎样鉴别胃溃疡与十二指肠溃疡 / 36

胃溃疡的实验室检查及征象 / 37

胃溃疡的诊断依据 / 38

需要与胃溃疡鉴别的疾病 / 39

幽门螺杆菌感染有哪些检测方法 / 40

患者就医前应做的准备 / 41

患者就诊时如何向医生陈述病情 / 42

消化性溃疡的检查 / 43



- 何谓胃镜检查 / 44
- 适宜做胃镜检查的情况 / 45
- 胃镜检查前的注意事项 / 45
- 胃镜检查后的注意事项 / 46
- 不宜做胃镜检查的情况 / 46
- 钡餐检查前的准备 / 47
- 目前检查胃病的新方法 / 48

第4章 治疗疾病

——合理用药很重要，综合治疗效果好

- H₂受体拮抗剂的作用和不良反应 / 50
- 保护黏膜的药物 / 50
- 抗幽门螺杆菌治疗方法 / 53
- 临床治疗胃溃疡应用的质子泵抑制剂 / 54
- 哪些药物有抗幽门螺杆菌的作用 / 55
- 难治性溃疡和顽固性溃疡应如何治疗 / 57
- 怎样进行胃溃疡的维持治疗 / 57
- 怎样治疗十二指肠溃疡 / 58
- 治疗十二指肠溃疡的常用单方验方 / 60
- 中医药如何进行抗幽门螺杆菌感染的治疗 / 61
- 消化性溃疡的内科治疗 / 63
- 消化性溃疡的内镜治疗 / 64
- 消化性溃疡的手术治疗 / 65
- 可用手术治疗的胃癌 / 66
- 胃癌的内镜治疗 / 67



第5章 康复调养

——三分治疗七分养，自我保健恢复早

十二指肠溃疡的预防护理 / 70

怎样进行胃溃疡的预防和保健 / 70

胃溃疡复发应如何进行防治 / 71

胃溃疡容易转变成癌 / 72

预防季节性消化性溃疡复发 / 73

第6章 预防保健

——运动饮食习惯好，远离疾病活到老

消化性溃疡患者的饮食禁忌 / 76

胃溃疡患者的饮食禁忌 / 77

反复发作的溃疡应当引起注意 / 78

生活状态会影响溃疡复发 / 78

饮食治疗的原则 / 79

消化性溃疡患者的饮食要有规律 / 80

消化性溃疡患者的膳食原则 / 82

胃溃疡患者如何调理饮食 / 83

溃疡病急性发作期患者的饮食 / 85

溃疡病过渡期患者的饮食 / 86

溃疡病恢复期患者的饮食 / 87

幽门梗阻患者应该怎样注意饮食 / 88

怎样安排胃切除术后患者的各期饮食 / 89

胃病患者如何选用新鲜水果 / 91

溃疡病患者如何选择蔬菜 / 92



- 胃病患者如何选择禽蛋肉类食品 / 94
- 溃疡病患者如何选择食用水产品 / 96
- 胃溃疡合并出血一定要禁食吗 / 97
- 防止胃溃疡复发在饮食上应注意些什么 / 98
- 胃溃疡患者吃新米好还是吃陈米好 / 100
- 溃疡患者吃小麦食品好还是吃大米好 / 100
- 溃疡病患者在饮食上应注意些什么 / 101
- 养成“八分饱”的习惯 / 102
- 早睡早起有助于胃肠健康 / 103
- 饮食疗法要长期坚持 / 104
- 平衡饮食有助于身体健康 / 105
- 细嚼慢咽可减轻胃的负担 / 106
- 胃肠功能弱的人要少食多餐 / 107
- 酒、咖啡要适量，烟要禁止 / 108
- 消化性溃疡愈后三个月内要坚持饮食疗法 / 109
- 胃炎、消化性溃疡患者外出就餐注意事项 / 111
- 自我心理调节 / 113
- 每天在家中坚持呼吸法、运动法锻炼，有益于胃肠健康 / 115
- 每天早晨可以进行增强食欲的运动 / 116
- 胃炎、消化性溃疡患者应该参加体育锻炼吗 / 117
- 中老年人应该如何安排日常锻炼 / 118
- 怎样掌握运动中“度”的问题 / 121
- 哪些运动方式有碍身体健康 / 123
- 体育锻炼期间怎样注意饮食卫生 / 125
- 消化性溃疡患者的主食选择 / 127



- 消化性溃疡患者的肉食选择 / 127
- 消化性溃疡患者的蔬菜选择 / 127
- 消化性溃疡患者的水果选择 / 128
- 消化性溃疡患者菜肴配方精选 / 128
- 消化性溃疡患者药膳配方精选 / 130
- 消化性溃疡患者的常用饮品 / 132
- 消化性溃疡患者常用汤羹 / 133
- 消化性溃疡患者的常用保健酒 / 135
- 消化性溃疡患者的常用粥类 / 136
- 消化性溃疡患者的常用保健茶 / 137



第1章

疾病扫盲

若想健康身体好，基础知识
须知道





什么是消化性溃疡

所谓“溃疡”，是指身体的某一部分组织溃烂、坏死。根据发病部位不同，名称也有所不同。比如说发生在胃里就叫胃溃疡，发生在十二指肠里就叫十二指肠溃疡，另外还有食道溃疡和手术后愈合部溃疡等其他种类。

但一般说的溃疡病就是指胃溃疡或十二指肠溃疡。这些溃疡是因为黏膜被胃液（主要成分是盐酸、胃蛋白酶、黏液、消化管激素和无机物等）消化，组织遭到破坏造成的，总体上称为消化性溃疡。消化性溃疡的发病率近年来急剧上升，发生频率占全部疾病的2% ~ 6%，占消化器官疾病的10% ~ 20%，可以说是一种极常见的疾病。

消化性溃疡的代表性疾病就是胃溃疡。胃溃疡的发生部位以胃内侧的胃角部为中心。这个地方是不同的分泌液，即胃底腺黏液和幽门腺黏液汇集的地方，而且也是运动后最容易产生不良影响的地方。

何谓胃溃疡

发生于贲门与幽门之间的胃黏膜肌层炎性坏死性病变，就叫作



胃溃疡。由于物理和化学因素的刺激，机体的应激状态，某些病原菌的感染，都可引起胃溃疡病。

任何年龄均可见到此病，但以 45 ~ 55 岁最多见。在性别上，男性与女性基本相同，但男性略多于女性。胃溃疡与胃糜烂不同，胃溃疡穿透黏膜肌层，愈合后不可避免地留有纤维瘢痕，表面为一层上皮所覆盖，黏膜肌层不能再生；后者的损伤不穿透黏膜肌层，因而愈合后不留任何痕迹。

据统计，80% 以上的胃溃疡患者有疼痛发生，而且大多数人也是因疼痛才到医院就诊的。

何谓十二指肠溃疡

十二指肠溃疡是指胃酸和胃蛋白酶接触的十二指肠黏膜发生局限性的超过黏膜肌层的溃破。部位常在十二指肠球腔内，所以习惯称为十二指肠球溃疡。该病发病率很高，有人估计约有 10% 的人在一生中的某个时期患有十二指肠溃疡。男性的发病率比女性高。

十二指肠溃疡的典型表现是上腹部规律性疼痛，常伴有泛酸、暖气，一般在用抗酸剂或进食后疼痛可以缓解。上述症状常表现为复发和缓解，每次发作症状持续几天至几周，间隔以数周或数月的

十二指肠溃疡的发病机制

胃溃疡与胃酸的关系