

# 什麼是幽門桿菌？



小港醫院 副院長  
胃腸內科 吳政毅 醫師

現任台灣消化系內視鏡醫學會 常務理事  
現任台灣消化系醫學會 副秘書長  
高雄醫學大學 前副校長



幽門桿菌 (Helicobacter pylori, 簡稱 H. pylori) 是一種能在胃黏膜中生存的螺旋狀細菌。它能分泌「尿素酶」，讓自己能在強酸的胃環境中生存。根據研究，全世界大約有一半的人口都感染過幽門桿菌，在亞洲及台灣更相當常見。

幽門桿菌如何感染？幽門桿菌主要是經由「口-口」或「糞-口」途徑傳染，例如：食物或飲水受到污染、家人之間密切接觸（如共餐、共用牙刷等），因此，家庭成員之間的交叉感染相當常見。

## 感染幽門桿菌會造成什麼問題？

多數感染者在初期不會有明顯症狀，但長期感染可能導致：

- 1 慢性胃炎：幽門桿菌引起胃黏膜發炎，導致胃痛、脹氣、消化不良。
- 2 胃潰瘍與十二指腸潰瘍：細菌破壞胃黏膜保護層，使胃酸直接刺激組織。
- 3 胃癌與黏膜相關淋巴瘤 (MALT lymphoma)：世界衛生組織 (WHO) 已將幽門桿菌列為第一類致癌因子。
- 4 胃酸倒流與胃脹氣等功能性不適：感染會影響胃的蠕動與酸分泌平衡。

## 如何檢查是否感染？

常見的檢查方式包括：

- 13C尿素呼氣試驗 (最常用、非侵入性、準確度高)
- 血液抗體檢查 (可知是否曾感染，但無法區分是否已痊癒)
- 糞便抗原檢查 (可用於診斷與追蹤治療效果)
- 胃鏡檢查與切片染色或組織快篩試驗 (可直接觀察胃黏膜並採檢)



門診時間

門診時間	一	二	三	四	五	六
08:30~12:00				●		
13:30~17:00						
18:00~20:30	● 自11月 第二週起 開診					

(本表僅供參考，若有異動，請依醫院診間公告為主)

## 幽門桿菌的治療方式

目前最常用的是「三合一」或「四合一」根除療法：

- 三合一療法 (14天)：一種質子幫浦抑制劑 (PPI) + 兩種抗生素 (如 Amoxicillin、Clarithromycin)。
- 四合一療法：若第一次治療失敗，會改用含有鉍劑與三種抗生素的療法。
- 詳細情形請向消化專科醫師詢問

## 重要提醒：

- 1 藥要照醫師指示吃滿療程 (通常14天)。
- 2 不可自行停藥，否則細菌容易產生抗藥性。
- 3 治療後應於停藥至少6週再回診做「呼氣試驗」確認是否成功根除。

## 日常保健與飲食建議

- 1 避免過量喝酒、抽菸與吃刺激性食物 (如辣椒、咖啡、油炸物)。
- 2 維持規律作息，減少壓力。
- 3 多攝取蔬菜水果與含抗氧化物的食物 (如綠茶、花椰菜、莓果)。
- 4 適量補充益生菌，有助於減少治療期間腸胃不適。

## 結語

幽門桿菌雖常見，但可檢查、可治療、可預防。

若有長期胃痛、胃脹氣、噁心、黑便或家族中有人罹患胃癌，請盡早與胃腸科醫師討論是否需要檢查與治療。

及早發現、及早治療，才能守護您的腸胃健康！