

· 健康教育系列丛书 ·

总主编 / 徐淑秀

胃炎溃疡病

防治康复指导

◆ 主 编 / 谢 晖



WEIYAN KUIYANGBING
FANGZHI KANGFU ZHIDAO



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

健康教育系列丛书

总主编 徐淑秀

胃炎溃疡病防治康复指导

WEIYAN KUIYANGBING FANGZHI KANGFU ZHIDAO

主编 谢 晖

编著 张 静 谢 晖 邵 莉



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目(CIP)数据

胃炎溃疡病防治康复指导/谢晖主编. —北京:人民军医出版社, 2013.8

(健康教育系列丛书)

ISBN 978-7-5091-6732-8

I. ①胃… II. ①谢… III. ①胃炎—防治②消化性溃疡—防治 IV. ①R573

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 154991 号

策划编辑:杨磊石 文字编辑:黄栩兵 责任审读:杨磊石

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927292

网址:www.pmmp.com.cn

印、装:京南印刷厂

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:5.875 字数:136千字

版、印次:2013年8月第1版第1次印刷

印数:0001—4500

定价:18.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

《健康教育系列丛书》编委会名单

总 主 编 徐淑秀

主 任 徐淑秀 谢 虹

副 主 任 谢 晖 张 静 陈 刚

编委会成员 (以姓氏笔画为序)

王 茜 朱宁宁 李金芝

张 利 张 静 陈 刚

徐 静 徐淑秀 徐锦程

高自清 韩跃峰 谢 虹

谢 晖

内容提要

作者从普及胃炎及消化性溃疡防治知识出发,分别介绍了这两种常见病的发病原因、症状表现、检查诊断、治疗方法、预防措施和康复护理等。本书通俗易懂,指导性、实用性强,可供胃炎及消化性溃疡患者、基层医务人员及护理人员及护理工作阅读参考。

序

健康是幸福生活的基础，比金钱更可贵，比时间更珍贵。然而我国目前依然面临着传染病、慢性病、肿瘤疾病和精神心理等卫生问题的多重威胁，特别是因不良生活方式或行为习惯引发的疾病，如高血压病、高脂血症、肥胖症、心脑血管疾病及癌症的发病率都呈明显的上升趋势，并且都有年轻化的倾向。在环境污染严重、工作和生活节奏加快的今天，如何才能获得健康、增进健康成了人们越来越关注的话题。很多人过多依赖营养保健品及医药技术，而忽视了自身在增进健康中的作用。自我保健知识的缺乏，使人们遭受了许多本来可以预防和避免的疾病，还令不少患者失去了本来可以医治疾病的时机，降低了人们的健康水平和生活质量。

其实，我们每个人都可以自觉地重视并控制自己的健康。其前提就是要摒弃以往错误的思维定式，形成科学的生活习惯，做自己的保健专家，为自己的健康把脉，对自己的健康负责。成为这样的专家并不是遥不可及的梦想，越来越多的人在自我保健中获益。我们编写的这套丛书共 12 本，参考了发达国家防治慢性疾病的先进思路与方法，结合我国医学专家多年的临床经验与科研成果，从科学、实用的角度出发，介绍了各种常见病、多发病的基本知识、检查方法、治疗手段、预防措施、自我护理、社会生活、康复保健等方面的内容。

本套丛书内容丰富，条理分明，通俗易懂，贴近大众生活。有助于临床医护工作者和社区医务工作者拓展健康教育内容，明确

健康教育的时机和技巧;还有助于患者获得疾病知识,纠正不良生活方式,掌握自我护理的知识和技术,促进早日康复;更有助于广大民众形成健康意识,了解保持与增进健康的知识与方法。

本套丛书是安徽蚌埠市科学技术局 2009 年度指导性科技计划项目(编号 200977-14)。在本套丛书编写过程中得到了安徽蚌埠市科协的大力支持,在此一并感谢!

