

健康中国2030·健康教育系列丛书

胃食管 反流病防治

主编 陈吉



科学出版社



中国2030·健康教育系列丛书

胃食管反流病防治

主 编 陈 吉

副主编 李晞璠 翠 琴

科 学 出 版 社

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

胃食管反流病防治 / 陈吉主编. — 北京: 科学出版社, 2017.4

(健康中国2030 · 健康教育系列丛书)

ISBN 978-7-03-052517-8

I. ①胃… II. ①陈… III. ①胃疾病-防治 IV. ①R573

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第073543号

责任编辑: 张天佐 李国红 / 责任校对: 钟 洋
责任印制: 赵 博 / 封面设计: 范 唯

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

安泰印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2017年4月第 一 版 开本: 787 × 960 1/32

2017年4月第一次印刷 印张: 1 1/2

字数: 13 000

定价: 15.00元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

“健康中国 2030·健康教育 系列丛书”编写委员会

主任委员：王凌峰 陈宝军

副主任委员：朱永蒙 张生彬 陈 吉

刘 岱 张志坚 尚 谦

高柏青 黄再青

委 员：王 东 王 辉 葛智平

崔 宏 杨敬平 李子玲

王丹彤 张霄雁 刘致中

巴 特 郭卫东 郝锦丽

总 策 划：王志香

总 序

中共中央、国务院印发的《“健康中国 2030”规划纲要》指出：“健康是促进人的全面发展的必然要求，是经济社会发展的基础条件。实现国民健康长寿，是国家富强、民族振兴的重要标志，也是全国各族人民的共同愿望。”

推进健康中国建设，是全面建成小康社会、基本实现社会主义现代化的重要基础，是全面提升中华民族健康素质、实现人民健康与经济社会协调发展的国家战略，是积极参与全球健康治理、履行 2030 年可持续发展议程国际承诺的重大举措。未来 15 年，是推进健康中国建设的重要战略机遇期。

为推进健康中国建设，提高人民健康水平，根据党的十八届五中全会战略部

署，我们组织相关专家和医生，本着为大众健康服务的宗旨，编写了本套丛书，主要内容是针对常见病、多发病和大众关心的健康问题。本丛书以医学理论为基础，关注临床、关注患者需求、关注群众身心健康，通过简洁凝练、图文并茂、通俗易懂、简单实用的例子，指导群众如何预防疾病、患者何时就医，如何指导患者进行家庭康复和护理等，将健康的生活方式直接明了地展现在读者面前。

由于编写工作时间紧、任务重，书中难免有不足之处，敬请各位专家和读者提出宝贵意见和建议，以便今后加以改进和完善。

编委会

2017.1

目 录

一、胃食管反流病概述	1
二、容易被误诊为胃食管反流病的 其他疾病	6
三、胃食管反流病并发症	14
四、胃食管反流病的发病机制	15
五、胃食管反流病的诊断	19
六、胃食管反流病的治疗	27
七、胃食管反流病的预防	34

一、胃食管反流病概述

胃食管反流病是指胃、十二指肠内容物反流入食管引起烧心等症状，是一种常见病，发病率随年龄增加而增加，而且其发病率有明显增高的趋势，男女发病无明显差异，中国人群胃食管反流病的病情较美国等西方国家较轻。根据反流是否导致食管黏膜糜烂、溃疡，分为反流性食管炎及非糜烂性反流病。

非糜烂性反流病是胃食管反流病的一种亚型，临床上大多数胃食管反流病患者表现为非糜烂性反流病，约有65%~70%的反酸、烧心患者内镜检查未发现食管破损、糜烂，但反流相关症状确实存在，符合非糜烂性反流病诊断标准。

非糜烂性反流病患者与伴有食管糜

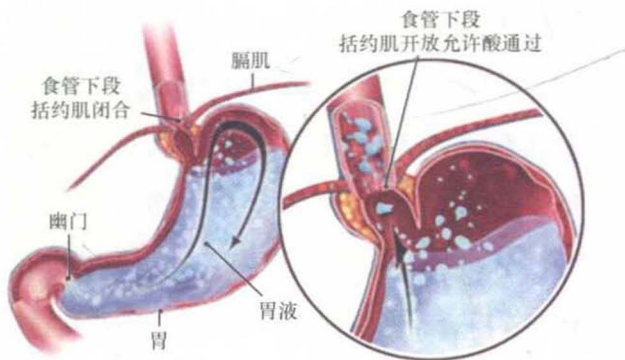
烂表现的患者相比，临床治疗效果要差一些，因此临床应对这些患者的治疗给予更多关注。

从临床医师的角度，少数非消化科医师或消化科但非胃食管反流病领域的医师发现有相应症状但内镜无表现的患者时，不一定会诊断为胃食管反流病。同时，临床也有必要向患者及公众普及非糜烂性反流病的相关知识，以促进其对疾病的进一步了解。

（一）反流究竟是怎么回事？

这要从消化道的解剖结构说起了。食管是连接口腔与胃的管道，本身结构并不复杂，功能也很简单，但由于食管的上端与气管相连，同时又与口腔、鼻腔和内耳相通，食管的后面还有心脏，所以当胃内容物沿着食管向上逆行时，除了刺激食管，还可能累及咽喉、气管、口腔、心脏、耳鼻等食管相近组织的损伤。

