

丛书·常见病防治系列

一本书



读懂

胃病



主编 谢英彪

中原出版传媒集团
中原农民出版社



一本书 读懂胃病

主编 谢英彪

中原出版传媒集团
中原农民出版社
·郑州·

图书在版编目(CIP)数据

一本书读懂胃病/谢英彪主编. —郑州:中原出版传媒集团,中原农民出版社,2012.5

(医药科普丛书/温长路主编.常见病防治系列)

ISBN 978-7-80739-551-5

I. ①一… II. ①谢… III. 胃疾病-防治-问题
解答 IV. ①R573-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 249941 号

出版:中原出版传媒集团 中原农民出版社

(地址:郑州市经五路 66 号 电话:0371-65751257)

邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:辉县市伟业印务有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:12.75

字数:183 千字

印数:1-3000 册

版次:2012 年 5 月第 1 版

印次:2012 年 5 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-80739-551-5

定价:24.00 元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换

医药科普丛书·常见病防治系列

编委会

主 编 温长路

编 委 (按姓氏笔画排序)

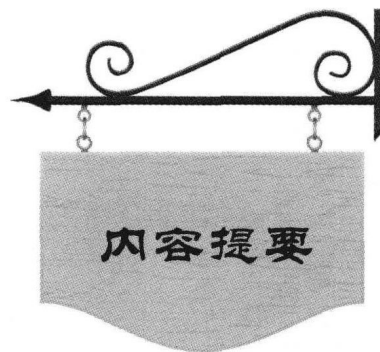
门 波 王 浩 王西京

毛常峰 朱明军 刘金权

孙自学 李 晖 张 翥

张延群 张建福 谢英彪

本书主编 谢英彪



随着生活水平的不断提高,人们在享受丰富物质生活的同时,也被激烈的竞争、不良的情绪以及不合理的饮食习惯所困扰,导致越来越多的人患有胃病。本书采用一问一答的形式,将专家临床经常遇到的,患者最关心的问题,在本书中用通俗的语言进行了解答。全书紧紧围绕胃病这一话题,详细解答了胃病基础知识,胃炎、胃溃疡、胃下垂、胃癌等病的发生、症状、饮食调养、西药治疗、中药治疗、运动疗法、按摩疗法、灸法等,对患者有很好的指导作用,就像读者的家庭保健医生。

序

人类疾病谱虽然不断发生着变化,但常见病依然是影响健康长寿的最主要因素。以最多见的慢性病为例,心脑血管疾患、恶性肿瘤、呼吸系统疾病、糖尿病每年的死亡人数分别为1700万、760万、420万、130万,占世界死亡人数的85%左右,其中有30%的死亡者年龄还不足60岁。我国的情况也不乐观,政府虽然逐年在增加医疗投资,但要解决好13亿人口的健康问题,还必须循序渐进,抓住主要矛盾,首先解决好常见病的防治问题。如何提高人们对健康的认知、对疾病的防范意识,是关系国计民生的紧迫话题,也自然是医药卫生工作者的首要任务。

2009年10月,在长春市召开的庆祝中华人民共和国成立60周年全国中医药优秀科普著作颁奖大会上,中原农民出版社的刘培英编辑提出了要编纂一套《医药科普丛书·常见病防治系列》的设想,并拟请我来担任这套丛书的主编,当时我就表示支持。她的设想,很快得到了中原农民出版社领导的全力支持,被列为2011年河南省新闻出版局的重点选题。2010年,他们在广泛调查研究的基础上,筛选病种、确定体例、联系作者,试验性启动少量作品。2011年,在取得经验的前提下,进一步完善编写计划,全面开始了这项工作。在编者、作者和有关各方的通力合作下,《一本书读懂高血压》、《一本书读懂糖尿病》、《一本书读懂肝病》、《一本书读懂胃病》、《一本书读懂心脏病》、《一本书读懂肾脏病》、《一本书读懂皮肤病》、《一本书读懂男人健康》、《一本书读懂女人健康》、《一本书读懂孩子健康》、《一本书读懂颈肩腰腿痛》和《生儿育女我做主》12本书稿终于脱颖而出,在龙年送到了读者面前,这的确是一件不同寻常的新春礼物!

