

## 幽门螺杆菌关键信息

### 1. 什么是幽门螺杆菌？

建议问题：你听说过幽门螺杆菌吗？你对幽门螺杆菌有什么了解呢？

- 幽门螺杆菌是一种感染人类胃部的细菌
- 这种细菌定植在人类胃部表层，并且产生导致胃表炎症的化学物质
- 这是世界上最常见的一种感染。它感染了世界一半的人口。研究发现纽约的幽门螺杆菌感染率为 70.1%（曼哈顿下城医院，中国城）

### 2. 感染幽门螺杆菌的症状是什么？

很多感染的人没有任何症状或体征，可能的症状如下：

- 恶心/呕吐
- 腹部疼痛或烧灼痛
- 空腹时疼痛加重
- 胃口变差
- 频繁打嗝
- 胃胀
- 原因不明的体重减轻

如果你怀疑自己感染了幽门螺杆菌，有必要及时就医

### 3. 跟幽门螺杆菌相关的并发症状有哪些？

与幽门螺杆菌感染相关的并发症包括：

- 胃表炎症（胃炎）
- 溃疡
- 胃癌

### 4. 建议问题：你对胃癌有什么了解呢？

- 胃癌是世界上第五常见的癌症，每年有一百万新发病例。
- 在美国，移民的胃癌发生率高于白人，华裔美国人比其他族裔更容易发生胃癌
- 胃癌的早期检测可以提高存活率
- 首要胃癌危险因素就是幽门螺杆菌，所以治疗幽门螺杆菌的感染是很重要的

### 5. 幽门螺杆菌如何传播

建议问题：你觉得幽门螺杆菌是怎么传播的呢

- 幽门螺杆菌最常在儿童时期定植，尤其是居住在发展中国家或是拥挤的环境中，更容易感染。
- 具体的传播途径还是未知数，但是大部分科学家和医生认为它可能通过以下途径传播：

唾液  
呕吐物  
受粪便污染的食物或水

这些传播途径还未经证实，但是我们建议你采取所有必要的预防措施，并遵从以下建议直到完成疗程：

- 使用自己的餐具
- 保持卫生（上厕所后洗手，饭前洗手等等）

#### 6. 如何治疗幽门螺杆菌感染？

- 没有一种单一的药物可以治疗
- 大部分治疗方案包括三种不同的药物：两种抗生素和一种胃酸抑制剂，需要服用 14 天
- 治疗不是对每个人都有效，成功率大概 78-80%，部分科学家认为这是由于幽门螺杆菌产生了耐药性

---

注意：问受试者他在吃什么药，通常是克拉霉素（biaxin），阿莫西林（amoxil, moxatag, dispermox）或者甲硝哒唑（flagyl），以及一种胃酸抑制剂-最可能的是奥美拉唑（prilosec）或兰索拉唑（prevacid）。

CHW 的笔记中需要记录受试者正在服用的药物以及以下信息：

- 疗程
- 药物的包装（单独的药瓶，罩板包装）
- 如果有说明书的话，说明书是什么语言的

如果患者还没有取药，找找原因

---

#### 7. 药物副作用有哪些？

建议问题：医生或药剂师有告诉你你可能发生的副作用吗？

要说明不同人会有不同的副作用，有的人没有任何副作用，要表达出对潜在的严重副作用的同情，让受试者们对最坏的副作用做好准备

- 副作用包括：
  - 腹泻或便秘
  - 恶心/呕吐
  - 口中有金属味
  - 口干，导致口渴
  - 腹痛/痉挛/胀气
  - 头痛
  - 疲惫
- 如果服用甲硝哒唑，可能有阳光敏感，头痛，皮肤潮红或饮酒出汗
- 大部分副作用会在一周后缓解

8. 什么能帮助减轻副作用？

- 随餐服用
- 避免油腻饮食
- 避免腌渍辛辣食物
- 如果口中有不舒服的味道，吃糖或喝姜茶
- 喝很多水
- 不要喝酒
- 不要喝含咖啡因或碳酸的饮料

9. 什么会影响治疗

- 不正确的服药方法
- 未完成疗程
- 治疗过程中吸烟—吸烟会影响抗生素的疗效，吸烟者在治疗过程中戒烟跟不吸烟者有同样的疗效
- 对抗生素耐药

10. 如果你没有完成治疗会发生什么？

- 药可能没效
- 有耐药的风险，如果你没有完成治疗，细菌可能仍然在你胃部，这会为更强大的细菌提供理想的繁殖环境，并且更加耐药。这种新的耐药细菌会存活繁殖，耐药细菌更难杀死，并且你可能需要更强效的抗生素
- 你可能要服用四种药物

11. 按时按量完成服药的重要性

- 强调这个非常重要
- 如果幽门螺杆菌没有根除，你会有更大可能得胃癌

问病人他们打算什么时候吃药，打算怎么记得按时吃药，听他们的计划，如果他们看起来比较迷茫或者说他们很难记得服药，给他们以下建议：

1. 跟早餐或者晚餐一起吃
2. 设闹钟
3. 让家人了解你的服药计划

跟他们说我会提醒他们吃药，问他们什么时候提醒比较好，希望多久提醒他们一次

