

火燒心 看中醫真有效

07/22 中醫旗海

活動召集人 / 台中市中醫師公會理事長  
曹榮穎

# 旗海緣起

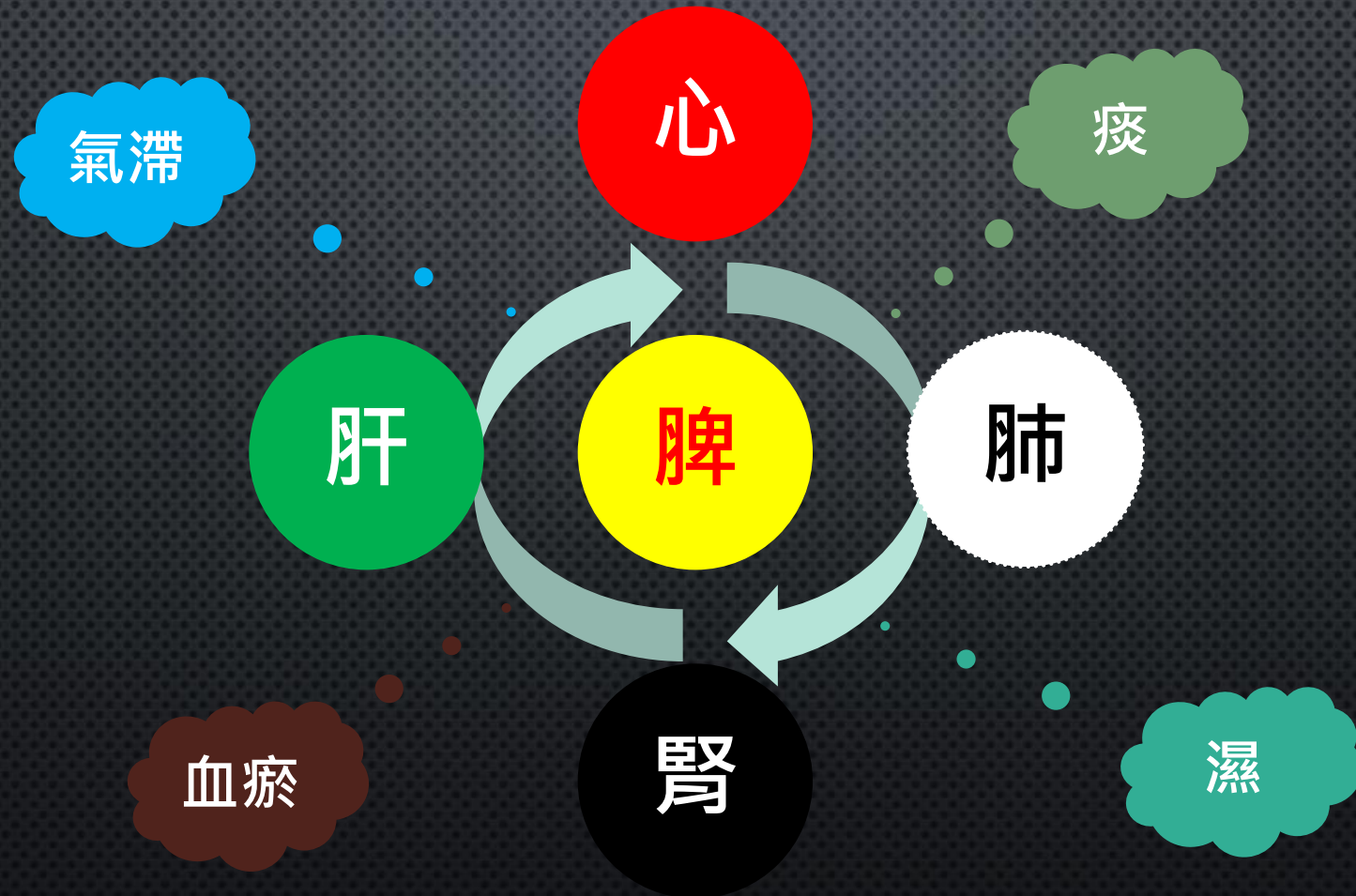
- 有哪些疾病是中醫的療效不錯，但是民眾不瞭解？
  - 理論充足：脾胃為後天之本 — 診治樞紐
  - 實證明確：量質均足的國際期刊論文
  - 臨床常見：2019年中醫健保前十大診斷 — 人次第二名
  - 邊際效益：多種疾患或功能，隨之改善

