

日期：101.01.20

網址：d6www.hosp.ncku.edu.tw

電話：05-5332121 轉 6203

國立成大醫院斗六分院新聞稿

過年期間病從口入—小心腸胃道疾病

發表日期：101.01.20(星期五)

發表時間：09:00AM

發表地點：成大醫院斗六分院

發表人：胃腸肝膽科／鄭興醫師

年關將至，加上各公司行號紛紛舉行尾牙，隨著年節的氣氛到來，民眾在飲食上常常忽略「忌口」，因此容易出現腸胃道疾病。成大醫院斗六分院胃腸肝膽科鄭興醫師呼籲民眾不要因為一時的嘴饞或是僥倖認為偶爾吃一次不礙事，而毫無忌憚的大吃大喝，否則「病從口入」！

農曆春節期間民眾除了玩樂之外，免不了吃吃喝喝，但這一時口慾伴隨而來的是，腹痛、腹脹、噁心、嘔吐與腹瀉等腸胃道症狀。鄭醫師表示引起這些症狀的原因可能是食物本身的刺激性或不易讓人消化、食用了含細菌或毒素的食物或是受到病毒感染。鄭興醫師說明大部分的症狀是輕微的，民眾只要飲食清淡或多食用易消化的食物，並補充適當的水份和電解質，不適的症狀就會獲得改善。倘若出現嚴重腹痛、血便、一天內持續水瀉超過六次、腹瀉超過兩天、身體出現脫水現象或胃腸道症狀伴隨發燒者，建議至醫院就診，由專業醫師診療緊急腹部問題，給予藥物治療。以上情形若是出現在小孩、老人或免疫缺陷患者時，應立即就醫。

鄭興醫師也提及，過年常吃到的蜜餞、開心果等食品應要細嚼慢嚥，避免食道異物阻塞。尤其是家中有小孩、老人、中風者、吞嚥困難病史的人，更應該格外注意！民眾在春節期間伙食準備較平常豐盛，大魚大肉不忌口，但有逆流性食道炎病史的患者必須斟酌用量，同時少吃刺激性及其他會增加胃酸分泌的食物，才可降低「火燒心」復發的機會。鄭醫師另外補充，肝病、胃潰瘍、胰臟炎的患者，應該節制飲酒，身體才不會有較多的負擔。而有膽結石病史的患者，若吃完油膩的食物後，右上腹開始出現持續疼痛，可能是膽囊或膽道石卡住造成發炎而疼痛，應馬上就醫診療。

最後，鄭興醫師呼籲民眾在迎接新的一年，享受美食時也別忘了替自己的健康著想，勿暴飲暴食，遠離腸胃道疾病上身，才可安心過好年！

新聞聯絡人：管理中心行政組／陳姍君

電話：(05)533-2121分機6203