

胃食道逆流性疾病注意事項

- 一. 您的胃鏡檢查結果為：胃食道逆流
指胃酸及內容物逆流到食道，引起食道黏膜受損、發炎、潰瘍和出血現象。
- 二. 檢查後注意事項：
 1. 檢查後喉嚨會有點痛、不適或輕微出血，這是正常現象，請勿擔心。
 2. 檢查後請漱口(請勿吞食)，口內麻藥可較早退去。
 3. 漱口後半小時方可進食(檢查後 30 分鐘內勿飲水或及進食)。
 4. 進時前請先喝一口水，如不會嗆到，才可開始緩緩進食。如會嗆到，則要再等 20-30 分鐘後，再次喝水測試，確定不會嗆到，才可進食。
 5. 若咳嗽時有少量血絲為正常現象，若為大量咳出鮮血請立即返診就醫。
- 三. 治療：
胃食道逆流性疾病，通常在服藥治療的第二、三天，疼痛就可獲得緩解，但是全程按時服藥是很重要的，將有助於疾病痊癒。
- 四. 建議：
 1. 應避免食用酸、辣、咖啡、酒、汽水、巧克力、可樂及太甜之食物。
 2. 停止抽菸，因為抽菸與症狀有絕對的關聯。
 3. 宜避免不必要之緊張與壓力，因為這只會加劇症狀。
 4. 避免穿太緊身的衣服或繫皮帶。
 5. 避免在睡前 2-3 小時內進食。
 6. 平躺時，頭部宜墊高 15-20 公分，避免胃食道逆流。