在反映疾病的防治方法上,如何处理好中西医学的关系问题,既是个比较敏感的话题,又是个不容回避的问题。我们的态度是,要面对适应健康基本目的和读者实际需求的大前提,在尊重中西医学科各自理念的基础上,实现二者的结合性表述:认知理念上,或是中医的或是西医的;检查手段上,多是西医的;防治方法上,因缓急而分别选用中医的或西医的。作为这套书的基本表述原则,想来不必羞羞答答,还是说明白了好。毋庸遮掩,这种表述肯定会存在有这样或那样的不融洽、不确切、不圆满等不尽如人意处,还需要长期的探索和艰苦的磨合。

东方科学与西方科学、中医与西医,从不同的历史背景之中走来,这是历史的自然发展。尽管中医与西医在疾病的认识上道殊法异,但殊途同归,从本质上看,中西医之间是可以互补的协作者。中西医之间要解决的不是谁主谁次、谁能淘汰谁的问题,而是如何互相理解、互相学习、互相取长补短、互相支持、互相配合的问题。这种“互相”关系,就是建立和诠释“中西医结合”基本涵义的出发点与归宿点。人的健康和疾病的无限性与医学认识活动的有限性,决定了医学的多元性。如果说全球化的文化样态必然是不同文化传统的沟通与对话,那么,全球时代的医疗保健体系,必然也是不同医疗文化体系的对话与互补。当代中国医疗保健体系的建立,必然是中西医两大医学体系优势互补、通力合作的成果。中西医长期并存、共同发展,是国情决定、国策确立、国计需求、民生选择的基本方针。从实现中华民族复兴、提高国民健康素质和人类发展进步的共同目标出发,中西医都需要有更多的大度、包容、团结精神,扬长避短,海纳百川,携手完成时代赋予的共同使命。医学科普,是实现中西医学结合和多学科知识沟通的最佳窗口和试验田。不管这一认识能不能被广泛认可,大量的医学科普著作、养生保健讲座实际上都是这样心照不宣地进行着的,无论是中医的还是西医的。

世界卫生组织称,个人的健康和寿命 60% 取决于自己、15% 取决于遗传、10% 取决于社会因素、8% 取决于医疗条件、7% 取决于气候的影响,这就明确告诉我们,个人的健康和寿命,很大程度取决于自己。“取决”的资本是什么? 是对健康的认知程度和对健康正负因素的主动把握,其中最主要的就是对疾病预防问题的科学认识。各种疾病不仅直接影响到人的健康和生活质量,而且严重影响到人的生存状况和寿命。我国人均寿命从新中国成立之始的 35 岁升高到 2005 年的 73 岁,重要原因之一就是疾病防治手段不断得到改善和提高。如果对疾病防控的技术能够再提高一些,这个数字还有上升的余地。摆在读者面前的这套《医药科普丛书·常见病防治系列》,就是基于这种初衷而完成的,希望读者能够喜欢它、呵护它、帮助它,让它能为大家的健康给力!

新书出版之际,写上这些或许不着边际的话,权以为序。

梁书路

2012 年春 于北京

胃病基础知识

1	什么是胃病	1
2	为什么说幽门螺杆菌是慢性胃病的元凶	2
3	胃病患者如何做 X 线钡餐检查	3
4	胃病患者如何做胃镜检查	3
5	胃病患者如何做胃液分析	5
6	胃病患者如何做幽门螺杆菌检测	6
7	检查胃病还有哪些检测方法	6
8	如何诊断常见的胃病	7
9	为什么胃病也会传染	8
10	胃病为何不能乱吃药	9
11	吗丁啉能治疗胃痛吗	10
12	胃病患者如何注意区别食物的属性	10
13	胃病患者的基本饮食有哪几种	11
14	胃病患者如何四季养生	14
15	胃病患者如何注意饮食	15
16	胃病患者为何要远离烟酒和浓茶	18
17	胃病患者为何要避免精神紧张	19
18	胃病患者为何要生活规律	20
19	胃病患者如何注意睡眠	21
20	胃病患者还要注意什么	21
21	胃病患者如何做保健浴	22

