

一套老百姓完全能读懂的医疗保健书

家庭医生5元丛书

第2版



完全图解手册+自疗+食疗

胃肠病

人体消化道的组成

慢性胃炎会**传染**吗?

胃的部位、结构和功能

怎样治疗**胃下垂**?

主编 [李学武
鱼涛]

世界图书出版公司

一套老百姓完全能读懂的医疗保健书

家庭医生5元丛书

第2版

完全图解手册 + 自疗 + 食疗



胃肠病

主编 [李学武
鱼 涛]

世界图书出版公司

西安 北京 广州 上海

图书在版编目(CIP)数据

胃肠病/李学武 鱼涛主编. - 西安:世界图书出版
西安公司, 2002.2

(家庭医生5元丛书)

ISBN 7-5062-5011-X

I.胃… II.①李…②鱼… III.胃肠病-防治
IV.R573

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 077717 号

家庭医生 5 元丛书(第 2 版) // 胃肠病

主 编 李学武 鱼 涛

丛书策划 马可为

责任编辑 马可为 齐 琼

美术设计 范晓荣

出版发行 世界图书出版西安公司

地 址 西安市北大街 85 号

邮 编 710003

电 话 029-87214941 87233647(市场营销部)

029-87232980(总编室)

传 真 029-87279676

经 销 全国各地新华书店

印 刷 人民日报社西安印务中心

开 本 880×1230 1/50

印 张 24.6

字 数 370 千字

版 次 2006 年 6 月第 2 版 2006 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-5062-5011-X/R·535

总 定 价 50.00 元(共 10 本)

☆如有印装错误,请寄回本公司更换☆

序 言

当今，医学的目的已由“救死扶伤，实行人道主义”转变为“延长寿命，提高生命质量和健康促进”。这是历史的进步，也是观念的更新。为实现这一目的，一方面要使所有的医务工作者进行观念上的一次深刻的革命，以使其在行医过程中，始终将预防与保健相结合，从而真正体现以人为本，以健康为中心的服务宗旨。另一方面，而且是最重要的一个方面，是施行健康教育和医学知识的普及，将健康交给每位公民。如果能将以上两个方面有机地结合起来，将会产生双倍的效果。

近代实验科学的真正始祖培根在《论健康》一文中的第一句话是这样写的：“人怎样才能长寿，这并非全决定于医学。人对生理卫生的知识，也是最好的保健药品”。人的医学知识，是提高生活质量的阶梯，是健康促进的卫士。普及健康教育和医学知识最好的载体是书。为此，世界图书出版西安公司邀请了我省有关专家编写了这套《家庭医生5元丛书》，以供广大读者参阅。如果您能从这套丛

书中获得某些有用的知识或得到有益的思想启迪,我们将感到莫大的荣幸与喜悦。

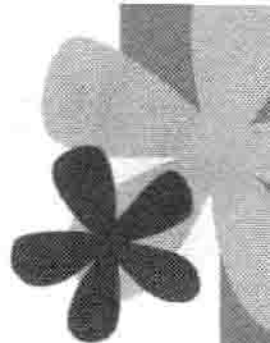
这套丛书第一辑共计 10 本, 分别是《冠心病》、《高血压病》、《高脂血症》、《感冒》、《糖尿病》、《肝病》、《胃肠病》、《胆石症》、《性病》、《痔疮》。在编写过程中, 各位主编参阅了国内外最新的研究资料, 吸收了最新的观点和科学技术, 结合作者的多年临床经验, 对危害人们健康的常见病、多发病的病因、发病机制、诊断治疗作了精当的论述, 重点介绍了疾病自疗方法、防病措施和日常生活中应注意的事项, 以便读者早期发现和早期防治这些疾病, 还您一个健康, 还您一个愉快。

这套丛书篇幅短小而内容精练, 文字通俗易懂而科技知识含量高, 具有科学性、实用性、趣味性和新颖性。凡具有一般文化的读者, 都能看得懂, 而临床医生若阅读此书, 也不会感觉肤浅, 这是本丛书的显著特点。

