

# 什麼是幽門螺旋桿菌，哪些症狀跟如何預防?

## 1. 幽門螺旋桿菌是什麼？

幽門螺旋桿菌(*Helicobacter pylori*)是於研究胃壁上細菌時所發現，當幽門螺旋桿菌感染胃部後，使胃酸分泌量增加，破壞胃黏膜的表皮細胞，造成胃炎、慢性萎縮性胃炎、消化性潰瘍、胃腺癌，而幽門螺旋桿菌也是造成胃腸道疾病的主要原因之一。

## 2. 感染幽門螺旋桿菌的腸胃症狀?

感染幽門螺旋桿菌時，會使胃酸分泌增多，但大多數約三分之二的患者是無出現明顯症狀的，若有反覆出現腸胃不適之症狀，像上腹痛、腹脹、胸口灼熱感、打嗝、噁心、口臭等症狀，當症狀反覆出現且無改善時應盡早就醫檢查。

## 3. 幽門螺旋桿菌傳染途徑?

常見為口對口傳染、糞口傳染，傳染原因多為經由受汙染的飲用水、唾液、食物傳染，或是出入公共場所及與親朋好友共同用餐時，接觸到受汙染的餐具。

## 4. 胃幽門螺旋桿菌如何篩選檢測?

檢查分為兩種，一種是不經胃鏡，採用同位素碳13尿素呼氣測試或是抽血檢測血清抗體以及糞便抗原測試；另一種是需經胃鏡檢查，採用快速尿素酶測試或是細菌培養以及病理切片檢驗。而目前大多常用呼氣測試檢驗來作為檢測。

## 5. 感染幽門螺旋桿菌後，日常該如何預防?

幽門螺旋桿菌患者應遵循醫師治療建議，切勿中途自行停藥，痊癒後，應注意個人飲食衛生習慣，養成不吃生食、不喝生水，用餐使用公筷母匙，如廁後肥皂洗淨雙手，日常生活中可補充益生菌及當季新鮮蔬果，給於腸胃道優勢好菌，增強自身免疫力及維持腸道健康。