胃藥不是仙丹 可別當成保胃丸

文／藥劑部　藥師　陳立洳

身為藥師，在處理有關藥物方面的諮詢時，發現民眾普遍對胃藥存在著迷思與誤解。很多人在看病時會跟醫師說：「我的胃不好，可以幫我加點胃藥嗎？」其實大多數的藥品不一定會傷胃，即使部分藥品可能會輕微刺激腸胃道，原因也多半與胃酸無關，因此服用胃藥對減輕腸胃道刺激沒有任何幫助。

在更多情況下，如果民眾於服用醫師開立的藥品之外，自行服用胃藥，反而可能影響療效或增加藥品的副作用。舉例來說，胃藥會使一些原本應該在腸道內才開始崩解與發揮藥效的藥品，提早於胃內作用，結果竟造成胃腸道的刺激與不適。因此，只有正確認識與使用胃藥，才能提高疾病治療效果與減輕藥品的副作用。

胃藥也有副作用，絕非百無禁忌

市售胃藥大多不是單一成分，而是含有多種成分的複方。並且，胃藥通常指的是制酸劑，含有碳酸氫鈉（小蘇打）、鎂、鋁等成分。這類制酸劑，多是藉由中和過多的胃酸來減輕胃部不適，但是往往也會產生一些意想不到的副作用。

例如，病人服用含碳酸氫鈉的胃藥，當藥品中和胃酸時，會迅速在胃內產生大量二氧化碳，進而引發胃脹氣，甚至出現反彈性的胃酸分泌。同時，這類胃藥因為含有鈉，並不適合高血壓、心臟病及腎臟病患服用。另外，如果病人服用含有鎂的胃藥，還可能因為鎂的緩瀉作用，導致腹瀉或高鎂血症。相反的，服用含有鋁的制酸劑，容易造成便祕。

胃酸是體內殺死細菌的第一道防線，民眾若長期服用胃藥，胃內酸鹼值持續升高，胃酸又太少，將使得胃腸細菌過度生長，甚至可能因而降低藥效或失效，因此在服用一般藥品時，不一定要加制酸劑等胃藥。更何況，並非所有藥品都會引發腸胃道不適，通常只有退燒藥、止痛藥、阿斯匹靈、鐵劑及部分抗生素等藥品，服用後才有可能會出現腸胃不適的反應，這時可以與醫師或藥師充分討論後，改成飯後服用或以其他方式來緩和腸胃不適，胃藥並非唯一的選擇。

有些藥品的副作用之一是胃腸潰瘍，但這並非單純只因胃酸刺激所導致，因此併用胃藥並不能預防這種情形。病人若於服用藥品後出現胃腸不適的症狀，應告知醫師或藥師，由專業醫療人員進行整體評估，再決定是否需要併用胃藥或其他藥品，千萬別自行購買或服用胃藥，以免延誤病情。

服用方式要正確，才能發揮藥效

為用藥安全及效益考量，民眾服用任何藥品都應遵照醫師或藥師給予的相關指示，

除了依循藥袋標明的時間服用之外，如有特殊服用方法，須於服藥前向醫師或藥師確認清楚。

以胃藥來說，其劑型包括懸浮劑型、散劑及錠劑。懸浮劑型的胃藥不必放在冰箱冷藏，充分搖勻後直接服用即可。散劑胃藥，可用溫開水泡開後服用。錠狀胃藥，由於會增加藥品與胃酸接觸的表面積，提升中和胃酸的效果，建議嚼碎後服用。

胃藥的服用時間也要注意，懸浮劑或液體狀的胃乳，因為是直接於胃內中和胃酸，可立刻緩解胃痛等症狀，故多建議於胃痛發作時服用。錠劑多是在飯後半小時至1小時服用，中和胃酸的效果最好，藥效通常可持續1-3小時。在此特別提醒，服用胃藥3天後若症狀不見好轉，應儘速就醫。

此外，服用胃藥和其他口服藥品一樣，應以溫開水服用（不要用葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料配服）。

胃藥若長期服用，先經醫師評估

服用胃藥時，還要把握不併用、不長期、不刺激的3大原則。不併用：治療用的胃藥，盡量避免與其他藥品一起服用，以免影響其他藥品的療效。不長期：當腸胃不適時，可以短期服用胃藥，若長期服用胃藥，要留意其對心血管系統及腎功能的影響，且因胃藥有時會增加感染的風險，所以要先經醫師評估。不刺激：服用胃藥時，不食（使）用刺激性的物質（咖啡、菸、酒、檳榔、辛辣食物等）、少吃甜食、不暴飲暴食，若能養成良好的日常生活作息、飲食習慣以及紓解壓力，即可避免胃酸過度分泌。

正確服用胃藥，除了遵循上述原則外，民眾在拿到藥品時，請核對姓名、藥品用法、藥品適應症、藥品名稱和外觀，以及看清楚注意事項、副作用或警語、服用天數、藥品保存期限和方法。當遇到用藥問題，請向醫師或藥師諮詢。