

医学专家告诉你“疾病三分治、七分养”，调治结合

明明白白细说生活常见病 专家解读疾病 帮你找到调养良策

寻找疾病根源 破译疾病密码 做自己的健康医生

胃病

用药宜忌与日常调养

健康是福 健康是金

阚成国 赵虹 编著

本书献给渴求健康的患者朋友

教你从病理入手，根据不同症状，正确用药

合理膳食，注重调养

WEIBING

YONGYAO YIJI YU RICHANG TIAOYANG

生命的底线是健康，不生病才是大智慧
可怕的不是疾病本身，是对疾病的无知和恐惧
多管齐下，全面提高生命质量

黑龙江科学技术出版社

医学专家告诉你“疾病三分治、七分养”，调治结合

胃病

用药宜忌与日常调养

阚成国 赵虹 编著

WEIBING

YONGYAO YIJI YU RICHANG TIAOYANG

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

胃病用药宜忌与日常调养 / 阚成国, 赵虹编著. —— 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2011.10

(名医告诉你系列丛书)

ISBN 978-7-5388-6840-1

I. ①胃… II. ①阚… ②赵… III. ①胃疾病—用药法 ②胃疾病—防治
IV. ①R573

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 220436 号

胃病用药宜忌与日常调养

WEIBING YONGYAO YIJI YU RICHANG TIAOYANG

编 著 阚成国 赵 虹

责任编辑 常 虹 回 博

装帧设计 刘 洋

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编: 150001

电话: 0451-53642106 传真: 0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京普瑞德印刷厂

开 本 787 × 1092 1/16

印 张 14.75

字 数 180 千字

版 次 2012 年 2 月第 1 版·2012 年 2 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-6840-1/R·1952

定 价 26.80 元

目录 Contents

认识胃 1

- 胃是怎样一个器官 / 1
- 中医学是怎样解释胃的 / 1
- 胃在人体中是怎样工作的 / 2

胃病的分类及诱因 4

- 什么是胃病 / 4
- 什么是先天性胃病 / 4
- 什么是急性胃炎 / 5
- 慢性胃炎包括哪些 / 8
- 什么是胃黏膜脱垂 / 11
- 什么是胃溃疡与十二指肠球部溃疡 / 11
- 什么是功能性消化不良 / 15
- 什么是胃下垂 / 16
- 什么是胃食管反流 / 17
- 什么是胃息肉 / 18
- 什么是胃结石 / 18
- 什么是消化性溃疡 / 19

胃癌的诊断及诱因 25

- 什么是胃癌 / 25
- 怎样初步判断是否患上胃癌 / 25
- 中医是怎样诊断胃癌的 / 26
- 胃癌是根据什么来分期的 / 27
- 早期胃癌有什么症状 / 27
- 中晚期胃癌有哪些症状 / 28
- 胃癌的转移方式有哪些 / 28
- 什么是残胃癌 / 29
- 确诊胃癌需要进行哪些检查 / 29
- 胃癌的抽血化验有什么必要 / 30
- 胃癌常见并发症有哪些 / 31
- 胃病与胃癌有什么关系 / 31
- 幽门螺杆菌与胃病、胃癌有什么关系 / 32
- 幽门梗阻与胃病、胃癌有什么关系 / 33

确诊各类胃病需做的常规检查 34

- 测定血清胃蛋白酶有什么用 / 34
- 测定血清胃泌素有什么用 / 35
- 进行X线钡餐检查有什么用 / 35
- 哪些患者应进行X线钡餐检查 / 35
- 哪些患者不可进行X线钡餐检查 / 36
- 哪些症状的胃病病人需做胃镜检查 / 36
- 胃镜检查前应做好哪些准备工作 / 37
- 胃镜检查后要注意哪些事项 / 37
- 哪些症状的胃病病人不可做胃镜检查 / 38

胃镜检查可能会发生哪些意外情况 / 38
做胃液分析有什么用 / 39
进行胃液收集要注意什么 / 40
怎样检测幽门螺杆菌 / 40
哪些急性胃炎患者需要或不必进行检查 / 41
慢性胃炎患者需做哪些检查 / 41
慢性浅表性胃炎的诊断标准是什么 / 42
慢性萎缩性胃炎的诊断标准是什么 / 43
确诊胃溃疡需做哪些检查 / 43
小儿患胃溃疡的病因 / 44

