

今天你除「菌」了嗎？

壽豐分院 門診護理師 黃玫琪

在台灣，胃癌在十大癌症死因排行節節下降，從早年高居第三名到現在是第七名，這與根除幽門桿菌有密切的關係。

研究發現，使用抗生素除菌後，不只讓胃炎消失、也可以減少消化性潰瘍的復發。由於胃癌高達 80%就是幽門螺旋桿菌所引起，會引起胃部持續的慢性發炎，進而造成慢性萎縮性胃炎或黏膜腸上皮化生的癌前病變，最後導致胃癌，若能把人體這隻細菌去除，就能預防這類胃癌發生。醫學界已證實幽門螺旋桿菌會引起慢性胃炎，其中 15-20%會發展成胃潰瘍、十二指腸潰瘍；1-2%發展成胃癌；0.1%發展成胃淋巴瘤。

要如何知道自己有沒有感染幽門螺旋桿菌？醫界建議，若有消化性潰瘍、胃癌的家族史，20 歲以後就可以自費篩檢。目前常見的篩檢方式為非侵入性與侵入性，非侵入性包括抽血檢查抗體、糞便抗原測定法以及碳十三尿素呼氣試驗，建議民眾選擇檢驗糞便或呼氣試驗較準確，因為這兩者檢驗成陽性，就代表胃裡還存在幽門螺旋桿菌，抽血只能測定血清中是否有幽門桿菌抗體，但無法區別是目前仍然帶菌，或僅只是感染過而產生的抗體。侵入性篩檢就是胃鏡檢查時做切片，可以直接透過組織學檢查來得知是否感染幽門桿菌。

感染幽門螺旋桿菌會導致慢性胃炎加劇，絕對是不好的細菌。國外有研究認為，若 20 歲去篩檢，發現呈陽性就除菌，預防胃癌效果幾乎 100%。從數學模式來看，30 歲就除菌，預防效果幾乎可以達 98%以上，也就是愈早除菌、預防效果愈好。根除幽門螺旋桿菌雖然無法預防全部的胃癌，但因為有 80%胃癌與它有關，幽門螺旋桿菌就像是〈火種〉，吃鹹、嗜吃醃漬品、抽菸等環境因素像是〈柴火〉，沒有幽門螺旋桿菌存在就無法點火，除菌仍是預防大多數胃癌的有效方法。

參考資料：肝病防治學術基金會