# 火燒心 看中醫真有效

- 「火燒心」是「胃食道逆流」的俗稱，中西皆然！！
  - 常見的消化道疾患
  - 新興國民疾病、文明病
  - 近代壓力型社會的產物
  - 除了結構、功能問題外，還與壓力、飲食息息相關

# 脾胃為後天之本 — 中醫診療樞紐

理論基礎



NIH Public Access  
 Author Manuscript  
*Anesth Analg*. Author manuscript; available in PMC 2011 July 11.  
 Published in final edited form as:  
*Anesth Analg*. 2011 January ; 112(1): 150–155. doi:10.1213/ANE.0b013e3181fdfac8.

**Acupuncture in Critically Ill Patients Improves Delayed Gastric Emptying: A Randomized Controlled Trial**

Florian Pfab, MD, PhD<sup>1,†</sup>, Martina Winhard, MD<sup>1</sup>, Martina Nowak-Machen, MD<sup>2</sup>, Vitaly Napadow, PhD<sup>1</sup>, Dominik Irnich, MD, PhD<sup>3</sup>, Michael Pawlik, MD, PhD<sup>1</sup>, Thomas Bein, MD, PhD<sup>1</sup>, and Ernil Hansen, MD, PhD<sup>1</sup>

<sup>†</sup>Department of Anesthesiology, University Hospital Regensburg, Regensburg, Germany

治療危重病病人的延遲性胃排空，內關 (NEIGUAN) 的穴位刺激比常規的促進性藥物更為有效 (2011)

Alimentary Pharmacology & Therapeutics

**Clinical trial: acupuncture vs. doubling the proton pump inhibitor dose in refractory heartburn**

R. DICKMAN<sup>\*,†</sup>, E. SCHIFF<sup>‡,§</sup>, A. HOLLAND<sup>‡,¶</sup>, C. WRIGHT<sup>¶</sup>, S. R. SARELA<sup>\*</sup>, B. HAN<sup>\*</sup> & R. FASS<sup>\*</sup>

當以標準劑量的氫離子幫浦抑制劑(PPI)治療胃食道逆流(GERD)患者未效時，加入針刺比加倍PPI劑量，可以更有效控制GERD的相關症狀(2007)

實  
證  
明  
確

Contents lists available at ScienceDirect

**Phytomedicine**

journal homepage: [www.elsevier.com/locate/phymed](http://www.elsevier.com/locate/phymed)

Original Article

**Effect of wu chu yu tang on gastroesophageal reflux disease: Randomized, double-blind, placebo-controlled trial**

Shih Yi-Sing<sup>a,b</sup>, Tsai Chang-Hai<sup>c,d</sup>, Li Tsai-Chung<sup>e,f</sup>, Yu Cheng-Ju<sup>b</sup>, Chou Jen-Wei<sup>b</sup>, Feng Chun-Lung<sup>b</sup>, Wang Kun-Teng<sup>g</sup>, Lai Hsueh-Chou<sup>h,i,j,k</sup>, Hsieh Ching-Liang<sup>a,i,j,k,l</sup>

吳茱萸湯對胃食道逆流(GERD)的治療效果與氫離子幫浦抑制劑(OMEPRazole)相當；但吳茱萸湯的效用可持續較久(2019)

Received: 11 December 2017 | Accepted: 26 January 2018  
 DOI: 10.1111/anao.13319

ORIGINAL ARTICLE

**Rikkunshito simultaneously improves dyspepsia correlated with anxiety in patients with functional dyspepsia: A randomized clinical trial (the DREAM study)**

K. Tominaga<sup>1,2</sup> | Y. Sakata<sup>3</sup> | H. Kusunoki<sup>4</sup> | T. Odaka<sup>5</sup> | K. Sakurai<sup>6</sup> | O. Kawamura<sup>7</sup> | A. Nagahara<sup>8</sup> | T. Takeuchi<sup>1</sup> | Y. Fujikawa<sup>1,2</sup> | T. Oshima<sup>9</sup> | M. Kato<sup>10</sup> | T. Furuta<sup>11</sup> | K. Murakami<sup>12</sup> | T. Chiba<sup>13</sup> | H. Miwa<sup>9</sup> | Y. Kinoshita<sup>14</sup> | K. Higuchi<sup>2</sup> | M. Kusano<sup>7</sup> | R. Iwakiri<sup>3</sup> | K. Fujimoto<sup>3</sup> | J. F. Tack<sup>15</sup> | T. Arakawa<sup>16</sup>