胃 炎

1	什么是胃炎	24
2	什么是慢性浅表性胃炎	25
3	什么是慢性萎缩性胃炎	26
4	什么是胃窦炎	27
5	什么是碱性反流性胃炎	27
6	什么是疣状胃炎	28
7	什么是反流性食管炎	28
8	什么是神经性胃炎	29
9	什么是幽门螺杆菌感染	30
10	急性胃炎的诱发因素有哪些	30
11	急性单纯性胃炎有哪些临床表现	32
12	急性胃炎的诊断依据有哪些	32
13	如何预防急性胃炎	33
14	西医如何治疗急性胃炎	34
15	急性胃炎患者如何中医治疗	35
16	如何使用中成药治疗急性胃炎	36
17	哪些验方可治疗急性胃炎	36
18	如何用敷贴方法治疗急性胃炎	37
19	如何用药浴方法治疗急性胃炎	38
20	急性胃炎患者如何饮食调养	38
21	适宜急性胃炎患者的饮品有哪些	38
22	适宜急性胃炎患者的主食有哪些	40
23	适宜急性胃炎患者的菜肴有哪些	41
24	如何用针灸方法治疗急性胃炎	41
25	如何拔罐治疗急性胃炎	42
26	急性胃炎患者剧烈疼痛时如何自我按摩	43
27	急性单纯性胃炎患者如何自我按摩	43
28	急性胃炎患者如何刮痧治疗	44

29	慢性胃炎的诱发因素有哪些	44
30	慢性浅表性胃炎有哪些临床表现	46
31	慢性萎缩性胃炎有哪些临床表现	46
32	碱性反流性胃炎有哪些临床表现	47
33	如何预防慢性胃炎	48
34	慢性胃炎如何用西药治疗	48
35	慢性浅表性胃炎如何治疗	49
36	为什么浅表性胃炎不必长期服药	50
37	怎样防治胆汁反流性胃炎	51
38	萎缩性胃炎一定要行胃切除吗	52
39	萎缩性胃炎患者如何防癌	53
40	慢性胃炎患者如何中医治疗	55
41	如何使用中成药治疗慢性胃炎	56
42	哪些验方可治疗慢性胃炎	56
43	慢性胃炎如何敷贴治疗	63
44	慢性胃炎患者如何饮食调养	63
45	适宜慢性胃炎患者的饮料有哪些	64
46	适宜慢性胃炎患者的主食有哪些	67
47	适宜慢性胃炎患者的菜肴有哪些	68
48	适宜慢性胃炎患者的汤羹有哪些	70
49	慢性胃炎患者如何运动	72
50	慢性胃炎患者如何用灸法治疗	73
51	如何拔罐治疗慢性胃炎	74
52	慢性胃炎患者如何自我按摩	74
53	如何刮痧治疗慢性胃炎	75
54	情绪与胃病有关吗	75

胃 溃 疡

1	什么是胃及十二指肠溃疡	77
2	胃溃疡的诱发因素有哪些	78

3	胃溃疡有哪些临床表现	81
4	胃溃疡的诊断依据有哪些	82
5	如何预防胃溃疡	83
6	西医如何治疗胃溃疡	83
7	如何合理选用抗消化性溃疡药物	84
8	什么是消化性溃疡的三联疗法	85
9	胃溃疡如何维持治疗	86
10	胃溃疡患者手术后还会再发生溃疡吗	86
11	什么是治愈幽门螺杆菌感染 1 周方案	87
12	胃溃疡患者如何中医治疗	88
13	如何使用中成药治疗胃溃疡	89
14	哪些验方可治疗胃溃疡	89
15	如何用敷贴方法治疗胃溃疡	91
16	胃下垂患者如何中医治疗	92
17	胃溃疡患者如何饮食调养	93
18	适宜胃溃疡患者的饮料有哪些	96
19	适宜胃溃疡患者的主食有哪些	97
20	适宜胃溃疡患者的菜肴有哪些	98
21	适宜胃溃疡患者的汤羹有哪些	99
22	胃溃疡患者如何运动	100
23	如何拔罐治疗胃溃疡	102
24	胃溃疡患者如何自我按摩	102
25	七情与胃溃疡有关吗	103
26	胃溃疡患者如何安排性生活	104