徐淑秀 谢虹

2013 年 3 月

前 言

“民以食为天，食以胃为先”。胃炎和消化性溃疡都是消化系统常见疾病；胃炎可分为急性与慢性，消化性溃疡主要是指胃与十二指肠壶腹部溃疡。近年来，随着人们生活节奏的加快和饮食结构的变化，胃炎和消化性溃疡的发病率越来越高。为了使病人获得更全面、更科学的自我保健、自我管理胃炎和消化系统溃疡的知识和技能，我们倾情奉献此书，就是希望病人认识和了解胃炎和消化性溃疡的知识，为病人自己在与疾病抗争的过程打下自我保健、自我管理基础。

本书重点介绍了机体消化系统的一般知识，包括胃、十二指肠的位置、形态、功能和胃液的组成及作用；胃炎相关知识，如胃炎的一般知识、临床表现，特殊人群的胃炎，胃炎的诊断、治疗、保健，胃炎病人的起居照护，胃炎的食疗，胃炎病人的用药护理，以及胃炎的自我监测与救护；消化性溃疡的一般知识、临床表现、并发症、诊断、西药治疗、中医中药治疗、饮食疗法、按摩、运动疗法、自我调护。比较全面地解答了病人关心的热点、难点问题。本书适合胃炎及消化性溃疡病人及家属阅读，对广大基层医护人员也有一定的参考价值，是胃炎及消化性溃疡病人的保健指南。

本书内容丰富翔实，文字简明，中西医疗法实用，具有科学性、实用性和可读性，是一套读得懂、学得会、用得上的家庭医疗自助全书。在这本书中，您可以了解胃炎及消化性溃疡的基础医学知识，也可以找到饮食、运动、自我调护的方法，同时提醒您到什么情

况下需要去医院就诊,发生什么情况时应得到医护专业人员的帮助。真正让您和家人有病早知道,有病早就医,小病自己治,大病少花钱,无病早预防。

如果本书所介绍的知识和方法能对您的工作或您的健康有所帮助,这将是我们的最大祝愿。祝愿每位读者珍爱生命,以健康的身体来实现自己的人生目标。

编 者

2013年3月

目 录

第一部分 消化系统解剖生理特点

1. 消化系统由哪些组织器官组成,有哪些生理功能? (3)
2. 胃的毗邻关系如何,有哪些特点? (3)
3. 胃有几个口、几个壁和几个弯,在 X 线下,胃主要有几种形态,分别有哪些特点? (4)
4. 胃分为哪几个部分,分别有什么作用? (5)
5. 胃壁由几层组织构成,分别有哪些作用? (5)
6. 胃有哪些生理功能? (5)
7. 胃有几种运动形式,分别有哪些特点? (7)
8. 胃液主要由哪些成分组成,分别有什么作用? (7)
9. 胃酸主要成分是什么,有哪些生理作用、分泌特点? (9)
10. 胃液有哪些主要成分和作用,胃在食物消化中起什么作用? (9)
11. 胃液能帮助消化食物,为什么不会消化胃本身? (10)
12. 胃周围有哪些最亲近的邻居,分别有什么特点? (10)
13. 胃病可能牵扯哪些邻居跟着遭殃? (10)
14. 什么是胃下垂,有哪些发病特点? (11)
15. 十二指肠在什么位置,有哪些特点? (11)
16. 十二指肠分为哪几部分,各部分有哪些特点? (12)
17. 十二指肠有哪些作用? (13)
18. 十二指肠有哪些关系密切的邻居? (14)



