

多發性骨髓瘤的治療和調理

陳啟賢註冊中醫師

香港中醫藥管理委員會註冊中醫師

廣州中醫藥大學醫學博士（中西醫結合臨床）

香港浸會大學中醫學碩士（內科）

香港浸會大學中醫學學士及生物醫學理學士（榮譽）學士

仁濟醫院—香港浸會大學中醫診所暨教研中心（葵青區）

尿血是不可忽視的症狀，一旦出現尿血就應該盡早檢查。過去曾為一位長者診治尿血，幫助他發現了早期輸尿管癌，手術後身體恢復良好，中醫調理至今。然而尿血不只是泌尿系統出現病變，也需要注意其他嚴重疾病的可能。

何女士因出現尿血求診，抽血發現伴隨貧血、血鈣及肌酸酐上升，後來也逐漸出現骨骼疼痛，反覆發燒，經骨髓活檢後確診多發性骨髓瘤(multiple myeloma, MM)。骨髓瘤的是漿細胞(plasma cell)異常增殖浸潤骨髓，症狀有高血鈣症、反覆感染、腎功能損害、貧血、骨痛、骨質破壞等。活動性多發性骨髓瘤(active MM)是應該及早治療。其特徵是「蟹」(crab)，而且是「苗條的蟹」(slim crab)。S. Li.M.C.R.A.的意思如下：

1. S 指骨髓漿細胞(bone marrow plasma cell) 百分比 $\geq 60\%$ (Sixty)；
2. Li 指輕鏈(Light chain)，受累/非受累血清游離輕鏈比例值 ≥ 100 ；
3. M 指 MRI(magnetic resonance imaging)磁力共振成像檢查出現 1 處以上的骨質破壞病灶；
4. C 指高血鈣(hyperCalcemia)；
5. R 指腎功能不全(Renal insufficiency)，可見尿血、蛋白尿、肌酸酐升高等症

狀；

6. A 指貧血(Anaemia)；

7. B 指骨質損害(Bone disease)，如骨痛、骨折等。

骨髓瘤的治療包括了化療、免疫調節劑(immunomodulatory drugs, IMiDs)、蛋白酶體抑制劑(proteasome inhibitors PIs)、組蛋白去乙酰化劑(histone decetylator)、單克隆抗體(monoclonal antibodies MoAbs)，以及骨髓移植。由於治療骨髓瘤的新藥不斷出現，患者可有更多治療方案的選擇。

中醫認為多發性骨髓瘤屬於「虛勞」、「血證」、「骨痹」的範疇，是外感毒邪及臟腑功能失調而引起的。正如《靈樞·刺節真邪》曰：「虛邪之中也，棲漸動形，起毫毛而腠理，其入深，內搏於骨，則為骨痹。」由此可見邪毒是因年老體衰，正氣虛弱，衛外不固，外邪乘虛而入。此外，《中臟經·五痹》也提及「骨痹者，乃嗜欲不節，傷於腎也，腎氣內損。」這裡說明腎主骨，生髓，藏精，肝藏血，精血互生，年紀漸大，腎氣漸衰，勞累及情志所傷則精血虧損，骨失所養。

骨髓瘤按中醫辨證可以分為陰虛夾瘀、陽虛痰阻、氣血兩虛及熱毒熾盛 4 個證型。患者除了骨痛、尿血、頭暈、疲倦等症狀外，也見口乾舌燥、大便乾結、疼痛以刺痛為主，痛有定處，舌暗伴有瘀斑等都為陰虛夾瘀的表現。中藥治療以滋補肝腎，活血化瘀，處方用藥為杞菊地黃丸加桃紅四物湯，如地黃、山萸肉滋腎填精，枸杞子、菊花清肝明目，核仁、紅花等活血養血。陽虛痰阻的患者伴有腰膝冰冷、畏寒、痰多色白、或有下肢水腫等，治療方藥為陽和湯加消癰丸，以溫補脾腎，化痰通絡。方藥有熟地、鹿角膠以滋腎填精，補腎壯陽，玄參、貝母、牡蠣化痰散結等。

骨髓瘤的患者容易出現反覆感染、發燒等症狀，中藥以清熱解毒，涼血滋陰來治

療這類熱毒熾盛的患者，方藥為清瘟敗毒飲，當中石膏、知母等清氣分熱邪，水牛角、生地等涼血滋陰，再加上黃連、黃芩等清熱解毒。然而患者應該注意個人衛生，避免感染更為重要。

至於如何女士一般，年長而且耐受不了西醫治療副作用，多見疲倦乏力，臉色蒼白，眩暈心悸等氣血兩虛的症狀，中醫治療以滋腎填精，益氣養血，方藥用六味地黃丸加當歸補血湯，以減輕化療所致的骨髓抑制，及保護腎功能，改善貧血等，以中西醫協作治療的方法，來達到最佳的療效。

食療方面，需要注意有適量的蛋白質，不宜過多鹽分，同時可以食具有補腎、補血的食材，如黑豆、紅棗等。大家不妨試試以下食療粥：

黑豆紅棗蛋花粥

材料：黑豆 15g、紅棗(去核)15g、白米適量、雞蛋 1 隻

做法：先將材料洗淨，黑豆浸至少 1 小時；加水適量，及將黑豆、白米煮沸，再後入紅棗文火煮小時，待米爛豆熟後打入雞蛋，煮成蛋花即可食用。

功效：養血補腎，適合腎氣不足，氣血兩虛的腫瘤人士服用。

聖經《箴言》「喜樂的心乃是良藥」大家可能經常聽見，但它的下句是「憂傷的靈使骨枯乾」大家又知道嗎？這正好提醒大家保持愉悅的心情，可以對身體、對骨骼有益的。

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 內中醫服務內容。