胃 下 垂

1	什么是胃下垂	106
2	胃下垂的诱发因素有哪些	106
3	胃下垂有哪些临床表现	107
4	如何预防胃下垂	107

5	胃下垂患者如何西医治疗	108
6	如何使用中成药治疗胃下垂	108
7	哪些验方可治疗胃下垂	109
8	如何用敷贴疗法治疗胃下垂	110
9	胃下垂患者饮食上应注意什么	111
10	适宜胃下垂患者的饮料有哪些	112
11	适宜胃下垂患者的主食有哪些	113
12	适宜胃下垂患者的菜肴有哪些	113
13	适宜胃下垂患者的汤羹有哪些	115
14	胃下垂患者如何运动	116
15	胃下垂患者如何用灸法治疗	117
16	如何拔罐治疗胃下垂	118
17	如何自我按摩治疗胃下垂	118
18	胃下垂患者如何心理治疗	119

胃 癌

1	什么是胃癌	120
2	胃癌是怎样发生的	121
3	胃癌好发于胃的哪些部位	121
4	什么是胃的癌前病变	123
5	什么是早期胃癌	123
6	什么是中期胃癌	124
7	什么是晚期胃癌	125
8	什么是进行期胃癌	125
9	什么是胃的原位癌	126
10	什么是胃的黏膜内癌和黏膜下癌	126
11	什么是微小胃癌、小胃癌	126
12	什么是多发性胃癌	127
13	什么是再发胃癌	127
14	胃癌的临床病理分期是如何确定的	128

15	胃癌的发病率有多高	129
16	胃癌多发于什么年龄	130
17	胃息肉会发展成胃癌吗	130
18	引起胃癌的化学致癌物有哪些	131
19	胃癌会传染吗	133
20	哪些人是胃癌的高危人群	134
21	胃癌有哪些治疗方法	135
22	影响胃癌预后的因素有哪些	136
23	胃癌早期信号有哪些	137
24	胃癌一定会有胃痛吗	138
25	出现呕血和黑便时为什么应想到胃癌	140
26	为什么胃癌患者常有食欲减退和消瘦	140
27	胃癌在什么情况下出现呕吐和下咽梗塞感	141
28	早期胃癌的预后怎么样	142
29	如何护理胃癌患者	142
30	胃癌患者如何努力康复	143
31	胃癌患者手术后要注意什么	144
32	什么是胃癌的三级预防	145
33	熏制食物会导致胃癌吗	146
34	过多食用盐腌食物会导致胃癌吗	147
35	霉变食物会致胃癌吗	148
36	胃癌患者治疗期间怎样安排饮食	149
37	胃癌患者饮食原则是什么	150
38	胃癌患者手术前后的饮食如何安排	151
39	胃癌患者放射治疗期间的饮食如何安排	152
40	胃癌患者化学药物治疗期间的饮食如何安排	153
41	胃癌患者术后饮食有哪些注意事项	153
42	胃癌患者服中药时饮食上要注意什么	154
43	饮酒与胃癌的发病有什么关系吗	154
44	防治胃癌的饮料有哪些	155
45	防治胃癌的主食有哪些	156

46	防治胃癌的菜肴有哪些	157
47	胃癌患者需要运动吗	158
48	运动对胃癌防治有何作用	158
49	锻炼能增强胃癌术后患者免疫功能吗	158
50	精神因素与胃癌发病有何关系	159
51	胃癌患者有何心理变化	160
52	患了胃癌如何面对现实	162
53	胃癌心理治疗的一般原则有哪些	163
54	胃癌患者心理行为的干预方式有哪些	164
55	胃癌患者如何进行松弛训练	165
56	胃癌必须手术治疗吗	165
57	胃癌患者何时需要根治性切除术	167
58	早期胃癌多选用哪种手术方式	168
59	中晚期胃癌能手术切除吗	169
60	淋巴结转移后还能手术吗	170
61	胃癌术后可能有哪些不适	170
62	胃癌术后复发怎样治疗	171
63	化学药物治疗胃癌有效吗	172
64	对胃癌疗效最好的化学药物治疗方案有哪些	173
65	国际上推荐治疗胃癌的化学药物方案有哪些	174
66	如何选择胃癌手术后化学药物治疗时机	175
67	胃癌疼痛有哪些止痛方法	176
68	放射线是如何治疗肿瘤的	177
69	放射剂量是怎么回事	179
70	胃癌放射治疗有哪些适应证	179
71	胃癌如何采用放射治疗	179
72	胃癌术前如何采用放射治疗	180
73	胃癌术中和术后如何采用放射治疗	181
74	怎样防治胃癌术后反流性胃炎	182
75	怎样防治胃癌术后腹泻	182
76	中医治疗胃癌有哪些特点	183

