

[运用自然的方法，激发

人体的自然抗病修复潜能]

胃肠病

自然疗法

马汴梁 主编



WEICHANGBING ZIRANLIAOFA

河南科学技术出版社

國醫
自然堂

胃肠病

自然疗法

马汴梁 主编



河南科学技术出版社
· 郑州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

胃肠病自然疗法 / 马汴梁主编. — 郑州: 河南科学技术出版社, 2008. 4
(国医自然堂)
ISBN 978 - 7 - 5349 - 3811 - 5

I. 胃… II. 马… III. 胃肠病 - 自然疗法 IV. R570.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 023740 号

作者名单

主编 马汴梁

编委 马宏伟 马汴梁 王 丹 刘心想
刘 欣 侯均宝 袁培敏

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路 66 号 邮编: 450002

电话: (0371) 65737028 65788634

网址: www.hnstp.cn

责任编辑: 仝广娜

责任校对: 柯 姣

整体设计: 宋贺峰

印 刷: 黄委会设计院印刷厂

经 销: 全国新华书店

幅面尺寸: 165mm × 225mm 印张: 12.5 字数: 110 千字

版 次: 2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷

定 价: 25.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系

前 言

人生活在天地之间，六合之中，自然环境之内，人与自然组成了一个不可分割的整体。一方面，自然环境始终影响着人类的发展进程，另一方面，人们反过来又不断地适应着自然环境。在人与自然紧密相连的发展过程中，人类对自身和自然的认识不断加深，学会了如何防病治病，人们的健康得到了促进，寿命不断延长，生活水平得到了提高。但是，随着人类活动的过度发展，人与自然的和谐、平衡被打破，出现了许多不利于健康的因素，比如温室效应带来的气候恶化，大量机动车产生的噪声和废气，工业发展造成的水、土壤和空气污染，电子产品和通信设备带来的辐射，过度紧张的生活节奏和工作压力对人们无形的影响……这些使得人们离绿色自然越来越远，其结果直接导致了高血压、高血脂、糖尿病、失眠、脑血管疾病、胃肠病等的发病率增加，同时也对人类和社会的可持续发展带来不利影响。

有鉴于此，我们编撰了《国医自然堂》系列丛书，为大众介绍常见病的中医自然疗法。所谓自然疗法，其含义大致包括两个方面：其一是利用自然赋予人们的物质来防病治病的方法，如饮食疗法、敷脐疗法、中医验方等；其二是通过一些自然的方法，将人体潜在的抗病修复能力激发出来，使人体自然潜能得到充分的发挥，如按摩疗法、刮痧疗法、拔罐疗法等。运用自然疗法防治疾病，旨在发挥中医的优势，达到贴近自然、顺应天时、审度病势、平衡人体的天然有机疗效，以冀对现代人的身体健康、疾病调节有所裨益。