愿此丛书能为民众健康、家庭幸福、社会进步做出贡献。

陕西省卫生厅厅长



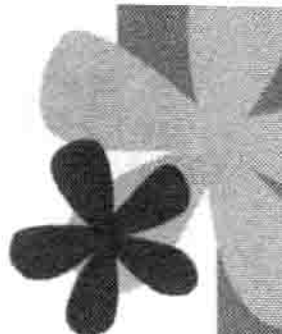


目 录

1. 人体消化道的组成 (1)
2. 人体胃肠道管壁分为几层? (2)
3. 吃饭细嚼慢咽有道理吗? (3)
4. 食管的部位、结构和功能 (3)
5. 烧心——食管炎的典型症状 (4)
6. 反流性食管炎病人应该注意哪些问题? (5)
7. 食管炎的食疗方有哪些? (7)
8. 胃的部位、结构和功能 (7)
9. 胃炎是一种什么样的疾病? (9)
10. 急性胃炎的发病因素主要有哪些? (10)
11. 怎样治疗急性胃炎? (10)
12. 急性糜烂性胃炎有何特点? (11)
13. 怎样治疗急性糜烂性胃炎? (13)
14. 慢性胃炎的发病因素有哪些? (13)
15. 什么是胃黏膜屏障? (15)
16. 幽门螺旋杆菌是一种什么样的细菌?... (15)



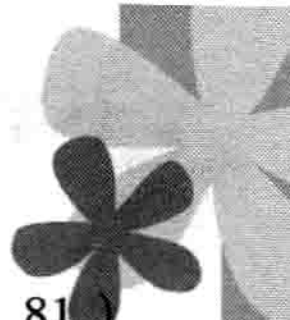
17. 慢性胃炎会传染吗? (17)
18. 慢性萎缩性胃炎会癌变吗? (17)
19. 什么是肠化? 什么是不典型增生? (19)
20. 慢性萎缩性胃炎可以引起贫血吗? (21)
21. 慢性萎缩性胃炎病人怎样防治贫血? (22)
22. 怎样治疗慢性浅表性胃炎? (23)
23. 如何治疗胆汁反流性胃炎? (24)
24. 怎样治疗慢性萎缩性胃炎? (25)
25. 如何根治幽门螺旋杆菌? (26)
26. 根除幽门螺旋杆菌为什么要用制酸药? ... (27)
27. 制酸药包括哪些? (27)
28. 慢性胃炎常用的单验方有哪些? (29)
29. 胃炎病人的疗程需多长? (31)
30. 慢性胃炎的食疗方有哪些? (32)
31. 慢性胃炎病人应如何注意饮食? (34)
32. 慢性胃炎患者应如何养生保健? (35)
33. 消化性溃疡是一种什么样的疾病? (36)
34. 糜烂与溃疡有区别吗? (37)
35. 哪些人容易患消化性溃疡? (37)
36. 胃溃疡和十二指肠溃疡有区别吗? (39)
37. 消化性溃疡的内科治疗原则是什么? (40)
38. 消化性溃疡如何选用西药? (40)
39. 溃疡愈合后还需要维持治疗吗? (41)



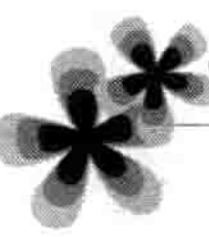
40. 治疗胃、十二指肠溃疡的单验方有哪些?
..... (42)
41. 消化性溃疡有哪些并发症? (43)
42. 呕血、黑便——溃疡大出血的信号 (44)
43. 柏油便是怎样形成的? (45)
44. 大便潜血试验阳性就一定有出血吗? (46)
45. 突然发生剧烈腹痛——警惕溃疡穿孔 (47)
46. 呕吐酸腐宿食——警惕幽门梗阻 (48)
47. 消化性溃疡什么情况下要外科手术治疗?
..... (49)
48. 餐后倾倒综合征是一种什么样的疾病?
..... (51)
49. 怎样防治餐后倾倒综合征? (52)
50. 如何预防溃疡病复发? (53)
51. 胃镜——胃病的一面镜子 (53)
52. 取活检时疼吗? (55)
53. 哪些病人应该做胃镜检查? (55)
54. 哪些病人不宜做胃镜检查? (56)
55. 胃镜检查前应该注意什么? (57)
56. 胃镜检查后能立即吃饭喝水吗? (58)
57. 慢性胃炎病人需间隔多长时间做一次胃镜
检查? (59)
58. 检测幽门螺旋杆菌有哪几种方法? (59)



