

## ★消化性潰瘍★

1. 減少情緒緊張及壓力來源。
2. 注意飲食習慣。
  - 三餐定時定量，細嚼慢嚥。
  - 避免菸、酒、咖啡、茶葉及辛辣刺激性食物。
3. 避免消炎止痛藥之作用。
4. 目前藥物治療一般在一週內可達症狀緩解。但請配合醫師處方完成潰瘍療程，使潰瘍癒合完全。
5. 潰瘍的發生與幽門桿菌有關，請配合醫師藥物治療，以降低潰瘍的復發率。
6. 戒煙！！Please.