谨以此书献给关注自然、崇尚自然的有识之士。

马汴梁

2007年9月

目 录

一、胃肠病的一般知识 / 1

胃在人体的哪个部位? / 1

胃的生理功能有哪些? / 1

什么是胃黏膜屏障? 它有何功能? / 2

中医怎样认识胃? / 2

脾胃在中医学中是什么概念? / 3

十二指肠在何处? 分为哪几个部分? / 3

十二指肠的生理功能有哪些? / 4

常见的胃病有哪些? / 4

饮酒对胃肠有何影响? / 5

吸烟对胃肠有何影响? / 5

暴饮暴食可引起哪些疾病? / 6

辛辣食物、浓茶、浓咖啡对胃有何影响? / 7

有胃病的人能服止痛药吗? / 7

饮食中有哪些常见误区? / 8

为什么秋季胃病容易复发? / 8

“七情”与胃肠病有何关系? / 9

胃病常见检查方法有哪些? / 9

纤维胃镜有哪些作用? / 10

哪些人需要做胃镜检查? / 11

纤维胃镜检查的禁忌有哪些? / 11

纤维胃镜检查后的注意事项有哪些? / 11

怎样配合医生做 X 线钡剂造影检查? / 12

什么是幽门螺杆菌? / 12

幽门螺杆菌与胃炎有关的证据是什么? / 12

怎样检测幽门螺杆菌? / 13

中医治疗胃病的 11 大治则是什么? / 14

胃痛是怎样产生的? 中医怎样辨治? / 16

烧心是怎么回事? / 17

饱胀感常发生于哪些疾病? / 18

呕吐的原因有哪些? / 19

- 胃炎是一种什么样的病? /19
慢性胃炎的常见病因是什么? /19
慢性胃炎与胃溃疡有何关系? /20
胃炎患者应遵循哪些饮食原则? /20
哪些人更容易患慢性胃炎? /21
胆汁反流性胃炎有哪些表现? /22
胃切除对人体有什么影响? /22
什么是慢性萎缩性胃炎? /23
为什么会患萎缩性胃炎? /24
什么是消化性溃疡? 可分为哪几种类型? /24
怎样才能知道患了消化性溃疡? /25
胃溃疡的常见病因有哪些? /25
什么是胃溃疡的典型疼痛? /25
胃溃疡与十二指肠溃疡的临床表现有何不同? /26
胃溃疡患者一定要禁酒吗? /26
怎样预防胃溃疡复发? /27
食欲减退的原因有哪些? /27
胃肠病的家庭用药原则有哪些? /28

二、胃肠病的饮食疗法 /30

胃肠病靓汤 /30

马齿苋绿豆汤 /30

苦瓜豆腐汤 /30

绿豆马齿苋瘦肉汤 /31

羊肉暖胃汤 /31

洋葱大虾汤 /32

附片羊肉汤 /32

椒盐鲫鱼汤 /33

参芪鲮鱼汤 /34

糟青鱼片汤 /34

鸡血汤 /35

洋葱咖喱牛肉汤 /35

姜桂羊肉汤 /36

豌豆瓣汤 /36

黄汁鸡块汤 /37

党参鳊鱼汤 /37

羊肉益智汤 /38

五色紫菜汤 /38

参芪竹丝鸡汤 /39

参归鲈鱼汤 /39

参芪鹅肉汤 /40

龟肉猪肚汤 /40

牛奶菜花汤 /41

嫩豇豆汤 /41

珍珠菜花汤 /42

牛肉土豆卷心菜汤 /42

麻辣笋汤 /43

白菜炖冻豆腐 /43

- 牛肉蔬菜汤 / 44
- 龙井鸡片汤 / 44
- 狮子头清炖汤 / 45
- 干椒洋葱汤 / 46
- 排骨萝卜汤 / 46
- 红油肚丝汤 / 47
- 土豆浓汤 / 47
- 雪里蕻豆瓣汤 / 48
- 酸菜鱼片汤 / 48
- 酸辣牛肚汤 / 49
- 家常肚丝汤 / 49
- 肉丸白菜粉丝汤 / 50
- 墨鱼猪肚汤 / 50
- 甘蓝牛奶汤 / 51
- 参芪筋腐汤 / 51
- 怀山药牛肉汤 / 52
- 酸辣鱼丝汤 / 52
- 冬笋鹅掌汤 / 53
- 元气益胃汤 / 53
- 豌豆羊肉萝卜汤 / 54
- 牛肚枳壳砂仁汤 / 54
- 良姜荜拔羊肉汤 / 55
- 姜汁炖奶 / 55
- 咸菜猪肚汤 / 56
- 鱼肚清汤 / 57
- 广肚老鸭汤 / 57
- 酸辣豆花汤 / 58
- 荜拔头蹄汤 / 58
- 酸菜鲫鱼汤 / 59
- 余粮头汤 / 60
- 火腿鸡丸丝瓜汤 / 60
- 胃肠病菜谱 / 61
- 平菇拌黄瓜 / 61
- 鲜蘑焖豆腐 / 61
- 猴头菇玉兰片 / 62
- 木耳笋丝酿豆腐 / 63
- 鲜蘑烧冬瓜 / 63
- 香菇冬笋青菜 / 64
- 红烧香菇冬瓜 / 64
- 猴头菇兔肉 / 65
- 香菇玉米 / 65
- 清炖美味菇 / 66
- 口蘑炒豌豆 / 66
- 竹笋冬瓜 / 67
- 醋熘卷心菜 / 67
- 虾米大白菜 / 68
- 牛奶白菜 / 68
- 素烧土豆 / 68
- 桐海鳗 / 69
- 糖醋带鱼 / 69
- 芹菜炒肉丝 / 70
- 豆腐丝炒韭菜 / 71
- 奶油扒龙须菜 / 71
- 草菇笋片 / 72
- 双菇素鸡 / 72
- 平菇豆腐 / 73
- 蘑菇菜心 / 73
- 枸杞黄精煨狗肉 / 74
- 麻辣猴头菇 / 74
- 牛肉米肚 / 75
- 合欢鸭心海参 / 76
- 桂圆鸡丝 / 76
- 参杞羊头 / 77
- 八宝莲子 / 78
- 三丝芹菜 / 78
- 珊瑚萝卜卷 / 79
- 胃肠病药粥 / 79
- 玉米豆奶粥 / 79
- 苡仁梗米粥 / 80
- 苡仁米糠粥 / 80

