胃病，是许多与胃相关疾病的统称。它们有相似的症状，如上腹胃脘部不适、疼痛、饭后饱胀、嗳气、返酸，甚至恶心、呕吐等等，严重者可有柏油便、黑便或血便。临床上常见的胃病有急性胃炎、慢性胃炎、胃溃疡、十二指肠溃疡、胃十二指肠复合溃疡、胃息肉、胃结石、胃的良恶性肿瘤、急性胃扩张、幽门梗阻等。

胃病是一种多病因疾病，诸如遗传、环境、饮食、药物、细菌及吸烟、过度饮酒等都可引起胃病。上述这些因素可导致胃酸过度分泌而破坏胃、十二指肠的保护层，从而产生溃疡。

现代理论认为：幽门螺杆菌是胃病的主要原因。

幽门螺杆菌感染可引起胃炎，胃溃疡，十二指肠溃疡，胃癌，胃粘膜相关性淋巴瘤等。

**胃病的病因**

1、幽门螺杆菌感染。

2、长期喝烈酒、浓茶、浓咖啡，吃辛辣和粗糙的食物，吸烟等不合理生活习惯。

3、经常服用对胃黏膜有损害和有刺激性的药物，如阿司匹林、消炎痛、糖皮质激素、抗肿瘤药物等。

4、一些慢性疾病，如慢性肾炎、尿毒症、重症糖尿病等。

**胃病的检查**

胃镜及活组织检查，x线钡餐检查，x线计算机体层扫描和磁共振成像检查。其他有：食管腔测ph，压力检查及活组织检查，超声波检查，核素检查等。近来已开展胃病的基因检测，其中胃镜检查是诊断胃病最直观最有效的方法。

**胃镜检查**

是借助一条纤细、柔软的管子伸入胃中，医生可以直接观察食道、胃和十二指肠的病变，尤其对微小的病变。

**胃镜检查前注意事项**

1、头一天禁止吸烟，以免检查时因咳嗽影响插管；禁烟还可减少胃酸分泌，便于医生观察。

2、检查前患者至少要空腹6至8小时以上。如当日上午检查，前一日晚餐后要禁食，当日免早餐；如当日下午检查，早餐可吃清淡半流质食物，中午禁食。重症及体质虚弱禁食后体力难以支持者，检查前应静脉注射高渗葡萄糖液，防止低血糖发生。

3、患者应消除紧张情绪，减少胃液分泌及胃蠕动，必要时医生在检查前20至30分钟要给患者用镇静剂、解痉剂和祛泡剂，及咽喉部局部麻醉。

4、进镜时病人与医生要合作，如有不适情况，病人忍耐一段时间，实在不能忍受，可用手势向施术者(医生或护士)示意，以便采取必要措施。对于情绪紧张和对胃镜有恐惧心理的患者可做无痛胃镜检查。

**什么是无痛胃镜？**

无痛胃镜是采用一种全新的无痛技术，只需在被检查者的静脉中注入少量药物，病人即可在“清醒镇静”或睡眠中完成整个检查和治疗过程，病人丝毫察觉不到痛苦。

一旦检查或治疗结束，病人在几分钟内就会清醒，感觉就象睡了一会儿一样，患者感觉很轻松。所以对于情绪紧张、对胃镜有恐惧害怕心理的患者建议进行无痛胃镜检查。

**胃病的治疗**

1、重视胃病患者的一般治疗，如合理的作息制度和饮食习惯，适度的休息、消除紧张心理，禁止吸烟和饮酒，禁用咖啡和浓茶及对胃有刺激的药物。

2、药物治疗：

(1)抗幽门螺旋菌治疗

(2)抑酸治疗

(3)保护胃粘膜治疗

**胃病饮食上要注意以下10条原则**

**1、少吃油炸食物。**

因为这类食物不容易消化，会加重消化道负担，多吃会引起消化不良，还会使血脂增高，对健康不利。

**2、少吃腌制食物。**

这些食物中含有较多的盐分及某些可致癌物，不宜多吃。

**3、少吃生冷、刺激性食物。**

生冷和刺激性强的食物对消化道黏膜具有较强的刺激作用，容易引起腹泻或消化道炎症。

**4、规律饮食。**

研究表明，有规律地进餐，定时定量，可形成条件反射，有助于消化腺的分泌，更利于消化。

**5、定时定量。**

要做到每餐食量适度，每日3餐定时，到了规定时间，不管肚子饿不饿，都应主动进食，避免过饥或过饱。

**6、温度适宜。**

饮食的温度应以“不烫不凉”为度。

**7、细嚼慢咽。**

减轻胃肠负担，对食物充分咀嚼次数愈多，随之分泌的唾液也愈多，对胃黏膜有保护作用。

**8、饮水择时。**

最佳的饮水时间是晨起空腹时及每次进餐前1小时，餐后立即饮水会稀释胃液，用汤泡饭也会影响食物的消化。

**9、注意防寒。**

胃部受凉后会使胃的功能受损，故要注意胃部保暖。

**10、避免刺激。**

不吸烟，因为吸烟使胃部血管收缩，影响胃壁细胞的血液供应，使胃黏膜抵抗力降低而诱发胃病，应少饮酒，少吃辣椒、胡椒等辛辣食物。