

## 癌症治療引起手足綜合症的處理

陳啟賢註冊中醫師

仁濟醫院暨香港浸會大學中醫診所及臨床教研中心(下葵涌)

香港中醫藥管理委員會註冊中醫師

一位患了腸癌的伯伯到診所看中醫，見他拾起筆桿在文件上簽名，樣子痛苦艱難，真的替他感到難過。伯伯還尷尬地說：「陳醫師，不要怪我寫字太醜。」我看到他一雙脫皮、乾裂、紅腫的手掌，當然不會責怪他，更安慰他說：「你已經寫得很不錯，相信寫字時手一定很痛。」伯伯報以微笑，雙手合十。這令我聯想到一個圖像，就是一雙粗糙不堪的手掌合十禱告，彷彿在感激上天。是的，「凡事感恩」；像伯伯這般樂觀的態度，我也被他所鼓舞。中國諺語雖云「十指痛歸心」，但聖經所言「喜樂的心乃是良藥」，可說是治療十指之痛的良方。

其實伯伯正在接受化療，雙手不適是口服化療藥卡培他濱(Xeloda/ Capecitabine)所引起的手足綜合症(hand-foot syndrome)。手足綜合症是指某些化療藥物所引致手腳周圍組織損傷的不良反應，成因未明。臨床表現為手掌及腳掌皮膚發紅、腫脹、刺痛或灼熱、觸痛、皮疹或皮損，令病人走路及握物表現困難。常見引起手足綜合症的化療藥物有 Capecitabine(Xeloda)、Liposomal doxorubicin、5Fu 以及 Multikinase inhibitors(MKIs)的標靶藥物如 Sorafenib、Sunitinib 等。用藥後，症狀快則於 2 至 21 天出現，遲則於 10 個月後出現亦有可能。停藥後症狀會逐漸消退，但如再次用藥，症狀仍會出現。

手足綜合症的嚴重程度，一般按照美國國立癌症研究所(National Cancer Institute, NCI)和世界衛生組織(World Health Organization, WHO)兩種指引劃分，以下介紹

的是 WHO 的分級方法。手足綜合症共分 4 等級：1 級是手足感覺遲鈍發麻；2 級是握物及走路感到不適，無痛性的浮腫和紅斑；3 級是手掌及腳掌疼痛性的紅斑和浮腫，指甲周圍亦出現紅斑和浮腫；4 級是脫皮、潰瘍、起水泡和嚴重疼痛。手足綜合症常見的護理方法如下：

1. 當症狀加劇至嚴重程度，通知醫生，可能需要考慮減少藥量或停止用藥，因不良反應與藥物劑量有直接關係。
2. 避免穿着緊迫的鞋子，及避免穿戴戒子。
3. 可以配戴棉質手套和襪子保護潰瘍皮膚。
4. 避免手足的擠壓，摩擦或接觸灼熱的物品。
5. 保持手足皮膚濕潤，每天可用溫水浸泡手足 10 分鐘，然後抹乾，塗上護膚軟膏。
6. 避免皮膚在陽光下曝曬。
7. 皮膚感到明顯疼痛時應告知醫生，處方止痛藥物。
8. 出現水泡時應小心護理防止破裂，有需要時應服用抗生素預防感染。

中醫認為這類因藥物引起的手足皮膚損傷屬於「藥毒、藥疹」的範疇。按照其手足麻木疼痛、紅斑皮損等症狀，也可歸類為「痹證」。主要成因是藥毒之邪內侵，鬱熱化火，血熱妄行，外傷皮膚所致。若血熱明顯，多見手足皮膚紅斑，顏色鮮紅，或有血泡等症狀；濕熱明顯，會以手足皮膚腫脹，水泡，糜爛，滲出液體等為主。加上病人服化療藥物後，脾胃受損，以致氣陰兩虛，皮膚失去營養而剝落脫屑。中醫治療時會因應病人情況，辨證論治，多以清熱涼血，祛濕解毒，益氣養陰等方法以改善手足不適的症狀。清熱的藥物有金銀花、連翹、梔子以及五味消毒飲等；涼血的有生地、丹皮、紫草以及犀角地黃湯等；祛濕的有茵陳、車前草以及六一散等。同時使用西洋參、沙參、石斛以及生脈散等有益氣養陰之效。

許多病人會擔心化療期間使用中草藥，或會與西藥出現「相衝」而引起某些不良反應。為了釋除病人疑慮，中醫治療時會作出一些調整，就是以中藥外洗為主要治療方法。其好處是，一則手足皮膚能直接用藥有助加強局部吸收，二則可減低中藥經消化道吸收與西藥出現「相衝」。中醫理論中有一項為「外治之理，即內治之理」，因此外用中藥浸洗亦應辨證，根據病人的血熱、濕熱、氣陰兩虛的不同程度用藥，所以上述藥物亦可用於外洗。中藥外洗時應注意水溫，約 35 至 37 度便可，切勿過熱，浸洗 20 分鐘，早晚各 1 次。浸洗後亦可抹乾，再塗上護膚軟膏。

以下的外洗藥方可作參考：黃耆 30g、桂枝 10g、赤芍 12g、大棗 15g、生甘草 10g、桑枝 15g、牛膝 12g、連翹 15g、丹皮 15g。上述藥物除清熱涼血外，更有益氣養血，通經活絡的作用。可用清水 2000ml 或足夠浸泡手足的水量，煮約 1 小時後放涼外用。

中醫食療時多用一些養血潤燥的食物，避免煙酒，以及進食辛辣刺激性食物。簡便食療方有涼拌雙耳，製法為：先將黑木耳、銀耳泡開焯熟，放涼後加入檸檬汁拌勻，亦可按個人喜好放上其他調味。銀耳，又叫雪耳，有益氣滋陰潤肺的功效，黑木耳有益氣補血活血的作用，正好用作滋潤皮膚，緩解不適，同時又可補氣血，增強體質。

以上資料只供參考，如有疑問，請諮詢註冊中醫師為宜。若有關於仁濟醫院中醫服務查詢，請致電 2370 2216 查詢或瀏覽仁濟醫院網頁：[www.yanchai.org.hk](http://www.yanchai.org.hk) 內中醫服務內容。