红苕粟米粥 / 80
八宝粥 / 81
山楂粳米粥 / 81
佛手柑粥 / 82
梅花粥 / 82
薏米粥 / 82
黑米党参粥 / 83
附子干姜粥 / 83
刀豆子粥 / 83
芦根竹茹粥 / 84
丁香柿蒂粥 / 84
枳壳白芨粥 / 85
土豆粥 / 85
参芪山萸粥 / 86
鲫鱼黄芪粥 / 86
干姜花椒粥 / 87
胃肠病面点 / 87
鲜姜蒸蛋 / 87
萝卜米粉糕 / 88
赤豆米糕 / 88
银耳面 / 89
鸭肉面 / 89
阳春面 / 90
鱼汤面 / 90
香菇菜面 / 91
羊杂面 / 91
香菇鸡肉面 / 92
金针菇春饼 / 92
羊肉面 / 93
兔肉馄饨 / 94
莲菜改扁馍 / 94
一品薯包 / 95
牛肉韭菜锅贴 / 95
玉带糕 / 96
猕猴桃饭 / 96

红果包 / 97
香菇肉包 / 97
蘑菇蛋饼 / 98
笋肉蒸饺 / 99
荠菜水饺 / 99
平菇水饺 / 100
槐花包子 / 100
杨梅糕 / 101
猪肉藕蓉饼 / 101
扁豆花馄饨 / 102
青椒猪肉饺 / 102
荷花饼 / 103
玫瑰虾饼 / 103
葡萄蜜汁藕 / 104
椰汁软糕 / 104
鳝鱼面 / 105
鳗鱼馄饨 / 106
鱼蓉萝卜糕 / 106
翡翠荷叶饺 / 107
藕米糕 / 108
桂花年糕 / 108
桂花栗子 / 109
糖芋艿 / 109
面盆酥 / 109
芸豆桂花糕 / 110
山楂元宵 / 110
炸金糕 / 111
山楂荸荠糕 / 111
双色山楂糕 / 112
香蕉饼 / 113
豆沙香蕉 / 113
莲藕猪肉饺 / 114
鲢鱼包 / 114
豆腐包 / 115
橙子元宵 / 115