胃病的预防及与其他疾病的关系 45

生活中怎样才能预防胃病的发生 / 45
为什么说长期处于紧张状态中也可能引发胃病 / 46
为什么说夏季要谨防冰箱性胃炎 / 47
预防小儿患胃炎要注意什么 / 47
为什么说有时胃出血和乱服感冒药有关 / 48
为什么说不能把胃痛都当成是胃病 / 49
老年人的胃病有什么特点 / 49
为什么说老年人应警惕无痛性溃疡 / 51
胃病与呼吸道疾病有什么关系 / 51
胃病与糖尿病有什么关系 / 52
胃病与心理疾病有什么关系 / 53

各类胃病的治疗原则和方法 54

慢性胃炎的治疗原则是什么 / 54

消化性溃疡的治疗原则是什么 / 54
慢性萎缩性胃炎的治疗原则是什么 / 55
功能性消化不良的治疗原则是什么 / 56
胃黏膜脱垂的治疗原则是什么 / 56
胃食管反流症的治疗原则是什么 / 56
急性胃扩张的治疗原则是什么 / 57
胃炎能否不治自愈 / 58
胃病患者服各种胃药的最佳时间是什么 / 58
为什么溃疡病患者最好在睡前服药 / 59
治疗胃溃疡的药为什么不能与维生素C同吃 / 59
急性单纯性胃炎患者不可服哪些药物 / 60
哪种类型的胃溃疡患者需要手术治疗 / 60
溃疡术后易复发的原因是什么 / 61
为什么胃溃疡患者不可常服小苏打 / 61
为什么胃溃疡患者不可常服氢氧化铝 / 62
为什么消化性溃疡患者不可用强的松来治疗 / 63
胃溃疡患者症状消失后为什么不可马上停药 / 63

胃病的药物治疗 64

治疗急性胃炎的药物都有哪些 / 64
治疗慢性胃炎的药物都有哪些 / 66
治疗消化性溃疡的药物有哪些 / 69
治疗胃病恶心症状的中药验方 / 72
治疗胃病暖气症状的中药验方 / 73
治疗胃病腹胀症状的中药验方 / 74
治疗功能性消化不良的中药验方 / 75
有保护胃黏膜作用的西药都有哪些 / 76

治疗各类胃病的中医理疗方法 79

- 如何用药浴法治疗急性胃炎 / 79
- 如何用药物外敷法来缓解急性胃炎疼痛 / 80
- 如何用指压法来缓解急性胃炎疼痛 / 80
- 如何用外敷止痛法来治疗慢性胃炎 / 81
- 治疗慢性胃炎的常用穴位有哪些 / 81
- 怎样用针灸来治疗慢性胃炎 / 83
- 如何用艾灸法来治疗慢性胃炎 / 83
- 怎样用脐疗法治疗一般性胃病 / 85
- 怎样用药袋来治疗一般性胃病 / 86
- 用气功治疗胃病会有哪些效果 / 86
- 怎样用气功按摩法来治疗慢性胃炎 / 87
- 治疗胃下垂的气功怎样做 / 87
- 治疗溃疡的气功怎样做 / 88
- 怎样用摩腹法来治疗一般性胃病 / 89
- 治疗胃病常用的推拿手法有哪些 / 89
- 怎样用推拿法来治疗胃脘痛 / 90
- 怎样用推拿按摩法来治疗急性胃炎 / 91
- 自己怎样用推拿法来治疗消化性溃疡 / 92
- 怎样用自我推拿法来治疗腹胀 / 92
- 怎样用自我推拿法来治疗慢性胃炎 / 93
- 怎样用自我推拿法来治疗暴饮暴食所致的胃疼 / 93
- 怎样用按摩法来治疗功能性消化不良 / 93
- 怎样用内养功来治疗慢性胃炎 / 94
- 怎样用足疗来治疗各种一般性胃病 / 95
- 怎样用捏脊法来治疗溃疡病 / 96

胃癌患者的治疗与养护 98

- 怎样防止萎缩性胃炎发生癌变 / 98
- 胃癌通常都有哪些治疗方法 / 99
- 什么是胃癌的免疫治疗 / 100
- 怎样用化疗来治疗胃癌 / 100
- 怎样用放疗治疗胃癌 / 101
- 怎样通过胃镜来治疗胃癌 / 101
- 怎样护理胃癌术后患者 / 102
- 胃癌患者术后应怎样进行复查 / 103

