

反流性食管炎是啥病？如何治疗呢

张 韵

四川省宜宾市屏山县中医医院内科 645350

【中图分类号】R571

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2022) 03-074-01

反流性食管炎是一种常见的疾病，反流性食管炎是食管炎的一种，也是食管炎里最为常见的，那么请问反流性食管炎的症状是什么？反流性食管炎应该如何治疗呢？反流性食管炎病人在临床通常接受药物治疗。

一、反流性食管炎吃什么药？

1. 抑酸治疗，GERD根本上使动力障碍性疾病，阻止胃内容物反流是治疗的关键，但迄今为止，抗反流的促动力药物治疗不尽如人意，而抑酸剂能迅速缓解症状，治愈食管炎，因而抑酸治疗是目前治疗反流性食管炎的最主要方法。

2. 常规剂量H₂受体拮抗剂(H₂-receptor antagonist, H₂RA)对空腹和夜间胃酸分泌抑制明显，可缓解多数病人的症状，但对C级以上的RE愈合率差。该类药物对餐后酸分泌抑制作用弱，且有快速抗药反应，故仅用于A/B级食管炎患者。

3. 强力抑酸药PPI可产生显著而持久的抑酸效果，缓解症状快，食管炎愈合率高，可用于所有的反流性食管炎的患者。常用的PPI药物主要有奥美拉唑(40mg/日)，雷贝拉唑(20mg/日)，埃索美拉唑(40mg/日)等，但是需要注意的是反流性食管炎患者需用PPI的剂量为消化性溃疡治疗量的两倍，疗程至少8-12周。

二、反流性食管炎症状

1. 胸骨后烧灼感或疼痛

这是反流性食管炎的主要症状。根据迷走神经的分布，有时可放射至颈部、腮或耳部。其中，最为常见的是放射到背部两侧肩胛间。烧灼感可经饮水或服用酸剂或含糖块刺激唾液分泌及食管原发蠕动而得到缓解。反流性食管炎的患者往往会因为食用辛辣食物后发生，或者是弯腰以及用力、平卧等，也是会病发的。而之后则症状会减轻，这主要是因为直立姿势走动可以促进食管清除的作用。体位性烧灼痛加重，高度提示为反流所致。胃酸缺乏者，烧灼感主要由胆汁反流所致，则服用酸剂的效果不著。烧灼感的严重程度不一定与病变的轻重一致。严重食管炎尤其在瘢痕形成者，可无或仅有轻微烧灼感。

2. 胃、食管反流

在每次用餐过后，躺体前屈或夜间卧床睡觉时，有酸性液体或食物从胃、食管反流至咽部或口腔。此症状多在胸骨后烧灼感或烧灼痛发生前出现。

3. 吞咽疼痛

该症状主要是因为食物的刺激而导致食管发炎或者是食管痉挛所引起的。而痉挛性疼痛则与烧心的分布和放射部位是相同的。食物在食管炎区及部分狭窄或运动功能不协调区使食管急性扩张，发生第三收缩或痉挛。病人可能会感到食物或液体在食管上方停顿，要等待食团向下行或饮水冲下，食物停顿上方的扩张食管会导致病人出现剧烈疼痛。并且，反流还有可能会导致痉挛性疼痛。

4. 下咽困难

反流性食管炎病人在初期，常可因食管炎引起继发性食管痉挛而出现间歇性下咽困难。等到病情发展到后期，则可由于食管瘢痕形成狭窄，烧灼感和烧灼痛逐渐减轻而为永久性咽下困难所替代，进食固体食物时可在剑突处引起堵塞感或疼痛。

5. 反胃

如果胃酸或胆汁反流进入口腔后壁说明胃食管有反流。胃内容物可被吐出或咽下，在咽及口腔内留着一种酸味或苦味，造成口臭或味觉损害，受慢性刺激的口唇可能有烧灼感。在病人进食、用力或体位改变后均可发生反胃。并且还常常伴有胃肠胀气、呃逆。除此之外，需要注意的是，夜间反流还可引起咳嗽、吸入性肺炎或发生窒息。

三、反流性食管炎的并发症

反流性食管炎不仅会导致病人食管狭窄、出血、溃疡等并发症，并且反流的胃液还可能侵蚀病人的咽部、声带和气管而引起慢性咽炎、慢性声带炎和气管炎，临床上称之为Delahunty综合征。胃液反流和吸入呼吸道也可能导致病人发生吸入性肺炎。近年来的研究已表明GER与部分反复发作的哮喘、咳嗽、夜间呼吸暂停、心绞痛样胸痛有关。但是了解了反流性食管炎并发症，还需要了解反流性食管炎的相关症状，以方便病人自检。

四、反流性食管炎需要注意什么

反流性食管炎的症状较多，会导致病人各种不舒服，并且还会出现并发症，因此，除了行之有效的药物治疗，病人在日常生活中还应注意以下几点：

1. 注意少量多餐，低脂饮食，可减少进食后返流发生的频率。相反，高脂肪饮食可促进小肠黏膜释放胆囊收缩素，易导致胃肠内容物返流。

2. 体重超重者宜减肥。因为过度肥胖者腹腔压力增高，可促进胃液返流，特别是平卧位尤甚，故应积极减轻体重，以改善返流症状。

3. 晚上睡眠时可将头侧的床腿垫高15~20厘米，对减轻夜间返流情况，是一个行之有效的好办法。

4. 尽量避免使腹内压增高的活动，如过度弯腰、穿紧身衣裤、扎紧腰带等，以防导致反流情况发生。

5. 刺激性的食物最好不要食用，忌酒戒烟。烟草中的尼古丁可加重返流。乙醇能刺激胃酸分泌，使返流症状加重。

6. 改变不良睡姿。有人睡眠时喜欢将两上臂上举或枕于头下，这样可引起膈肌抬高，胃内压力随之增加，使胃液返流加重。

总而言之，反流性食管炎是由胃、十二指肠内容物反流入食管引起的食管炎症性病变，反流性食管炎要及时治疗，上文详细的讲述了反流性食管炎吃什么药、临床症状、并发症以及反流性食管炎病人需要注意什么，希望大家在日常生活中能够重视自身的健康，积极接受治疗，并保持良好的心态。