

## 癌症病人下肢水腫的處理

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

王先生面容憔悴，腹部脹大，縱使雙腿已經穿上壓力襪，但仍露出腫脹的腳趾頭。他躺臥在病床上，呼吸稍為急速，斷斷續續地說：「醫生，我的肚和腳腫脹得厲害，令我很辛苦，想想辦法幫幫我呀！」說話期間偶爾發出痛苦的呻吟聲。王先生的癌症已到末期，肝轉移令肝功能逐漸轉差，淋巴轉移也令淋巴回流受阻。專責癌症紓緩治療的中西醫協作團隊替他補充白蛋白，抽腹水，使用中藥、針灸及推拿，以減輕王先生的不適。

癌症病人多有如王先生一樣的下肢水腫症狀，原因十分複雜，主要包括水液調節失衡，及淋巴回流受阻兩方面，同時也要排除下肢深部靜脈血栓(deep vein thrombosis)、癌栓塞、淋巴炎症等。淋巴回流受阻的水腫稱為淋巴水腫，分為原發性和繼發性，與癌症及有關治療引致的水腫均屬於繼發性的一類。

以王先生為例，水液調節失衡是因肝轉移損害肝功能，以致白蛋白減少及腹水壓迫，血液回流不暢順；同時淋巴轉移及淋巴管被腫瘤壓迫，引致淋巴回流受阻，淋巴液積聚引起軟組織腫脹，因而出現下肢水腫。

此外，癌症晚期腎功能下降、化療藥物的副作用、副腫瘤綜合征(paraneoplastic syndromes)、婦科癌症(宮頸、子宮內膜、卵巢癌等)手術、淋巴切除、及放射治療後都有可能增加下肢水腫的風險。

淋巴水腫可以分為 0 至 3 級，0 級僅有局部沉重或緊繃感，沒有任何可見的凹陷性水腫；1 級為早期淋巴水腫，局部出現水腫，伴有凹陷，此時可以通過抬高肢體來消退水腫；2 級為中度淋巴水腫，局部水腫，皮膚及組織增厚和變硬，因纖維化明顯，故沒有出現凹陷，即使抬高下肢亦無法減輕水腫；3 級為嚴重淋巴水腫，又稱象皮腳，局部為不可凹陷性水腫，皮膚及組織嚴重增厚和變硬，皮膚破損時有淋巴液外滲。除了分級外，也可以用卷尺測量腿圍，以評估水腫的程度。

處理下肢水腫，先要排除深部靜脈血栓的可能，然後試行抬高患肢，適量活動，穿上合身的壓力襪，並注意皮膚護理。若果抬高下肢對病情有改善，病人的水腫應是水液瀦留為主，醫生會處方利尿劑如 lasix(furosemide)幫助排出體內的過多水分。相反，若水腫以淋巴回流受阻為主，則不建議使用，因利尿劑會造成電解質及體液平衡的失調。淋巴引流按摩和壓力治療（使用特定的醫療器材，在患肢間歇性充氣加壓，幫助移除積留的淋巴液）都有一定消除水腫的作用。如上述保守式治療未見成效，也可考慮手術重建淋巴管道。

中醫認為癌症病人出現水腫（包括水液瀦留及淋巴水腫）都是因癌毒病邪侵襲人體，或癌症相關的治療以致臟腑經絡損傷所引起。臟腑功能失調以肺失通調，脾失健運，腎失開合，膀胱氣化不利為主要成因。簡單來說，就是以上臟腑調節水液功能失常，令到體內水液瀦留，下肢位於陰位(上為陽、下為陰)，故而容易出現水腫。另外，手術及放療造成的經絡損傷，經絡不通則痛，同樣不通則「腫」，所以曾接受手術及放療治療的患者出現水腫的機會較高。

中醫採用綜合性治療，以中藥內服、中藥足浴、推拿針灸等不同的治療方法達到最佳的療效。中藥治療以健脾溫腎、行氣利水為主，按中醫五行理論，脾為土，土能克水，補益脾胃可以增強其運化輸送水濕的功能，避免水濕停留在體內，就是中醫「培土制水」的治療方法。同時脾胃功能改善，更能有效吸收食物中的營

養，避免因食物中的蛋白質吸收不足而導致的低蛋白血症。健脾的常用中藥有黨參、白朮、茯苓、薏苡仁、山藥等，配合通經活絡的路路通、絲瓜絡便可加強利水消腫的功效，還有行氣利水的中藥如行氣有大腹皮、陳皮；利水有豬苓、澤瀉，溫陽利水的有桂枝，引藥下行的有牛膝，以上藥物對治療水腫都有一定作用。

外洗足浴能更有效疏通經絡，使藥物直達患處，提高療效。外洗中藥方如下：防己 10g、北蒼 30g、川牛膝 12g、桂枝 10g、赤芍 12g、伸筋草 12g、路路通 10g、茯苓皮 30g。以上藥材需先煎煮後外洗足浴，溫度約 40 度，每日 1 次，每次 20 分鐘。（以上方藥方僅供參考，如有疑問可向註冊中醫師查詢。）足浴後，可配合向心性的下肢按摩，方向由下肢遠端向近端方向，力度輕柔，同時屈伸足踝、膝關節，每側下肢按摩約 15 分鐘，以加強血液及淋巴回流，促進淋巴液的吸收。如患者下肢的腫脹屬於中醫瘀血阻絡的話，在經過嚴格消毒下進行刺絡拔罐，可有效祛除患處積聚的瘀血，多數患者下肢的緊繃感會得到即時緩解，但治療後要小心護理針刺部位，以防止感染。平日應避免穿着太窄的鞋和交叉腳坐，並應經常抬高下肢和進行適量運動。

食療方面需控制食鹽的份量，水腫嚴重者更應無鹽飲食。利水消腫的食療有以下 2 種：

粟米鬚水：粟米鬚 60g，洗乾淨後煎水飲用。

鯉魚煲赤小豆茯苓：鯉魚 1 條，去內臟，洗乾淨，加赤小豆 15g、茯苓 30g、薑 3 片，不用放鹽，煲成魚湯，飲湯吃魚，適合長期水腫患者飲用。

雖然本文以下肢水腫的處理為主，但上肢水腫也適用，希望患者手腳的水腫和沉重不適感可以得到改善，正如《聖經》的話：「把下垂的手、發痠的腿，挺起來」。

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。