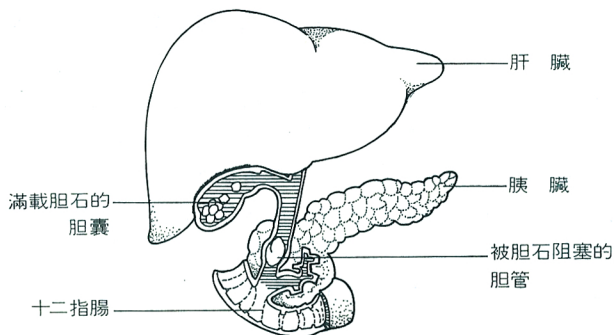


- 3、戒煙。吸煙最能阻延潰瘍痊癒。
- 4、潰瘍發病期中，應絕對禁酒。潰瘍痊癒後，能不喝酒最好。
- 5、忌服阿斯匹靈及市面出售的止痛藥，這些藥物會令潰瘍惡化。
- 6、潰瘍患者不一定是情緒化的人。情緒波動會引致胃痛，但是，情緒緊張所引起的潰瘍到底並不多見。不要用鎮靜劑來作長期治療潰瘍的藥物。潰瘍發作時，鎮靜劑只可作一時之用，不應長期使用。
- 7、胃潰瘍是長期的病，與其依靠藥物，不如改變生活方式和態度。

肝病和膽病

膽石：膽囊是一個很小的器官。膽囊若有毛病，雖會引起很多問題，但一般人並不留意。膽囊有如檸檬一般大小，是綠色的，位於上腹，附着肝臟，躺在肋骨架之下。膽囊儲藏着由肝臟製造的膽汁，在消化食物時分泌出來。



圖⑨：肝臟、膽囊、胆管、胰臟，和十二指腸的正常關係：
胆汁由肝臟製造，儲存於膽囊，通過胆管流入十二指腸。
胰腺液亦流入胆管進入十二指腸。上圖的膽囊及胆管都積聚了膽石。如果胆汁因膽石阻塞，不能流入十二指腸，胆汁被身體吸收，導致黃疸病。

膽囊出了毛病，通常沒有甚麼病徵，有時一發作，病徵會很顯著，從消化不良到劇痛都會有。劇痛的部位是在右邊肋骨下，一直伸展到肩背，通常在吃了太肥膩的食物後出現。

最常見的膽病是生膽石。膽石色暗，狀似珍珠。有的細如沙石，大的有似核桃。叫人奇怪的，是人有了膽石往往不知道，這稱為“匿性膽石”。

醫生如何斷定病人有膽石呢？方法很簡單，一般用愛克斯光判定。先進的方法用超聲波檢驗法。

如何治療膽石：外科手術仍然是常用的治療方法。在後面，我們也討論其他新的方法，包括藥物溶解法。

醫生要看膽囊發炎的程度，才決定是否動手術。如果膽囊發炎、腫大、很痛，甚至發熱，那就是“急性膽囊炎”。很多人認為急性膽囊炎病人應當把膽割掉，因為痛楚過後，疾病仍可能復發，而且可能引起胰臟併發症，稱為“胰腺炎”。

醫生要為病人動手術，是恐怕膽石會阻塞膽管。膽管是一根很短的橡皮狀管子，把由肝臟製造並儲藏在膽內的膽汁運到腸去。膽石形成後，會跟隨着膽汁流動。如果膽石太大，就不能通過狹窄的膽管，阻止膽汁的輸送，引致發炎和黃疸病。病人必須接受切除膽囊的手術。

有時醫生檢查另一種疾病時，會意外發現“匿性膽石”。許多研究顯示，匿性膽石會形成嚴重後果，很多醫生主張六十歲以下的人都應該割除膽囊。這並非絕對必要，要視病人健康情況而定。

醫學界已發明了口服膽汁鹽，可以溶解膽石，這是令人振奮的消息。口服膽汁鹽並非每個病人或每一種膽石都合用，須由醫生決定。

黃疸病

黃疸病令人苦惱。眼睛和皮膚變黃，很是難看；而且說明有