六君子湯(RIKKUNSHITO)可同時改善功能性消化不良(FD)患者的胃腸道和心理症狀(2018)

# 2019年中醫健保前十大診斷 — 人次第二名

臨床常見

診斷名	ICD-10	人次	依系統分類計人次
急性鼻咽炎	J00	2,200,494	① 呼吸系統
咳嗽	R05	2,067,949	
過敏性鼻炎	J309	1,326,071	
腰痛	M545	1,240,271	
頭痛	R51	1,103,175	
睡眠障礙	G478	1,053,825	
月經不調	N926	1,049,445	
腸胃氣脹	R143	1,100,562	② 消化系統 2,146,736
功能性消化不良	K30	1,046,174	
肌痛	M791	830,014	

# 邊際效益(隱藏版效能)

- 提升消化道機能，常有許多意想不到的收穫
- 屢試不爽 → 變成治療主軸

# CASE 1：41歲施先生，大學行政人員 (多年難孕)

配角變主角

- 2019/03/27初診：上脘叩痛、脹氣頻繁、排便散每日2次；
  - 處方：香砂六君子湯合黃芩、生薑加減
- ~2019/08/06：**腸胃症狀緩解約60-70%**；
- 2019/9妻子懷孕，2020/5順產。

	精子運動性 (Motility)				
	直線 /快速	近乎直線 /速可	方向不定 /慢速	原地轉	無運動
2017/05/12	5%	20%	45%	20%	10%
2019/08/06	47%	6%	10%	8%	29%



## CASE 2：59歲葉先生，銀行經理（慢性病患者）

超乎患者預期

- 2019/07/26初診：胸悶、腕堵、胃痛、便軟、口乾舌燥
  - 處方：麥門冬湯合黃芩、生薑加減
- ~2020/05/20：腸胃症狀緩解約80%。

	膽固醇	低密度 膽固醇	飯前 血糖	飯後 血糖	糖化 血色素	血壓
2019/5	230	150	219	197	8.7	130-150/90+
2020/5	196	131	131*	130	6.6*	120-130/80+

降壓藥：有 → 無

降糖藥：Sitagliptin (500mg)\*1顆/日 → 0.33顆/日

# 火燒心 看中醫真有效

- 中醫藥治療「火燒心」之臨床與實證
  - 中醫藥除了處理胃酸逆流、修復損傷黏膜的效果良好外，還兼有時效長、發作期程短、無明顯副作用的優勢。( + 隱藏版效能)
- 緩解「火燒心」的保健思維
  - 除了結構、功能問題外，還與壓力、飲食息息相關
- 神秘嘉賓分享親身經驗

