

愛喝酒，會大幅增加罹患大腸激躁症風險！國內最新一份研究報告指出，酗酒的人會比一般人多出增加 5.51 倍的風險罹患腸躁症，重度酗酒的患者風險甚至更高達 26.1 倍，由於腸躁症被視為大腸癌的前兆，若是持續置之不理，恐怕會將會引起大腸癌等疾病。

重度酗酒風險達 26 倍

中國醫藥大學附設醫院急診醫學部主治醫師許太乙與其團隊利用健保資料庫分析自 2000 年至 2009 年 5 萬多名因為酒精濫用(酗酒)住院的病患、和其他沒有酗酒病患作對照分析後，發現酒精濫用會比一般沒有酗酒的人、增加 5.51 倍罹患腸躁症的風險。

進一步分析發現，若將酗酒病患依住院天數分成嚴重度不同的輕、中、重三組，得到腸躁症的風險隨著嚴重度上升，住院天數最長的該組得到腸躁症風險更高達一般人的 26.1 倍，這項研究結果已被刊載在去年 12 月的國際醫學期刊《Medicine》上。

腸躁症屬於功能性異常的腸胃疾病，會反覆發作，慢性且持續，醫界普遍認為是情緒和壓力是誘發和惡化的因素。根據統計，亞洲各國如台灣、日本、韓國的盛行率約為 6 至 11.5%。

嚴重恐惡化成大腸癌

許太乙表示，腸躁症是生理和心理的疾病，焦慮、壓力和緊張都會使症狀惡化，而酗酒的病患常有壓力調適的問題，加上酒精會作用在腸胃道影響蠕動和吸收，這些都有可能引發腸躁症、或進一步造成原有腸躁症的病患症狀再度惡化。

他說，醫學上已經證實酒精會增加肝硬化和胰臟炎的風險，但酒精和腸躁症的關係一直沒有定論。透過這項研究，明確證實過度酗酒會引發腸躁症，除了提醒民眾飲酒要適量，尤其有腸胃疾病的病患更應注意避免飲酒。

排便習慣改變要就醫

汐止國泰綜合醫院胃腸肝膽科主任楊瑞能指出，不少有喝酒習慣的病患都有腸躁症的問題，像是吃麻辣鍋、重口味的小菜，若再搭配喝酒，腸胃在多重刺激下，腸躁症很有機會被誘發，因此，提醒有喝酒習慣的民眾，若是發現自己有拉肚子、排便習慣改變，一定要到醫院檢查。

全文網址：<http://www.chinatimes.com/newspapers/20160301000345-260114>