59. 什么是胃下垂? (61)
60. 胃下垂是怎样形成的? (62)
61. 怎样治疗胃下垂? (63)
62. 治疗胃下垂的单验方有哪些? (64)
63. 治疗胃下垂的饮食疗法有哪些? (64)
64. 胃痛就一定是胃病吗? (65)
65. 可以用止痛片来治疗胃痛吗? (67)
66. 吗叮啉可以治疗胃痛吗? (67)
67. 如何选用中成药治疗胃病? (68)
68. 胃病患者可以吃辣椒吗? (69)
69. 胃病患者可以饮茶吗? (70)
70. 胃病患者可以饮酒吗? (72)
71. 为什么胃病患者不能抽烟? (73)
72. 走出饭后百步走的误区 (74)
73. 小肠的部位、组成和功能 (75)
74. 大肠的部位、组成和功能 (75)
75. 急性胃肠炎是怎样形成的? 主要有哪些症状?
..... (76)
76. 急性胃肠炎应如何治疗? (76)
77. 腹泻是一种什么样的疾病? (77)
78. 急性腹泻的常见原因有哪些? (78)
79. 急性细菌性痢疾是一种什么样的疾病? 主要
有哪些特点? (80)

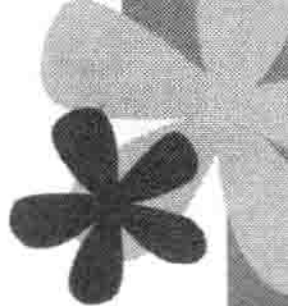


80. 细菌性痢疾如何治疗? (81)
81. 如何用单验方治疗菌痢? (82)
82. 细菌性痢疾应该怎样调护和预防? (83)
83. 预防菌痢发生的单验方有哪些? (84)
84. 哪些疾病可以引起慢性腹泻? (85)
85. 溃疡性结肠炎是一种什么样的疾病? 它与
菌痢怎样鉴别? (86)
86. 如何治疗溃疡性结肠炎? (87)
87. 治疗溃疡性结肠炎的单验方有哪些? (88)
88. 溃疡性结肠炎的食疗方有哪些? (90)
89. 泄泻与腹泻的含义相同吗? (90)
90. 治疗泄泻的中成药有哪些?具体怎样使用?
..... (92)
91. 什么是“五更泻”?治疗“五更泻”的食疗方有
哪些? (93)
92. 什么是便秘? 形成便秘的原因有哪些?
..... (94)
93. 便秘的中西药治疗有哪些? (95)
94. 治疗习惯性便秘的单验方有哪些? (96)
95. 如何用饮食疗法治疗便秘? (98)
96. 习惯性便秘如何调理? (99)
97. 肠易激综合征是一种什么样的疾病? (99)
98. 肠易激综合征怎样治疗? (100)



