

短暫打嗝常是因吃太快、吃太多或喝碳酸飲料所致，通常會自動消失，但若持續 48 小時以上就應提高警覺。吃飽後發出「嗝」的一聲！許多人生活中都有打嗝的經驗，但即使不理會，大多數的打嗝也會慢慢消失，但部分人卻可能出現反覆打嗝的情形，醫師提醒，若頻繁打嗝已造成生活困擾，就應提高警覺，因打嗝可能是某些疾病的警訊。

台大醫院家醫部主任黃國晉指出，打嗝是因為橫膈膜肌肉突然不正常收縮、痙攣，空氣通過聲帶後，而發出的短促的打嗝聲。橫膈膜肌痙攣主要是因為橫膈膜神經或迷走神經受到刺激，而引發的神經反射。黃國晉說，短暫打嗝常是因吃太快、吃太多、吃刺激性食物或喝碳酸飲料所致，偶發性的打嗝若不去理它，一般就會逐漸消失，但若持續 48 小時以上就要提高警覺。

汐止國泰醫院胃腸肝膽科主任楊瑞能指出，若有經常性的打嗝問題，且伴隨明顯胃部不適症狀，有可能是胃食道逆流、胃潰瘍等疾病，建議到醫院透過胃鏡進行鑑別診斷。

另連續打嗝除胃部疾病，也可能是癌症的警訊！楊瑞能說，肝癌患者連續打嗝有可能是因腫瘤導致肝臟腫大，刺激橫膈膜而引起膈膜痙攣所致，食道癌、胃癌的患者也會出現連續打嗝症狀。

黃國晉也說，若是病理性的打嗝，常是胸部或腹部病灶刺激引起，例如肺炎、肋膜積水，或胃潰瘍、胰臟發炎，發炎物質刺激橫膈膜神經所致；另肝腎功能不好的病人也可能因毒素或電解質不平衡，刺激神經後引發打嗝。

值得注意的是，老年人若反覆打嗝也有可能是中風警訊。黃國晉表示，中風之所以會出現打嗝症狀，主要是顱內病變影響中樞神經或腦幹，造成神經不自主放電，橫膈膜肌肉不斷收縮；另過往也有心肌梗塞病人出現反覆打嗝的狀況，千萬別掉以輕心。

全文網址：<http://www.chinatimes.com/newspapers/20140706000578-260117>