枸杞百花鱼糕 / 116

山药豆沙糕 / 116

山药枣泥包 / 117

山药扁豆糕 / 117

香菇海参包 / 118

虾肉冻汁包 / 118

胃肠病药茶 / 119

益胃茶 / 119

平胃茶 / 119

艾叶枣茶 / 120

干姜茶 / 120

清热化湿代茶饮 / 120

红枣茶 / 121

山楂核桃饮 / 121

麦冬茶 / 122

柠檬茶 / 122

乌梅茶 / 122

莲子红糖茶 / 123

蚕豆壳冬瓜皮茶 / 123

黄芪抗癌茶 / 123

黄芪养肾茶 / 124

二黄茶 / 124

芙蓉花鸡冠花茶 / 124

紫草浮萍茶 / 125

茯苓奶茶 / 125

芝麻茶 / 125

丹参舒心茶 / 126

参芪茶 / 126

芦根菊花茶 / 126

冬瓜赤豆茶 / 127

茯苓冬葵子茶 / 127

丹芍地黄茶 / 127

土茯苓槐花茶 / 128

小麦白术茶 / 128

仙人掌茶 / 128

麦芽山楂茶 / 129

理气消滞茶 / 129

枣梨茶 / 129

芹菜茅根茶 / 130

牛蒡子茶 / 130

柑橘茶 / 130

菊花贝母茶 / 131

核桃仁茶 / 131

麦冬莲子茶 / 131

藤瓜茶 / 132

胃肠病药酒 / 132

吴萸香砂酒 / 132

蒜姜酒 / 133

姜汁葡萄酒 / 133

核桃刺梨酒 / 133

山楂桂圆酒 / 134

草果山楂酒 / 134

陈皮山楂酒 / 135

苓术酒 / 135

青龙衣酒 / 136

砂仁酒 / 136

金橘酒 / 137

刺梨酒 / 137

苹果酒 / 137

青梅酒 / 138

杨梅酒 / 138

荔枝煮酒 / 139

白术酒 / 139

状元红酒 / 140

参苓白术酒 / 140

参薯七味酒 / 141

半夏人参酒 / 141

姜附酒 / 142

三术酒 / 142

红茅药酒 / 143

五香酒 / 143
黄芪酒 / 144
补脾和胃酒 / 144

三、胃肠病名方验方 / 146

化湿解郁汤 / 146
石斛资生汤 / 146
和胃汤 / 147
消降汤 / 147
香砂左金汤 / 148
温中汤 / 148
疏降汤 / 149
竹茹汤 / 149
胃实汤 / 150
理气行淤汤 / 150
凤蝶散 / 150
牙痛汤 / 151
左铃汤 / 151
归芪建中汤 / 152
疏肝和脾汤 / 152
山药汤 / 153

四、胃肠病的针灸疗法 / 154

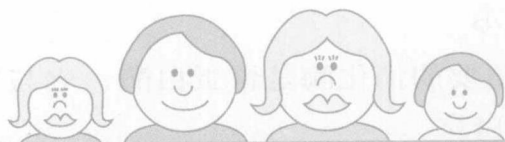
五、胃肠病的水针疗法 / 156
六、胃肠病的耳针疗法 / 158
七、胃肠病的艾灸疗法 / 162
八、胃肠病的点穴疗法 / 163
九、胃肠病的按摩疗法 / 166
十、胃肠病的刮痧疗法 / 169
十一、胃肠病的拔罐疗法 / 170
十二、胃肠病的敷脐疗法 / 172

十三、胃肠病的气功疗法 / 178

咽气功法 / 178

附录一 常用穴位图 / 180

附录二 本书涉及穴位的 定位方法 / 188



一、胃肠病的一般知识

胃在人体的哪个部位？

胃位于腹腔上方，大部分在左季肋部，小部分在上腹部，上与食管下端相连，下接十二指肠壶腹（球部），连接处称幽门。胃从左膈下自左向右横跨上腹部。胃靠近前腹壁的一面称胃前壁，相对的另一面称胃后壁，胃前壁和胃后壁相连接的上缘称胃小弯，下缘称胃大弯。胃小弯在离幽门2.5~5厘米处，有一凹入痕迹，称胃角或胃角切迹。