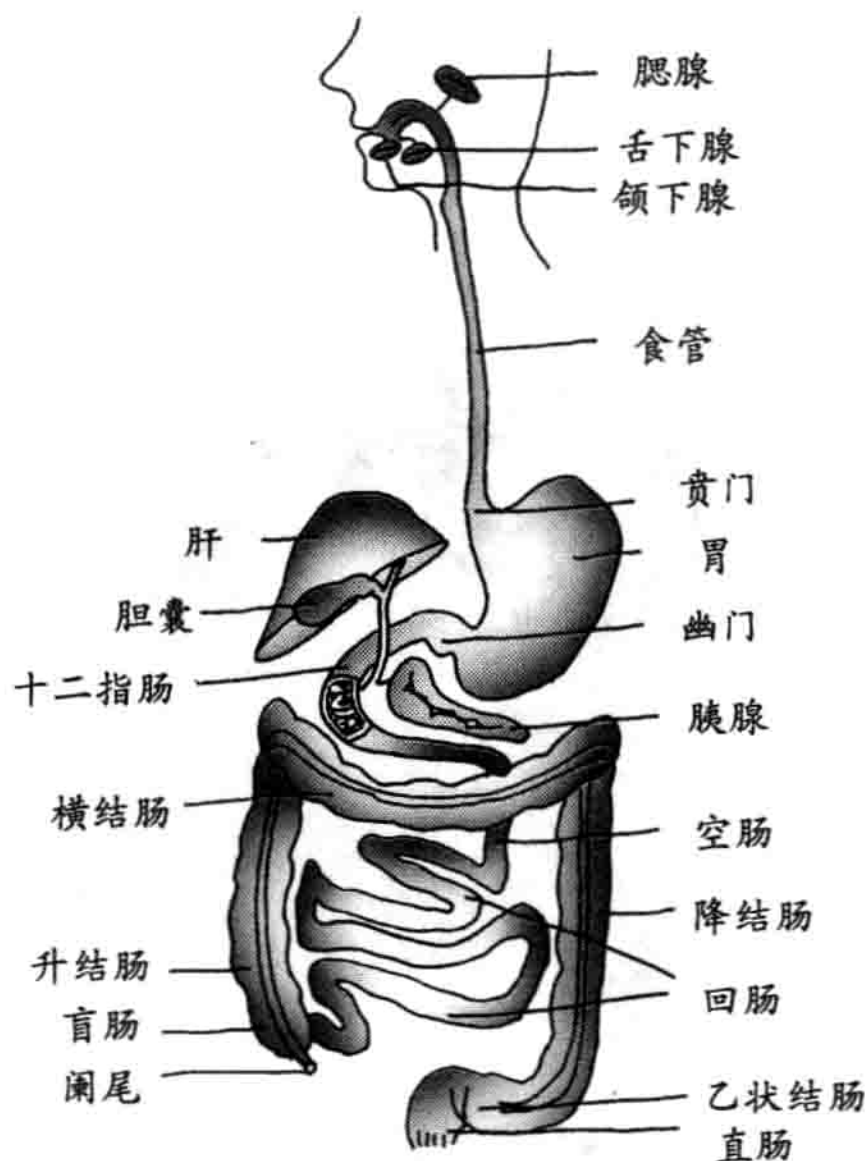
99. 灌肠是一种什么样的治疗方法? (101)
100. 在家中灌肠应该怎样操作? (101)
101. 肠镜——肠道疾病的一面镜子 (103)
102. 哪些病人需要做纤维结肠镜检查? (103)
103. 哪些病人不能做结肠镜检查? (104)
104. 纤维结肠镜检查前应该做哪些准备工作?
..... (105)
105. 纤维结肠镜检查后应该注意哪些问题? ... (106)
106. X线检查胃肠道疾病有哪些特点? (106)
107. B超、CT可以用来诊断胃肠道疾病吗? ... (108)

★丛书中所涉及药品,均请在医生指导下使用。

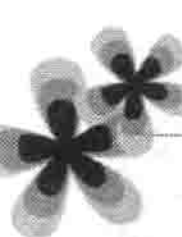


人体消化道的组成

人体的消化道包括口腔、食管、胃、小肠、大肠和肛门几个部分，其中胃膨大呈囊袋状，其余各部分均为管腔状。各组成部分中小肠最长，约5~7米。医学上人为地将消化道分为上下两部分，上消化道包括口腔、食