胃病患者日常养护及保健 104

- 胃病患者的“三分吃药,七分调养”有什么道理 / 104
- 胃病患者要经常保持什么样的精神状态 / 104
- 胃病患者怎样进行自我心理调节 / 105
- 为什么说保持充足的睡眠对胃病患者十分重要 / 105
- 天气变化对溃疡患者会产生什么影响 / 106
- 春寒对胃病患者会有什么影响 / 106
- 进入秋季胃病患者应怎样保养 / 107
- 胃炎患者怎样进行日常养护 / 107
- 急性胃炎患者怎样进行日常养护 / 108
- 慢性胃炎患者怎样进行日常养护 / 109
- 功能性消化不良患者怎样进行日常养护 / 109
- 胃病患者性生活的原则是什么 / 110

胃病患者日常运动健身 111

- 胃病患者健身运动的原则是什么 / 111
- 为什么胃病患者餐后不宜做剧烈运动 / 112
- 胃病患者怎样结合音乐进行健身 / 112
- 为什么说散步适宜慢性胃炎患者 / 113
- 适合慢性胃炎患者的室内保健操怎样做 / 113
- 练太极拳对消化性溃疡患者有哪些好处 / 114
- 赤足走对胃病能起到什么作用 / 115
- 气功慢跑对胃病患者有哪些益处 / 115
- 冬季胃病患者怎样进行科学地锻炼 / 117
- 胃病患者怎样做腹壁肌运动 / 117
- 胃病患者怎样做呼吸操 / 118
- 胃病患者怎样练坐式八段锦 / 119
- 胃病患者怎样练五禽戏 / 121

胃病患者日常饮食调养 124

- 胃病患者应抛弃哪些不良饮食习惯 / 124
- 胃酸过多患者日常饮食要注意哪些问题 / 125
- 为什么吃高盐食品会对胃造成伤害 / 125
- 为什么食油炸、熏制、腌制食品对胃都有伤害 / 126
- 经常不吃早餐有什么害处 / 126
- 为什么胃病患者不可偏食、挑食 / 126
- 过量食用辣椒对胃有什么害处 / 127
- 胃病患者为什么不可长期食用快餐面 / 127
- 胃病患者为什么不可常吃剩饭剩菜 / 127
- 过量食用黑枣、柿子会造成什么不良后果 / 128

为什么不可一次性食用大量瓜子 / 128
胃溃疡患者饮食容易产生哪些误区 / 129
胃病患者夏季饮食应注意什么 / 129
胃病患者暑天饮食应注意什么 / 130
胃溃疡出血时进食要注意什么 / 130
怎样选择有改善肠道作用的保健品 / 131
胃病患者为什么不能长期服用中药 / 131
怎样吃水果才不伤胃 / 131
胃病患者为什么不可饮浓茶和咖啡 / 132
胃病患者为什么不能饮高度酒 / 132
为什么大量喝啤酒不利慢性胃炎 / 133
吸烟对胃病患者有什么不良影响 / 133

各类胃病患者饮食调养原则 135

急性胃炎患者的日常饮食原则是什么 / 135
慢性胃炎患者的日常饮食原则是什么 / 136
消化性溃疡患者的日常饮食原则是什么 / 137
十二指肠溃疡患者的日常饮食原则是什么 / 137
小儿慢性胃炎的日常饮食原则是什么 / 138
慢性浅表性胃炎患者的日常饮食原则是什么 / 138
慢性萎缩性胃炎患者的日常饮食原则是什么 / 138
胃下垂患者的日常饮食原则是什么 / 139
胃出血患者的日常饮食原则是什么 / 139
功能性消化不良患者的日常饮食原则是什么 / 140
胃癌患者的日常饮食原则是什么 / 140
胃癌患者术后饮食调养的原则是什么 / 141
胃癌患者化疗期间饮食调养的原则是什么 / 142
胃癌患者放疗期间饮食调养的原则是什么 / 142