胃的生理功能有哪些？

1. 储纳、运转食物。胃可以容纳和暂时储存吃进的食物，在胃内进行消化变成食糜后向小肠推送。

2. 消化食物。胃对食物有物理消化和化学消化两种作用。

(1) 物理消化：食物进入胃后，胃壁舒张，以便容纳食物，同时开始有节奏的蠕动。蠕动波从胃体开始，向幽门方向推进。这种蠕动将食物混合并磨碎，变成食糜，并将食糜自幽门部向十二指肠推送。一般说来，混合性食物在胃内停留3~4小时；糖类食物需2小时以上；蛋白质类食物停留较长；脂肪类食物更长，达6小时；水只停留5~10分钟。

(2) 化学消化：食物能刺激胃酸（盐酸）分泌，胃酸是消化中不可缺少的物质。甜的食物可促使胃酸分泌增多，咸的食物则相反；较坚硬的食物引起分泌较多，软的或流质食物

则引起分泌较少。

胃液中最重要消化酶是胃蛋白酶，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。

什么是胃黏膜屏障？它有何功能？

胃黏膜正常时，胃腔内的胃酸通过反弥散重新返回黏膜的速度很慢，这种胃黏膜阻止氢离子反弥散以维持较大氢离子浓度阶差的作用，称之为胃黏膜屏障。防止钠离子从黏膜层迅速向胃腔弥散，也是胃黏膜屏障的一个作用。胃黏膜屏障的确切解剖位置尚未肯定，但大多数学者认为它与黏膜上皮细胞的脂蛋白层有关。胃黏膜本身不能阻止氢离子的反弥散，但黏液对胃黏膜起机械性保护作用，使食物润滑而易通过，使黏膜与胃液隔开。黏液本身为碱性，有缓冲胃酸和吸收胃蛋白酶的作用。

胃黏膜屏障在生理状态下具有保护胃黏膜的作用，但当某些有害因素损害胃黏膜屏障时，则可引起胃黏膜受损而出现炎症或溃疡。这些有害因素包括胃酸量过多、乙醇（酒精）、乙酰水杨酸类药物等，医学上称这些有害因素为“攻击因子”。当“攻击因子”作用的时间和量达到一定程度而超过“防御因子”（胃黏膜屏障）时，则平衡遭到破坏，胃酸和胃蛋白酶就能侵蚀胃黏膜而引起胃黏膜损害。

中医怎样认识胃？

祖国医学认为，胃为六腑之一，又叫胃脘。上口贲门与食管相连接，属上脘；下口幽门与小肠相衔接，属下脘；上下

脘之间属中脘。胃为“水谷之海”，气血生化之源，它可以“腐熟水谷”（消化食物），促使胃内容物通降（胃排空）。胃的生理功能在于调节胃阳和胃阴的平衡。胃阳可以促进胃的收缩、舒张和蠕动，有利于将食物消化成食糜。胃阴可以滋润胃腑，制约胃阳的偏亢。由于胃阳的温运和胃阴的滋润，胃才能得以完成储纳食物、转运食糜、初步消化食物的功能。

脾胃在中医学中是什么概念？

中医学中的脾胃一般泛指人体的整个消化系统，其中主要包括胃肠道等重要器官。脾胃是“后天之本”，气血生化之源，有受纳食物、消化和疏布水谷，化出五味营养，以滋养全身和统摄血液等功能。人出生后有赖于脾胃功能的健全，食入的营养才能消化吸收，并被疏布，才能保证机体的正常发育和能量的需要。因此，脾胃功能的强弱就直接关系到人体生命的盛衰。脾胃功能好，则人体营养充足，气血旺盛，体格健壮；脾胃虚弱，则受纳运输水谷失职，人体所需营养不足，以致身体羸弱，疾病丛生，影响身体健康和寿命。