# 火燒心 看中醫真有效 中醫臨床治療與實證研究

中國醫藥大學附設醫院 中醫部 消化內科 賴香君醫師

## 火燒心是什麼

是咖啡 甜食  
讓你胃食道逆流嗎

現在食道胸口灼熱  
好難受哦



## 火燒心是什麼

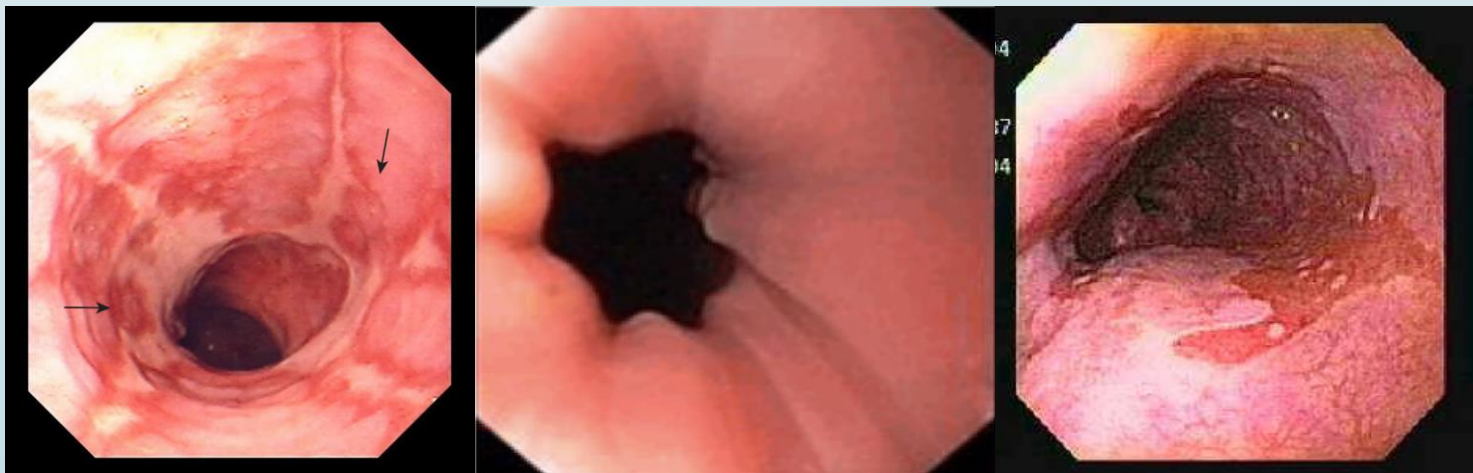
- ▶ Heartburn is a burning pain in your chest, just behind your breastbone. The pain is often worse after eating, in the evening, or when lying down or bending over.--Mayo clinic
- ▶ 主要表現胸骨後**燒灼感**，吃東西與躺平後會加重
- ▶ 症狀、主訴
  - 最常見的原因：**胃食道逆流**

## 流行病學

- 盛行率：12%-30%
- 就醫率僅有10%
- 西醫標準治療
  - 三分之二→可緩解
  - 三分之一→症狀無明顯改善=頑固型胃食道逆流疾病

## 定義

- ▶ 胃食道逆流疾病是由於**胃內容物** (通常是胃酸、食物)**逆流**至食道所造成的臨床症狀或食道組織病理變化的疾病
- ▶ 分為
  1. 糜爛型食道炎
  2. 非糜爛逆流性疾病
  3. 巴瑞特氏食道



## 疾病表現

- ▶ 胃食道逆流(GERD)主要症狀為**火燒心**、胃酸逆流
- ▶ 有時伴隨**噯氣**、**噁心**、**口臭**、**腹脹**、**打嗝**、**食道異物感及吞嚥困難**等
- ▶ 可能還會出現食道外症狀，如**胸痛**、**心悸**、**慢性咳嗽**、**後咽喉炎**及**氣喘**發作、**失眠**、**憂鬱**
- ▶ 根據其臨床表現，可歸納為中醫學**吞酸**、**胃反**、**吐酸**、**噯酸**、**嘈雜**、**梅核氣**、**胃痞**、**胸痹**等範疇。



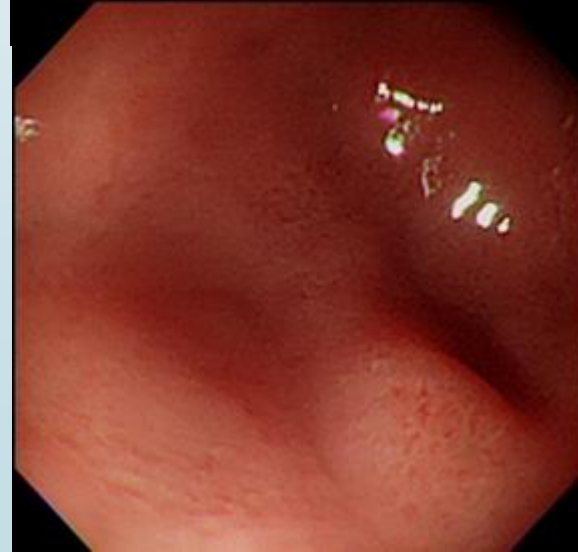
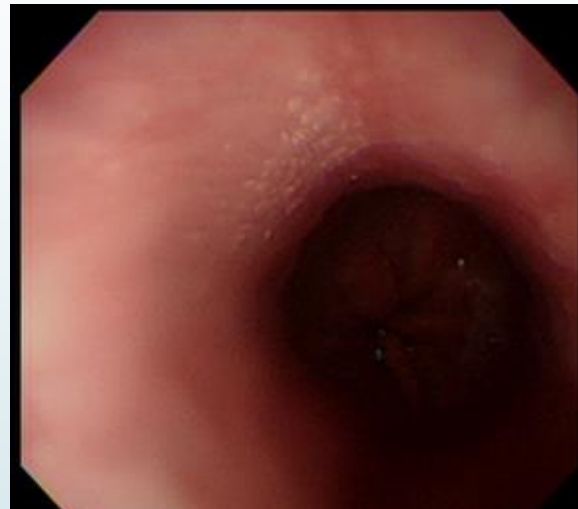
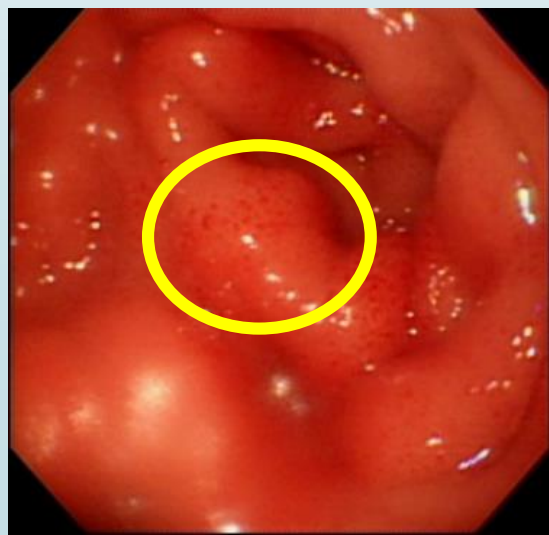
## 診斷