第二部分 胃 炎

一、基本知识	(17)
1. 什么是胃炎,有哪些主要临床表现?	(17)
2. 什么是急性胃炎,有哪些类型和主要临床表现?	(17)
3. 急性胃炎的发病因素有哪些,是如何引起病变的?	(17)
4. 急性胃炎是如何发生的?	(18)
5. 什么是急性单纯性胃炎,与哪些因素有关?	(18)
6. 急性糜烂性胃炎有哪些特点,是如何发生的,与哪些因素有关?	(19)
7. 什么是急性化脓性胃炎,是如何发生的,与哪些因素有关?	(20)
8. 什么是急性腐蚀性胃炎?	(20)
9. 什么是应激性胃炎?	(21)
10. 什么是慢性胃炎,有哪些特点和类型,其发病与哪些因素有关?	(21)
11. 慢性萎缩性胃炎有哪些特点?	(22)
12. 慢性胃炎主要与哪些因素有关?	(23)
13. 慢性萎缩性胃炎可发生癌变吗,一般经历哪些过程?	(25)
二、主要临床表现	(26)
1. 常见急性胃炎有几种,分别有哪些临床表现?	(26)
2. 急性腐蚀性胃炎有哪些并发症?	(27)
3. 慢性胃炎有哪些表现?	(27)
4. 慢性胃炎病人为什么空腹时比较舒服,饭后反而不舒服,有哪些临床特点?	(28)
5. 腹痛就一定是胃炎吗,有哪些腹部症状或体征可能被疑为胃炎,如何辨别?	(28)
6. 胃炎导致的呕吐可能引起哪些并发症?	(29)



三、特殊人群的胃炎	(30)
1. 小儿胃炎常见病因有哪些?	(30)
2. 小儿慢性胃炎有哪些主要表现?	(30)
3. 小儿胃炎与饮食习惯有什么联系?	(31)
4. 科学合理饮食的原则是什么,如何做才能预防小儿胃炎?	(31)
5. 为什么说儿童是幽门螺杆菌感染的高危人群,应该如何 预防?	(32)
6. 儿童感染幽门螺杆菌有哪些特点,有哪些主要危害,如 何预防?	(33)
7. 儿童精神和心理因素引发的胃炎有哪些特点,如何防治?	(34)
8. 儿童胃炎有哪些常见原因或类型,如何治疗?	(34)
9. 老年人为什么容易患慢性胃炎?	(36)
10. 老年人慢性胃炎主要有哪些症状?	(37)
四、主要诊断依据	(38)
1. 急性单纯性胃炎有哪些诊断依据?	(38)
2. 急性糜烂性胃炎有哪些诊断依据,常需做哪些辅助检查?	(38)
3. 急性化脓性胃炎有哪些诊断依据	(39)
4. 急性化脓性胃炎常需做哪些辅助检查?	(39)
5. 急性腐蚀性胃炎有哪些诊断依据,常需做哪些辅助检查?	(40)
6. 慢性胃炎有哪些诊断依据?	(40)
7. 慢性胃炎常需做哪些辅助检查?	(40)
8. 慢性胃炎如何安排胃镜检查的时间?	(41)
9. 慢性胃炎除胃镜检查外,常需做哪些特殊检查,如何鉴 别慢性浅表性胃炎与慢性萎缩性胃炎?	(41)
10. 慢性浅表性胃炎容易与哪些疾病混淆,如何鉴别?	(42)



11. 如何正确对待慢性萎缩性胃炎的诊断?	(42)
五、治疗原则或措施	(44)
1. 急性胃炎如何治疗?	(44)
2. 慢性胃炎的治疗原则是什么,有哪些对症处理的药物?	(44)
3. 如何消除或削弱慢性胃炎的致病因子?	(45)
4. 治疗慢性胃炎必须根除幽门螺杆菌吗?	(45)
5. 哪些慢性胃炎病人适合手术治疗?	(45)
6. 根除幽门螺杆菌(Hp)的治疗方案有哪两种?	(45)
7. 慢性萎缩性胃炎如何治疗?	(46)
8. 中医把慢性胃炎分为几型,依据是什么,如何辨证施治?	(47)
9. 慢性胃炎有哪些灸法治疗,如何实施,效果怎样?	(48)
10. 慢性萎缩性胃炎治疗方法及其注意事项有哪些?	(49)
11. 慢性浅表性胃炎是否需要长期服药?	(50)
12. 不重视胃炎的早期诊断和治疗,可能带来哪些危害?	(51)
13. 慢性胃炎预后怎样,一般有哪四种结局?	(52)
14. 人们对胃炎存在哪些误区?	(52)
六、自我保健	(53)
1. 如何放下心理包袱,正确对待胃炎?	(53)
2. 预防急、慢性胃炎应从哪些方面着手?	(54)
3. 胃病病人为什么要争取早期诊断、早期治疗,防止恶性 变?	(55)
4. 胃炎日常保健方法有哪些,如何实施?	(55)
5. 胃炎病人应如何注意饮食调养?	(56)
6. 如何保持乐观的情绪?	(57)
7. 如何戒除不良嗜好,注意生活规律和身体锻炼?	(57)
七、自我护理	(59)