十二指肠在何处？分为哪几个部分？

十二指肠为小肠的首段，上连胃幽门，下接空肠，成人全长25~30厘米，相当于十二横指宽，故而名曰十二指肠。它位于腹腔后壁，靠近脊柱的腰段，形状呈马蹄铁样弯曲，将胰头包绕。所以若胰头部发生肿瘤，可压迫十二指肠，造成不同程度的变形或梗阻。

十二指肠分为三个部分。第一部分为上部（升部），又称十二指肠壶腹（球）部，其肠壁较其他部分薄，黏膜较平滑，十二指肠溃疡多发生在此部位；第二部分为降部，总胆管和胰腺管开口于降部的左后壁，其位置相当于降部的中点；第

三部分为下部。

十二指肠的生理功能有哪些？

1. 食糜进入小肠后，刺激十二指肠黏膜产生“促胰酶素”，促使胰腺分泌大量胰液。同时小肠内食糜还能刺激肠黏膜，促使小肠腺分泌小肠液。胰液中还含有胰脂肪酶和胰淀粉酶，能把脂肪分解为脂肪酸和甘油，把淀粉分解为葡萄糖。

2. 食糜的脂肪、蛋白质分解产物和盐酸等刺激十二指肠黏膜产生“激胆素”，激胆素经血液循环促使胆囊收缩，排胆汁。胆盐酸还能促进脂溶性维生素 A、维生素 D、维生素 E、维生素 K 的吸收，刺激肠蠕动，抑制肠道腐败细菌的生长和繁殖。

3. 小肠液中的双糖酶，还能把麦芽糖、蔗糖、乳糖分解为单糖。小肠液和胰液中都有碳酸氢钠，以维持小肠内的弱碱性环境，保证胰液中消化酶的活力。

4

4. 食糜经过十二指肠的机械作用与化学消化作用后，许多营养物质都在小肠被吸收进入机体。留下未消化的食物残渣和水分，送至大肠。

常见的胃病有哪些？

1. 炎症类：急性胃炎，包括急性单纯性胃炎、急性糜烂性胃炎、急性腐蚀性胃炎；慢性胃炎，包括慢性浅表性胃炎、慢性萎缩性胃炎等。

2. 溃疡类：胃溃疡、十二指肠溃疡、应激性溃疡、胃十二指肠复合溃疡等。

3. 肿瘤：以胃癌多见，其他如属恶性肿瘤的胃平滑肌肉瘤和淋巴瘤。一部分为良性肿瘤，如平滑肌瘤、纤维瘤、脂

肪瘤、血管瘤等。

4. 其他：食管下段贲门黏膜撕裂综合征、幽门梗阻、胃内异物、胃术后吻合口炎症、胃神经官能症等。

饮酒对胃肠有何影响？

中医认为，酒似水，但性属火，多饮久服伤津耗血，损胃扰神。

现代医学研究表明，长期饮酒或一次大量摄入乙醇，可发生急性胃黏膜炎症。摄入乙醇主要是破坏胃黏膜保护层，使胃液中的氢离子反弥散进入胃黏膜，引起胃黏膜充血、水肿。病变多发生在胃窦部，其次为胃体部，一般不侵犯肌层，愈合后不留瘢痕。但长期饮高浓度酒，常引起慢性浅表性胃炎或萎缩性胃炎。

动物实验也已证实，在动物的胃腔内灌注 14% 以上浓度的乙醇，可破坏胃黏膜保护层，引起胃黏膜糜烂、充血。

饮酒能提高胃液酸度，因此大量饮酒对十二指肠溃疡的康复有害无益。临床上在进行胃液分析检查时，曾应用 5% 的乙醇作为实验饮料，用以兴奋胃酸分泌。另一方面，乙醇又可直接损害黏膜屏障，且胃肠黏膜的损伤程度与乙醇浓度及其与黏膜接触时间成正比，当有胃酸存在时更易加重黏膜的损伤。由此可见，饮酒会严重影响十二指肠溃疡的康复。