- ▶ 病史：火燒心、胃酸逆流
- ▶ 上消化道內視鏡檢查=胃鏡
- ▶ 鑑別診斷：食道遲緩不能、消化道潰瘍、功能性消化不良、膽囊疾病、大腸激躁症、冠狀動脈疾病、癌症
- ▶ 危險癥候：排便顏色異常(黑便、血便或灰白便)、體重減輕(半年內下降5%)、貧血症狀、明顯的感染症(發燒、腹部緊繃如木板硬且拒按)、急性心肌梗塞的危險族群(肥胖、三高患者、曾心肌梗塞過、心臟病家族史)的不典型表現、癌症家族史(特別是消化道的癌症史)

## 中醫觀點

- ▶ 胃食道逆流為中醫所言**胃氣上逆**  
治療原則為**和胃降逆**  
但究其根本則需根據病人狀況**辨證論治**才能取得穩定的療效。

壓力大的 **16歲高中生**  
--火燒心、胃痛、打嗝、脹氣



# 火燒心的中醫治療@國際期刊

Contents lists available at ScienceDirect

Phytomedicine

journal homepage: [www.elsevier.com/locate/phymed](http://www.elsevier.com/locate/phymed)

Original Article

Effect of wu chu yu tang on gastroesophageal reflux disease: Randomized, double-blind, placebo-controlled trial

Shih Yi-Sing<sup>a,b</sup>, Tsai Chang-Hai<sup>c,d</sup>, Li Tsai-Chung<sup>e,f</sup>, Yu Cheng-Ju<sup>b</sup>, Chou Jen-Wei<sup>b</sup>, Feng Chun-Lung<sup>b</sup>, Wang Kun-Teng<sup>g</sup>, Lai Hsueh-Chou<sup>b,h,\*</sup>, Hsieh Ching-Liang<sup>a,i,j,k,\*</sup>

ORIGINAL ARTICLE—ALIMENTARY TRACT

**Rikkunshito improves symptoms in PPI-refractory GERD patients: a prospective, randomized, multicenter trial in Japan**

Kazunari Tominaga · Ryuichi Iwakiri · Kazuma Fujimoto · Yasuhiro Fujiwara · Mio Tanaka · Yasuyuki Shimoyama · Eiji Umegaki · Kazuhide Higuchi · Motoyasu Kusano · Tetsuo Arakawa · and the GERD 4 Study Group

Journal of Traditional Chinese Medicine 2006; 26(2): 127-131

**Treatment of Reflux Laryngopharyngitis with Modified *Banxia Xiexin Tang* (Pinellia Decoction for Draining the Heart) — A Report of 40 Cases**

Xu Guanglin 徐光林  
Pinghu Municipal Hospital of Traditional Chinese Medicine, Zhejiang 314200, China

Alimentary Pharmacology & Therapeutics

Clinical trial: acupuncture vs. doubling the proton pump inhibitor dose in refractory heartburn