适宜胃病患者日常调养的食物与食谱 144

有补气、补血、止血功效的食物都有哪些 / 144

哪些食物有不同的寒热性 / 144

胃病患者应怎样根据食物的性味进食 / 145

适合急性胃炎患者日常调养的食谱、菜谱 / 146

适合慢性胃炎患者日常调养的食谱、菜谱 / 150

适合消化性溃疡患者日常调养的食谱、菜谱 / 162

适合小儿慢性胃炎患者日常调养的粥饮 / 171

适合十二指肠溃疡患者日常调养的食谱、菜谱 / 172

适合慢性浅表性胃炎患者日常调养的食谱、菜谱 / 176

适合慢性萎缩性胃炎患者日常调养的食谱、菜谱 / 180

适合胃下垂患者日常调养的食谱、菜谱 / 185

适合胃出血患者日常调养的食谱、菜谱 / 191

适合功能性消化不良患者日常调养的食谱、菜谱 / 192

适合胃癌患者日常调养的食谱、菜谱 / 196

适合胃癌患者术后调养的食谱、菜谱 / 204

适合胃癌患者化疗期间调养的食谱、菜谱 / 207

适合胃癌患者放疗期间调养的食谱、菜谱 / 208

适合脾胃虚弱者日常调养的食谱、菜谱 / 210

认识胃



胃是怎样一个器官

胃处于膈下、腹腔左上方的位置,大部分位于左季肋区,还有小部分位于上腹区。胃上连食管处称为贲门,下连十二指肠处称为幽门。整个胃是一个大的囊状器官,分为胃小弯、胃大弯、贴近腹壁的胃前壁及与之对应的胃后壁。胃前壁介于肝左叶与左肋弓之间,直接与腹前壁相贴。胃后壁与胰、横结肠、左肾和左肾上腺相邻,胃底与膈和脾相邻。贲门与幽门的位置比较固定,贲门位于第 11 胸椎左侧,幽门在第 1 腰椎右侧附近。胃大弯的位置较低,其最低点一般在脐平面。胃的活动性很强,其位置可因体位、横膈运动、胸腹内压力和腹腔内压力的改变而改变,在深呼气时可下降数厘米,腹压增加时可向左移动。

中医学是怎样解释胃的

中医学称胃为六腑之一,又称胃为胃脘,认为胃为“水谷之海”,可以“腐熟水谷”(消化食物),促使胃中容物通降(胃排空)。胃的生理

功能在于调节胃阳和胃阴的平衡。胃阳可以提供温运的热量,促进胃的收缩、舒张和蠕动,有利于将食物消化成为食糜。胃阴可以滋润胃腑,制约胃阳偏亢。由于胃阳的温运和胃阴的滋润,才促使胃完成储纳食物,初步消化食物,转运食糜的功能。

胃的生理特性如下:

① 胃气主降。《医学入门·脏腑》中称“凡胃中腐热水谷,其滓秽自胃之下口,传入于小肠上口,自小肠泌别清浊,水入于膀胱上口,滓秽,入于大肠上口”,是指饮食入胃,经过胃的腐熟,初步进行消化之后,必须下行入小肠,再经过小肠的分清泌浊。其浊者下移于膀胱、大肠,排出体外,清者(营养)供应全身需求。胃的这种功能就叫做“胃气”,只有胃气通降,汇而不藏,实而不满,虚实交替,才能生化不息,腐熟水谷。若胃气不降,满而不泄,糟粕浊气留于脾胃,就会出现胃脘胀满、疼痛、讷呆等症。若胃气不降反而上逆,就会出现呃逆、恶心、呕吐等症。

② 喜润恶燥。喜润恶燥是指胃喜滋润而恶于燥烈的特性。胃有腐熟水谷的功效,只有胃津液充足,才能消化水谷,使五脏六腑得到滋养。若胃中津液不足,则会燥气横生,出现口干舌燥、腹胀、口渴等症。

