

針灸改善鼻咽癌治療後遺症—吞嚥困難

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

鼻咽癌，又稱「廣東癌」，因為其發病在廣東一帶(包括香港)比較其他地區更為普遍，根據醫管局 2012 年數據在香港十大常見癌症中排第 8 位。其成因可能與從幼年開始長期進食鹹魚等醃製食物及艾巴氏病毒(EBV)有關。現時鼻咽癌的治療以放射治療(俗稱電療)為主，同時可以配合化療提高療效，治癒機會比較高。儘管隨着放射治療的技術提升，相對的副作用因此大減，但是仍有部分復康者受到放射治療後遺症的困擾，尤其是鼻咽癌復發者，再次接受治療時副作用及後遺症會更加明顯。

常見後遺症除了口乾，聽力減退外，電療也會引起頭頸肌肉纖維化，導致肌肉僵硬，妨礙活動，同樣地，負責吞嚥功能的肌肉亦會受到影響，以致鼻咽癌患者在電療後 3 到 5 年逐漸出現吞嚥困難的情況，若處理不適當的話，患者可能由進食濕潤的固體食物，進而變成流質食物，恰巧吞嚥不當「吞錯格」，食物進入氣管肺部，引起肺炎時，患者可能要用胃喉進食，再也享受不了食物的味道，嚴重影響了病人的生活質量(Quality of Life)。現時出現吞嚥困難的患者多數會轉介言語治療，但是其中部分患者的效果仍不理想。圖中為鼻咽癌患者，若 10 年前接受電療，之後出現復發，雖然再次治療後一直生活至今天，但是她的頸部肌肉纖維化十分嚴重，不但頸部活動大受影響，而且吞嚥也十分困難，多次建議胃造口來灌食以供應營養。患者當然拒絕，後來接受針灸治療至今。可見鼻咽癌患者康復道路相當艱難。

中醫認為放射治療後遺症是一種虛實夾雜，「不通則痛，不榮則痛」的症狀，一方面電療損傷了頭頸部肌肉的氣血運行，導致經絡不通，另一方面因長期氣血受到阻礙，以致肌肉筋脈失去營養，活動能力進一步減低，吞嚥困難因而產生。所以在中醫治療電療引起的吞嚥困難時，會以針灸來疏通頭頸部經絡氣血的運行為主要方法，同時配合中藥補氣養血，化癥通絡，以增加療效。針灸時多選用頭頸部的穴位，如風池、廉泉、下關、頰車、聽宮、聽會、翳風、舌三針(上廉泉及左右各半寸)、舌針(舌體兩側及舌後 1/3)等，作用為暢通頭頸部的經絡氣血運行，以達到「通則不痛」的目的，經絡暢通後，便有足夠的氣血營養頭頸部纖維化的肌肉，肌肉的活動也會隨之改善。以下是一些保健穴位及運動的介紹。

- 廉泉穴，位於頸前正中線上，喉結上方，舌骨上緣凹陷處，具有通利喉舌的功效，用於咽喉炎、吞嚥困難、中風失語等症狀。按摩方法：用手指打圈揉按廉泉穴，每次約 1 至 2 分鐘，早午晚各 1 次，寒性體質者可以艾灸，用點燃了的艾條，距足穴位約 3 至 5 厘米，在上打圈薰烤，以局部皮膚微紅，感覺溫暖而不灼痛為合適，時間約 10 分鐘，隔日 1 次。

- 口齒部位保健功，具有改善張口困難，促進口水分泌，從而減輕吞嚥困難的功用。分別有以下三式：
 1. 叩齒：上下牙齒輕叩 18 次
 2. 攪舌(赤龍攪海)：舌頭在口腔內順時針轉 9 次，逆時針轉 9 次
 3. 鼓漱：上式產生的津液鼓漱 9 次，再分 3 次咽下

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。