1. 急性胃炎病人最宜吃哪些食物,最不宜吃哪些食物,如何科学安排? (59)
 2. 慢性胃炎病人最宜吃哪些食物,最不宜吃哪些食物,如何科学安排? (60)
 3. 为什么说慢性胃炎病人要注意养成良好的生活规律? (61)
 4. 为什么吸烟、饮酒者慢性胃炎和溃疡病发病率高,有哪些主要危害? (61)
 5. 常饮浓茶、浓咖啡也会危害胃肠消化功能,或加重病情吗? (62)
 6. 睡眠不足有哪些危害,良好的睡眠有哪些好处? (62)
 7. 胃病病人为什么要注意休闲健身养胃,有哪些好处? (63)
 8. 哪些药物对胃黏膜有损害,如何服用或避免服用? (63)
- 八、饮食调理**..... (64)
1. 为什么说“胃病不靠医,而靠养”? (64)
 2. 胃炎病人一天几餐合适,如何安排较理想? (64)
 3. 胃炎病人饮食应遵循哪些原则? (66)
 4. 急性胃炎病人饮食应遵循哪些原则? (66)
 5. 慢性胃炎病人饮食应遵循哪些原则? (67)
 6. 慢性胃炎病人应该如何根据具体病情安排饮食? (67)
 7. 慢性胃炎急性发作或并发消化道出血时应如何安排饮食? (67)
 8. 慢性胃炎病人有哪些饮食禁忌,如何注意? (67)
 9. 慢性胃炎病人能不能喝酸奶? (69)
 10. 小儿慢性胃炎如何安排饮食调养? (69)
- 九、用药注意事项**..... (71)
1. 为什么说胃痛就吃止痛药是错误的,怎样做才正确? (71)
 2. 什么叫胃药的“四时”“五类”,主要有哪五类药物,与



- “四时”有什么关系? (72)
3. 为什么同一种抑酸药不可长期服用,如何调整? (73)
4. 长期服用铋剂类胃药为什么会影响记忆力,应如何调整?
..... (74)
5. 浅表性胃炎病人应禁服哪些药物,为什么? (75)
6. 服用胃药存在哪些误区,可能造成哪些危害,如何避免
陷入误区? (75)
- 十、自我监测与救护**..... (77)
1. 急性胃炎发病时如何救护? (77)
2. 慢性胃炎病人为什么不宜或慎用热水袋外敷? (78)
3. 为避免诱发胃炎症状,减轻病情,饮食上应如何注意? ... (78)

第三部分 消化性溃疡

- 一、基本知识**..... (81)
1. 什么是消化性溃疡,有哪些特点? (81)
2. 民间所说的“胃痛”“胃气痛”就是指消化性溃疡吗,它们
有哪些联系和区别? (82)
3. 消化性溃疡容易发生在哪些部位,为什么? (82)
4. 消化性溃疡发生与哪些因素有关? (82)
5. 哪些人是消化性溃疡的高危人群? (85)
6. 幽门螺杆菌有哪些传播途径? (85)
7. 哪些人容易感染幽门螺杆菌? (86)
8. 消化性溃疡不用治疗也能自愈吗? (87)
- 二、临床表现**..... (88)
1. 消化性溃疡有哪些主要临床表现? (88)
2. 消化性溃疡引起的疼痛有哪些特点和(或)规律? (88)
3. 为什么部分消化性溃疡病人不出现胃痛,或出现不典型
疼痛? (89)
4. 消化性溃疡有哪些体征? (90)