吸烟对胃肠有何影响？

吸烟会加重胃炎、溃疡病的病情，不利于胃炎、溃疡病的康复。主要表现为以下三个方面：

1. 增加胃病的发病率。据研究发现，吸烟者溃疡病的发病率是非吸烟者的 2~4 倍。每天吸烟 20 支以上的人约 40% 可发生胃黏膜炎症。

2. 降低胃病的治愈率。有人作过比较,给同是慢性胃炎或溃疡病的患者使用同一种药物治疗,非吸烟组的治愈率为90%,吸烟组仅为63%。

3. 容易引起复发。对以上两组患者停药一年后作比较,非吸烟组复发率为53%,吸烟组为84%。

吸烟引起和加重胃病的罪魁祸首是尼古丁,它能作用于迷走神经系统,破坏正常的胃肠活动,使幽门括约肌松弛,胆囊收缩,使碱性的胆汁易于反流入胃,以致破坏胃黏膜,并且还可促使胃酸分泌增多,抑制前列腺素合成,从而使胃黏膜分泌减少。这些均可损害胃黏膜,导致胃病。

暴饮暴食可引起哪些疾病?

1. 暴饮暴食可使胃肠负担过重,食物在胃肠中停留时间过长,刺激和损伤胃黏膜,加上胃液中的盐酸被稀释,无力抵抗病菌的侵袭,容易发生胃肠炎。

2. 饱餐使胃窦部过度扩张,促胃液素分泌增加,进而使胃酸分泌增多,容易引起消化性溃疡。

3. 饱餐后胃内压力增加,可引起急性胃扩张,甚至胃破裂。继往有慢性消化性溃疡者,可发生穿孔,引起弥漫性腹膜炎。

4. 暴饮暴食后肠腔内容物骤然增多,胃肠道分泌物也增多,使因手术或炎症发生粘连而狭窄的肠腔不通,引起急性肠梗阻。或肠段内重量增加,剧烈运动时导致肠扭转的发生。

5. 暴饮暴食可促使胰腺分泌旺盛,胰管开口处水肿、括约肌痉挛,从而导致胰管梗阻,引起胰管及其分支压力增高,胰小管和胰腺泡破裂,胰酶逸出,发生急性胰腺炎。

6. 暴饮暴食还可诱发阵发性心动过速、心绞痛或心肌梗死。

辛辣食物、浓茶、浓咖啡对胃有何影响？

辛辣食物对胃黏膜有损害作用，但一般不引起慢性炎症。还有资料显示，辛辣食物可增加胃黏膜的血流量，加快胃黏膜代谢，促进消化，在某种意义上说也起到了保护胃黏膜的作用。

中医认为，鲜姜味辛辣而芳香，可去鱼肉腥味，但其味辛性温，脏腑有热者慎用。大葱能昏目助热，肺胃有热者勿食用。而脏腑有热、肺胃有热就相当于日常所说的胃酸过多所引起的烧心。因此，健康人可放心食用辛辣食物，但胃炎、胃溃疡等患者应慎用。

咖啡因类物质能刺激胃的腺体，使胃酸及胃蛋白酶等消化液分泌增加，当有胃炎时，可直接加重胃炎，降低胃药的疗效。因此浓茶、浓咖啡对胃有刺激，当胃有炎症时应少饮或不饮用此类物质。

有胃病的人能服止痛药吗？

解热镇痛抗炎药主要为阿司匹林、对乙酰氨基酚（扑热息痛）、保泰松、吲哚美辛、布洛芬等，止痛片就是上述几种药的混合物。在临床上多用于神经性头痛、肌肉关节酸痛、风湿病等。

止痛药在胃内可直接损害胃黏膜、破坏胃黏膜屏障，导致急性胃炎或胃出血。当胃黏膜本来就有病变（胃炎、溃疡）时，则很容易加重病情。那么，胃病患者究竟能否服止痛药？一般认为，在胃炎、胃溃疡活动期应禁止服止痛药；在非活动期，应尽量少服止痛药，并在进食时服，以减少对胃黏膜的损害作用。