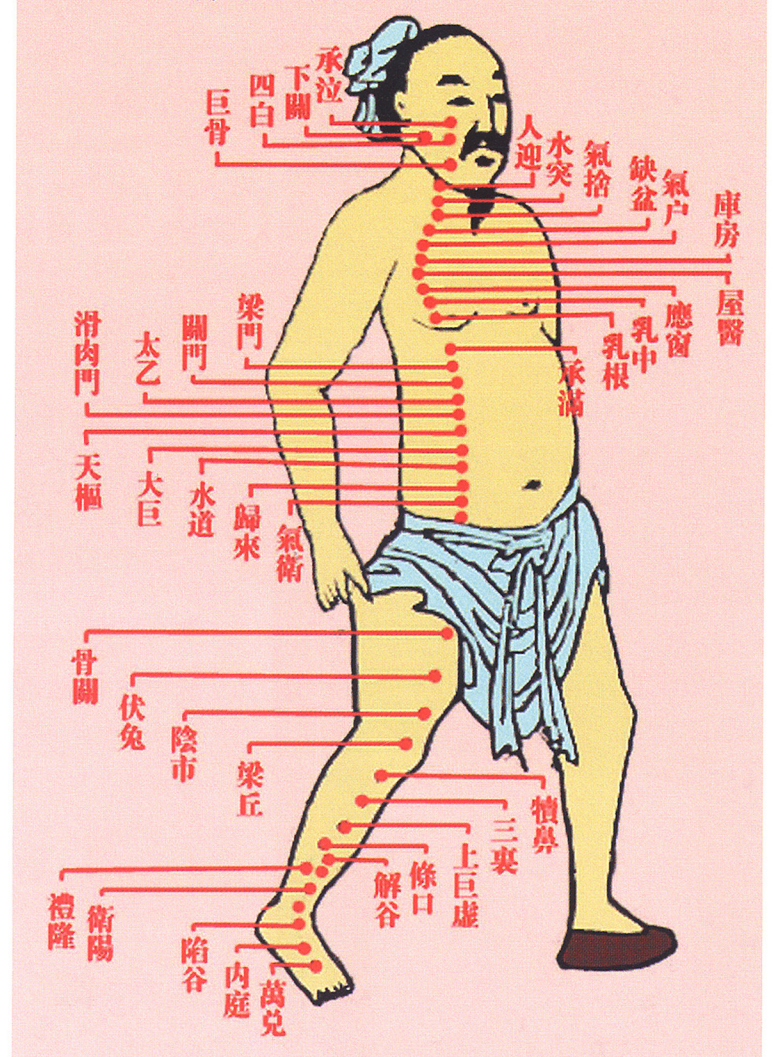


足阳明胃经 (辰)



胃酸倒流 · 歪理順流

文 | 袁維康

已故巨星張國榮，據悉不堪抑鬱症，及嚴重胃酸倒流等病魔纏繞多年，而輕生喪命，令人為之惋惜。事實上，胃酸倒流導致的胃灼熱，的確影響著數千萬人。根據調查發現，44%美國人每月最少發作一次，其中二千五百萬人每日都有出現。胃灼熱痛HEART BURN已被現今醫學界視為一種名為「腸胃食道逆流GERD」的嚴重病症其中一個初期癥狀。實質上，「腸胃食道逆流」並不是一種病症，反而是有以下一個或以上不適的症候群。胃酸對食道內壁造成傷害，出現發炎，加上癥狀如胃灼熱、脹氣、胃氣上逆、飽嗝，並伴有長期咳嗽、胃反芻、聲沙啞、哮喘病、吞嚥困難、及咽喉炎等。

胃灼熱或胃酸倒流，近年所有人包括大部份的腸胃科西醫，都認定是由於胃酸過多引起。他們認為胃酸過多，以致倒流入食道。食道因欠缺了和胃部相似的保護黏膜，繼而灼傷內壁，出現灼熱痛楚。由此推斷，當胃酸愈少，灼傷機會就愈少，痛楚便能減輕。市面上因此充斥著，林林總總的中和胃酸、制酸劑等胃藥。一有胃部不適，氣脹即吞下數片胃藥，痛楚便立即消除。有些中和胃酸西藥，更宣稱吸走其重量47倍的多餘胃酸。另外，較新的更可全日24小時不停抑制胃酸分泌。

胃藥一向是西藥銷售榜的冠軍，每年銷售超過七十億美元，為藥廠帶來天文數字的收益。但這冠軍背後，引發的多種健康問題，卻被西醫們所漠視。他們完全不知曉，絕大部份胃灼熱、脹氣、胃氣上逆、飽嗝、胃酸倒流，根本不是由胃酸過多引起。諷刺地，事實上反而是胃酸過少，才是真正元凶。

流行病學統計發現，以上的胃部不適，年紀愈長愈普遍。但84年醫學家KRENTZ發現人體胃酸分泌，卻隨著年紀增長而下降。這個是既簡單又重要，但卻又不被重視的生理學事實。因此，若胃酸過多能引致上述的胃病，青少年應有最高病發率，而中至老年人應最少，但事實卻完全相反。

胃酸是由80%鹽酸，及20%磷酸組成，酸鹼值為PH0.7，酸度極高。它的製造是相當花功夫，胃部腺體細胞要有很多酵素齊全，以及能量充足，運作良好，才能製造如此高濃度的胃酸。這和身體一切機能一樣，都因年齡而走下坡。因此為何大部份的西醫會認為我們會違反常理地，在胃酸分泌能力愈來愈差時候，反得來胃酸過多引致的胃灼熱等癥狀呢？更甚的，還要盲目地地方強力的制酸劑，來滅絕碩果僅存的一點滴胃酸？!

沒有胃酸害處何在？答案多得很。就如睪丸無精蟲、卵巢無卵子，口腔無唾液一樣。胃酸是胃部應有的分泌，來促進多種食物如蛋白質、維他命、礦物質等的消化和吸收。蛋白酶是專門消化蛋白質，化成氨基酸的酵素，其分泌是經鹽酸來刺激。胃酸不足刺激不了蛋白酶分泌，繼而帶來必需氨基酸，如氟苯丙氨、色氨酸不足，引致慢性失眠、抑鬱、情緒不穩等，（和張國榮的病況有點像），或更甚導致其他長期病患。同時，未經充份消化的蛋白質，亦有可能進入血液，引致強烈的免疫發炎過敏反應，自身免疫力錯亂AUTOIMMUNE疾病如紅斑狼瘡、類風濕關節炎、胰島素依賴型糖尿病等。這些患者亦常伴有低胃酸、消化不良、食物過敏等癥狀。

再者，正常的胃酸還能殺滅進食的細菌、霉菌、甚至寄生蟲。所謂「病從口入」，近年常見很多腸道傳染病、O157大腸桿菌、霍亂弧菌、食物中毒等個案都與胃酸分泌不足有關。（待續）



袁維康

名列ASIAN AMERICAN WHO'S WHO (IV) 的袁維康醫生，現為私人執業自然療法醫生，並為嶺南大學專業進修學院綜合理療專業文憑課程講師。