此外，频繁反流还会导致胃肠自主神经功能性紊乱，从而引发全身性疾病。



(二) 反流的表现就是胃酸吗？

胃食管反流病的临床表现复杂，可以分为典型症状、非典型症状与消化道外症状。

典型症状为烧心、反流。烧心是指胸骨后或剑突下烧灼感，常由胸骨下段向上延伸。

反流是指胃内容物在无恶心和不用力的情况下涌入咽部或口腔的感觉，含酸味或仅为酸水时称为反酸。烧心和反

流常在餐后 1 小时出现，卧位、弯腰或腹压增加时可加重，部分患者烧心和反流症状可在夜间入睡时发生。

非典型症状为反食、嗝气、胸痛、上腹胀痛、恶心等。胸痛由反流物刺激食管引起，发生在胸骨后。严重时可为剧烈刺痛，可放射到后背、胸部、肩部、颈部、耳后，可伴有或不伴有烧心和反流。

由胃食管反流病引起的胸痛是非心源性胸痛常见的病因之一。吞咽困难或胸骨后异物感，见于部分患者，可能是由于食管痉挛或功能紊乱所致，症状呈间歇性，进食固体或液体食物均可发生；少数患者吞咽困难是由食管狭窄引起，呈持续或进行性加重。



消化道外症状很多，以呼吸系统、心血管系统、口腔等部位病症为主，由反流物刺激或损伤食管之外的组织或器官引起，表现为哮喘、慢性咳嗽、慢性咽炎、咽鼓管炎、中耳炎、心绞痛、心律失常、后背痛、睡眠障碍等。

对一些病因不明、久治不愈的上述疾病患者，要注意是否存在胃食管反流病，严重者可发生吸入性肺炎，甚至出现肺间质纤维化，一些患者诉咽部不适，有异物感或阻塞感，但无吞咽困难，称为癔球症，目前也认为与胃食管反流病有关。

二、容易被误诊为胃食管反流病的其他疾病

需要特别说明的是，许多以消化道外症状为主的患者，缺乏典型的反流表现，甚至非典型症状也不明显，因此很容易被误诊。一项统计表明，可能被误诊的胃食管反流病的疾病多达38种，是临床上最容易被误诊的疾病之一。

（一）咳嗽：容易被误诊的反流病症之一

胃的酸性内容物经食管上端刺激咽喉，甚至进入气管和肺部，会导致咽痒、咳嗽，部分患者可伴有反酸、烧心等消化道症状，还有许多患者完全没有反流症状或其他消化道表现。因此，对于无反流症状的慢性咳嗽患者，如有下列指征，要考虑反流的可能性：

1. 咳嗽与进食相关，如餐后咳嗽，

或进食某种食物后咳嗽等。

2. 咳嗽在入睡后数小时发作，如凌晨或早起时咳嗽发作或加剧。

3. 按常规治疗咳嗽效果不明显。



（二）哮喘：容易被误诊的反流病症之二

胃的酸性内容物经食管向上反流至咽喉部和气管，引起喉气管痉挛、收缩进而造成气道狭窄或声门闭塞，表现为吸气困难，有窒息感，严重者会危及生命。这种“哮喘”与通常所说的过敏性哮喘有很大不同，如无明显的过敏原，长年发病，久治不愈，没有季节发作特点，主要以喉部痉挛为主，表现为吸气困难，

容易半夜被憋气惊醒，有的伴有阵发性呛咳，或有反酸、烧心、腹胀、食欲减退等症状。

对久治不愈的哮喘患者，必须考虑是否存在胃食管反流，24 小时食管内 pH 监测是可靠的诊断方法，对于无监测条件或不能接受本方法的检查者，可试用质子泵抑制剂或 H_2 受体拮抗剂，进行试验性治疗以明确诊断。

（三）慢性咽炎：容易被误诊的反流病症之三

咽位于食管的上端，长期反流刺激会导致咽部的慢性炎症，据统计约 30% 的慢性咽炎与反流有关。慢性咽炎表现为以下特点的，要考虑反流的可能性。

1. 咽部不适，或痛、或痒、或干燥感、灼热感、烟熏感、异物感等，晨起时发作或加重，可伴有刺激性咳嗽，用力咳出分泌物，甚或作呕。

2. 咽部症状可在饱食或平卧后加重，或因饮食不当而诱发。

3. 咽炎反复发作，常规用药无效或即使有效但停药即复发。



(四) 慢性鼻炎：容易被误诊的反流病症之四

胃食管反流发生时，胃内容物可反流至鼻腔，刺激鼻黏膜引起慢性炎症，导致鼻黏膜对外界刺激特别敏感，产生防御性反射动作——打喷嚏及其他鼻炎症状。

虽然由反流引起的鼻炎和过敏性鼻炎很相似，但两者有着本质区别：

1. 反流引起的鼻炎没有明显季节性，因为只要有反流存在就可能出现鼻炎症

状；过敏性鼻炎则可能有明显的季节性。

2. 反流引起的鼻炎在清晨和睡醒时最明显，因为当人体长时间处于卧位状态时，胃内容物更容易反流到鼻部；过敏性鼻炎则在接触过敏原后发作，如粉尘或有害气体。

3. 反流引起的鼻炎对环境的变化比较敏感，如冷热空气的交替。

（五）冠心病心绞痛：容易被误诊的反流病症之五

当人们发生胸痛时，最先想到的是心脏病，事实上胸痛未必都是心脏病，引起胸痛的原因很多，除冠心病心绞痛、胸膜炎、肺部疾病外，胃食管反流也会导致胸痛。

胃食管反流导致的胸痛，可能与心脏没有任何关系，只是与心绞痛的位置相近，所以被误诊。此外，长期胃食管反流也可能是诱发冠心病的重要因素，原