消化系统模式图

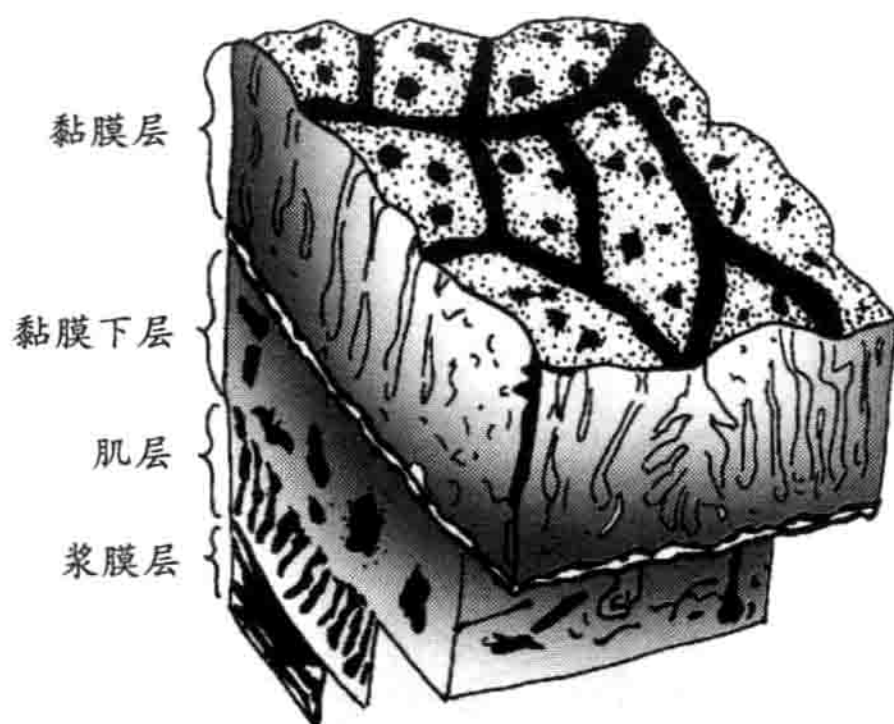


管、胃、十二指肠(小肠起始端的一小部分);下消化道包括小肠大部(空肠和回肠)、大肠和肛门。

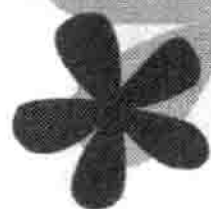


2 人体胃肠道管壁分为几层?

前面介绍人体胃肠道包括食管、胃、小肠、大肠等,那么这些器官的管壁又可以分为几层呢?所有这些器官的管壁均可分为4层,由里向外依次为黏膜层、黏膜下层、肌层和浆膜层,其中胃的肌层最为发达,这是与胃的消化功能相适应的。



人体胃肠道管壁分为4层



吃饭细嚼慢咽有道理吗？

人的口腔是一个重要的消化器官，它就像一个搅拌机，通过牙齿的研磨和切割、舌的搅拌、唾液的湿润和简单的消化作用，使食物变得细软、光滑而且温度适中，这样就有利于食物通过食管，同时也减轻了胃的负担。如果吃饭过快，就会使硬的、粗糙的、有棱角的、过冷或过热的食物直接进入食管而刺激甚至损伤食管，日久就可导致食管疾病；因加重了胃的负担，也可导致胃病的发生。临床上有一些食管炎病人，都有明显的吃饭过快的不良习惯，就是由上面所说的原因造成的。所以说，细嚼慢咽是有科学道理的，而且也是非常重要的。

★
胃
肠
病



食管的部位、结构和功能

食管的上端接口腔咽部，下端与胃的上口贲门相连，体表位置从颈部到胸骨下端（剑突），长度约 25 ~ 30 厘米，它的生理功能就是通过它的收缩蠕动将食物送入胃内。食管的上端、下端、中间存在 3 个生理狭窄，这 3 个狭窄部位容易使异物滞留，同时也是食管炎和

肿瘤的好发部位。食管疾病主要表现为咽下困难、胸骨后灼热感、食物反流等症状。

5 烧心——食管炎的典型症状

临床上常见到一些病人自诉烧心，那么烧心是一种什么样的症状？所谓烧心是指胸骨后的烧灼感，主要是由于炎症或化学刺激物作用于食管黏膜而引起





的,一般容易在饱餐后、平卧位或弯腰俯拾时出现,服用抑制胃酸分泌的药物常可缓解。烧心最常见于食管炎,是反流性食管炎的典型症状。

反流性食管炎,是因胃内容物反流进入食管而引起的食管黏膜炎症所导致的疾病,可以使用促进胃排空和抑制胃酸分泌的药物进行治疗。促进胃排空的药物有胃复安、吗叮啉、普瑞博思,抑制胃酸的药物有甲氰咪呱、洛赛克、泰美尼克等。



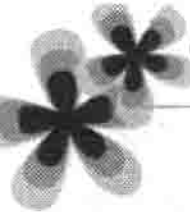
反流性食管炎病人 应该注意哪些问题?

☞ 避免摄取使胃酸增加的物质,如咖啡、辛辣食物;可适当多食中和胃酸的食品,如碱性的面食。

☞ 防止过食而致胃内压力增高,宜少食多餐,有规律地进食少量口感温和的食物。

☞ 避免降低食管下端括约肌压力的食物因素:减少脂肪的摄取,少吃巧克力,禁吸烟、戒酒。因为以上因素皆能降低食管下端括约肌的压力。

☞ 有食管狭窄的患者,可根据其狭窄的程度,选



用软食、半流质或流质饮食。

☞ 应避免饭后平卧位，严重者睡觉可垫高枕头。