③ 胃与脾相表里。胃和脾通过经络相连,形成表里关系。胃与脾一脏一腑,胃主受纳,脾主运化,胃主降气,脾主升清,二者一升一降,共同完成食物的消化和吸收功能。

胃在人体中是怎样工作的

胃是人体重要的消化器官,它具有储纳食物、消化食物和杀灭病菌等多种生理功能。

① 储纳食物。当人体咀嚼和吞咽食物时,通过咽、食管等处感受



器的刺激,能反射性地通过迷走神经的作用,引起胃体、胃底的舒张,使胃容纳和暂时储存吃进去的食物。

② 消化食物。当食物进入胃后,胃壁开始舒张,同时有节奏地进行蠕动。蠕动波从胃体贲门开始向幽门方向推进。在胃的不断蠕动中,食物和胃液充分混合,被研磨并粉碎,形成食糜,并被向十二指肠推送。一般来说,水在胃内停留 5~10 分钟;糖类食物会停留 1 小时左右;蛋白质为 2~3 小时;混合性食物停留较长,需 3~4 小时;脂肪更长,可达 6 小时。食物的消化都是通过胃液完成的,普通成人可在一昼夜分泌 1.5~2.5 升胃液。胃液中含有盐酸、黏液、胃蛋白酶原、脂肪酶、电解质等物质。胃液中最重要消化酶是胃蛋白酶(由胃蛋白酶原在盐酸的作用下变成),它与胃酸能初步消化食物中的蛋白质。

③ 杀灭病菌。胃液中的胃酸能杀灭随食物进入胃中的病菌,减少胃肠道疾病。

轻松一下

我最先认识的是胃

一男童才五岁,可是却有着“神童”称号,他总是一鸣惊人。

一次,全家去海边玩,他在沙滩上画了一个椭圆形的图案,并且一侧还有个延伸的突起。

画好后,妈妈问他画的是什么。

“胃,我画的是胃。”

妈妈很惊讶,“那是谁教你画的呢?”

“在认识妈妈之前,我在你肚子里时,就认识它了。”

“.....”



胃病的分类及诱因



什么是胃病

通常所说的胃病,其实是多种胃部疾病的统称。它们通常都有相似的症状,如胃不适、疼痛、饭后饱胀、打嗝儿、泛酸,甚至恶心、呕吐等。胃病可分为功能性胃病和器质性胃病。功能性胃病包括胃功能紊乱、胃神经官能症、胃运动过快、胃运动过缓、胃运动无力、胃瘫、胃下垂、胃黏膜脱垂、胃酸过多、胃酸不足等。器质性胃病包括胃炎、胃溃疡(含十二指肠溃疡)、胃息肉、胃癌等。临床上常见的胃病有急性胃炎、慢性浅表性胃炎、慢性萎缩性胃炎、胆汁反流性胃炎、胃溃疡、十二指肠球部溃疡、胃息肉、胃结石、胃的良(恶)性肿瘤,还有胃黏膜脱垂症、急性胃扩张、幽门梗阻等。

什么是先天性胃病

胃在发育的过程中同样会发生一些障碍或异常,所以也可能存在先天性胃病。先天性胃病一般都是在婴儿期发病,少数也有在成人后才出现症状的。胃的遗传性疾病多数为多基因遗传病,常见的有先



天性肥厚性幽门狭窄、消化性溃疡、胃息肉等。

① 先天性肥厚性幽门狭窄。这种病为多基因隐性遗传,将近一半发生在头胎。如果家庭中有一例该病患者,则这家人中其他婴儿患这种病的危险性将会大大提高。通常,这种病的男性患者多于女性。

② 消化性溃疡。这种病有家族发病的倾向。比如,在十二指肠球部溃疡的患者亲属中,十二指肠的发病率就比一般人群高3倍。该病发病率也与血型有关,比如O型血的人,患十二指肠溃疡的概率就比A型、B型、AB型多1~4倍,患胃溃疡的概率也较高。

③ 胃息肉。这种病也有遗传倾向。胃息肉是胃肠道息肉综合征的一种表现,一般情况下不会出现症状,仅在息肉出血或发生梗阻时才出现临床症状。



什么是急性胃炎

>> 患急性胃炎的症状是什么

急性胃炎也称为急性胃黏膜病变,是由各种原因引起的胃黏膜急性炎症。病变可出现在胃底、胃体窦的任何部分,也可能整个胃呈弥漫性炎症。临床上按病因及病理变化的不同,可分为急性单纯性胃炎、急性糜烂性胃炎、急性腐蚀性胃炎、急性感染性胃炎。其中临床上以急性单纯性胃炎最为常见,而由于抗生素的广泛应用,现在急性感染性胃炎已比较少见。