5. 胃溃疡和十二指肠溃疡有什么不同,如何鉴别? (90)
6. 胃溃疡病人餐后腹痛加剧,为什么? (91)
7. 十二指肠溃疡病人餐后腹痛减轻,为什么? (91)
8. 消化性溃疡为什么多发于秋冬季节? (91)
9. 消化性溃疡有哪些特殊类型,无症状性溃疡有哪些特点?
..... (92)
10. 儿童期消化性溃疡有哪几种类型,分别有哪些特点?
..... (92)
11. 老年人消化性溃疡有哪些特点? (93)
12. 幽门管溃疡、球后溃疡有哪些特点? (93)
13. 什么是复合性溃疡、巨型溃疡、食管溃疡、难治性溃疡,
各有哪些特点? (94)
14. 什么是应激性溃疡,有哪些特点? (95)
- 三、主要并发症 (96)
1. 消化性溃疡有哪些并发症? (96)
2. 消化性溃疡并发出血有哪些特点和表现? (96)
3. 为什么观察大便颜色可以判定消化性溃疡是不是并发
出血、出血量等? (97)
4. 哪些因素或药物等易诱发消化性溃疡出血? (98)
5. 消化性溃疡合并大出血为什么一定要住院治疗或观察
呢? (98)
6. 消化性溃疡大出血病人应绝对卧床休息,包括不可自行
上厕所,为什么? (99)
7. 消化性溃疡并发穿孔有哪些特点和表现? (99)
8. 哪些因素可诱发消化性溃疡并发穿孔,为什么? (100)
9. 消化性溃疡并发幽门梗阻有哪些特点和表现? (101)
10. 消化性溃疡病人为什么易并发幽门梗阻,有哪些主要
特点? (101)
11. 消化性溃疡如果发生癌变,有哪些主要表现值得警惕?



.....	(102)
四、诊断依据	(103)
1. 消化性溃疡诊断依据有哪些?	(103)
2. 确诊消化性溃疡应该做哪些辅助检查,可发现哪些特点?	(103)
3. 诊断消化性溃疡,究竟是做胃镜检查好,还是做 X 线钡餐检查好,如何选择?	(104)
4. 哪些消化性溃疡应该做胃镜检查?	(105)
5. 胃镜检查是否很痛苦、不舒服,为什么愿意接受检查的病人越来越多?	(105)
6. 胃镜检查前应做好哪些准备?	(106)
7. 确诊胃溃疡或十二指肠溃疡的主要依据有哪些? ...	(106)
8. 消化性溃疡容易与哪些疾病混淆,如何鉴别?	(107)
五、西药治疗	(110)
1. 消化性溃疡有哪些治疗原则或措施?	(110)
2. 消化性溃疡有哪些常用药物?	(110)
3. 哪两类药物可以降低胃酸,各有哪些特点,效果如何?	(111)
4. 哪些药物可以加强胃黏膜保护,有哪些特点,效果如何?	(112)
5. 哪些药物可以治疗幽门螺杆菌感染,如何服用,效果如何?	(114)
6. 什么情况下可以应用促进胃动力的药物?	(115)
7. 消化性溃疡病人如何科学用药?	(115)
8. 治疗消化性溃疡常用药物与服药时间有什么关系,如何掌握?	(116)
9. 消化性溃疡病人有哪些禁忌药物,为什么?	(117)
10. 消化性溃疡治疗症状消失后,不可以立即停药,为什么,如何维持后续治疗?	(118)