77	中医怎样治疗胃癌	185
78	胃癌术前和术后怎样选用中药治疗	186
79	中医治疗与手术治疗如何综合运用	187
80	中医如何与化学药物治疗配合	188
81	中药如何配合放射治疗治疗胃癌	190

胃病基础知识

1 什么是胃病

胃病发病之广,几乎遍及每个家庭。流行病学资料表明,人群中几近半数的人患过胃炎,10%~20%的人得过消化性溃疡。如果把人们经常感觉到的上腹部疼痛、胀闷、呕吐、嗝气、呃逆、食欲不振等胃不适症状都统计在内,可以说几乎人人犯过“胃病”。

我们平常所说的胃病,是个相当笼统的概念,其实,它包括了许多种疾病。一般说来,胃病泛指表现在胃部的疾病。最常见的临床病症有急性胃炎、慢性胃炎(包括慢性浅表性胃炎与慢性萎缩性胃炎等)、胃及十二指肠溃疡、胃下垂、胃食管反流、胃黏膜脱垂症、幽门梗阻、急性胃扩张、非溃疡性消化不良、胃的癌前病变、胃肿瘤以及胃结石、胃息肉、胃神经官能症等。

胃病危害之深为许多疾病所不及,这一点已愈来愈为人们所认识。在我国,胃癌发病率名列各种癌病变之前茅,占各种癌症的20%~25%;据报道,我国每年发生胃癌的人数有20万以上。医学研究表明,有一部分慢性萎缩性胃炎和溃疡病有可能发生癌性恶变。尤为严重的是,胃病常常是影响劳动力的主要因素。在20~40岁的人群中间,有50%的人胃黏膜不正常,而20~50岁年龄组的人最易罹患消化性溃疡病,其中十二指肠溃疡多发生在30岁左右,胃溃疡病则多发于40岁左右,而这正是人的体能最强、创造力最旺盛的时期。不仅如此,在一些地区,中小学生的胃病发生率也有日渐增多的趋势。因此,要高度重视胃病的全方位防治。

当然,有些靠近胃的人体脏器疾病,其发病中的某些临床表现也很像胃病,比如胆囊炎、胆结石、慢性肝炎、肝硬化、慢性胰腺炎等,在防治中应作鉴别。另有一些如肠上皮化生、幽门螺杆菌感染等,尽管不能简单地称为胃病,但发病率极高,且与胃病中有关病症甚为密切,对人体健康影响十分严重,故而也越来越受到人们的关注。

2 为什么说幽门螺杆菌是慢性胃病的元凶

胃镜普查证实,我国人群中慢性胃炎的发病率高达60%以上,溃疡病的发病率为10%左右。慢性胃病的发病原因一直不很清楚,故长期无理想的防治方法。1982年,澳大利亚学者马歇尔观察到胃黏膜中有一种叫幽门螺杆菌的细菌与慢性胃病发病有关。之后,国内外学者对此菌做了大量研究后发现:

●胃黏膜正常的志愿者,口服幽门螺杆菌混悬液可引起胃炎症状和病理改变。

●患慢性胃炎时幽门螺杆菌检出率很高,而胃黏膜正常者则不能检出此菌。

●慢性胃炎患者血清中幽门螺杆菌抗体明显增高,胃液中可检出抗幽门螺杆菌免疫球蛋白,这表明幽门螺杆菌是有致病性的抗原(病原体)。

●针对幽门螺杆菌进行治疗,可使慢性胃炎患者胃黏膜明显改善。

●60%~80%的胃溃疡和70%~100%的十二指肠溃疡患者的胃窦部可检出幽门螺杆菌,血清学检查表明,这些人血清幽门螺杆菌抗体滴度较高。

●用传统抗溃疡药物治疗无效的难治性溃疡,改用抗幽门螺杆菌药物治疗后,大部分溃疡能愈合。

●采用抗幽门螺杆菌药物治愈的溃疡病复发率明显降低。

●用幽门螺杆菌感染恒河猴,能使之发生慢性胃炎,胃黏膜的病理改变与人类感染相似,即制备幽门螺杆菌胃炎动物模型获得了成功。说明幽门螺杆菌与慢性胃病有相关性是确凿无疑的。