R. DICKMAN<sup>\*,†</sup>, E. SCHIFF<sup>‡,§</sup>, A. HOLLAND<sup>‡,¶</sup>, C. WRIGHT<sup>¶</sup>, S. R. SARELA<sup>\*</sup>, B. HAN<sup>\*</sup> & R. FASS<sup>\*</sup>

- **吳茱萸湯**對胃食道逆流(GRED)的治療效果與氫離子幫浦抑制劑(omeprazole)相當。但停藥後，吳茱萸湯可預防火燒心的持續時間比較久。
- **六君子湯**合併PPI治療難治型的GERD患者，改善3成的逆流症狀
- **半夏瀉心湯**治療GERD引起的逆流性咽喉炎、火燒心症狀以及改善食道潰瘍
- 當以標準劑量的PPI治療GERD患者沒效時，加**針灸治療**(內關、足三里、上脘、膻中、太衝、陰陵泉)比雙倍劑量PPI更能控制GERD症狀、改善生活品質

## 火燒心四大類型

- **基本型**胃氣不和：表現**火燒心**、**胃酸逆流**、口乾黏，甚至出現胸口灼痛、胃脘灼痛、脘腹脹滿。治以辛開苦降，方用**半夏瀉心湯**加減。
- **上班族型**肝胃鬱熱：泛酸兼**胸脅不舒**，口苦，咽乾，**心煩易怒**，由於**情志不舒**，治以清肝理氣，方用**柴胡清肝湯**加減。
- **董事長型**飲食積滯：泛酸兼見伴隨**腐臭食物味**，脘痞脹，食欲下降，舌苔黃厚膩。治以消食導滯，方用**保和丸**加減。
- **長輩型**脾虛寒濕內阻：由於**體質本虛**、過食生冷，泛酸兼見胸悶脘痞，**不思飲食**。治以養肝胃、理氣和中，方用**香砂六君子湯**加減。寒症明顯的則使用**吳茱萸湯**，溫中止逆。

## 中藥三大機轉來幫忙

### ➡ 制酸：烏貝散

海螵蛸、貝母均有抑制胃酸分泌的功能  
海螵蛸含有碳酸鈣、磷酸鈣，可中和胃酸

### ➡ 保護胃黏膜：白芨

白芨性質黏稠，在胃壁形成膠漿態，兼具收斂、修復及保護胃壁的效果

### ➡ 止血：三七

三七功能活血兼止血，可促進潰瘍面的癒合

## 穴道治療兼保健

- 手：合谷、內關
- 足：足三里
- 腹：五柱穴（巨闕、中脘、上脘、左/右梁門）
  
- 針刺、穴位按摩、灸法、熱敷

## 中醫衛教最在行 火燒心遠離我

1. 餐後半小時內不平躺
  2. 不抽煙、喝酒
  3. 不食用高糖、高脂類及高澱粉、發酵類食物、咖啡、茶類、巧克力、薄荷、辛辣物
  4. 不使用會降低下食道括約肌壓力的藥物
1. 要減重
  2. 睡覺時要將頭部墊高10-15公分
  3. 要吃固體的食物，避免餐間配湯、飲料、水等



# 火燒心 看中醫真有效

- ▶ **中藥**四大類型、三大機轉來幫忙
- ▶ 中醫**穴道**治療兼保健
- ▶ 中醫**衛教**最在行 火燒心遠離我
- ▶ 中醫優勢
  1. 療效佳
  2. 作用持久
  3. 無明顯副作用

# 火燒心 胃食道逆流 生活飲食禁忌

• 陳潮宗醫師

# 刺激交感神經興奮的飲料



# 辛辣的食物、佐料

- » 刺激傷害胃壁
- » 麻辣
- » 辣椒



# 酸性水果

- » 果酸增加胃酸濃度
- » 檸檬
- » 百香果
- » 奇異果



# 酸性的飲料

- » 醋
- » 碳酸飲料



# 酸化快的食物

» 牛奶



# 堅硬不易消化的食物

- » 糯米
- » 粽子
- » 麻糬





# 時間安排

- » 不宜太緊湊
- » 工作太緊張
- » 提升交感神經興奮



# 保暖

- » 多穿衣
- » 讓身體處於舒適、安全的狀態，較不會刺激交感神經興奮

