

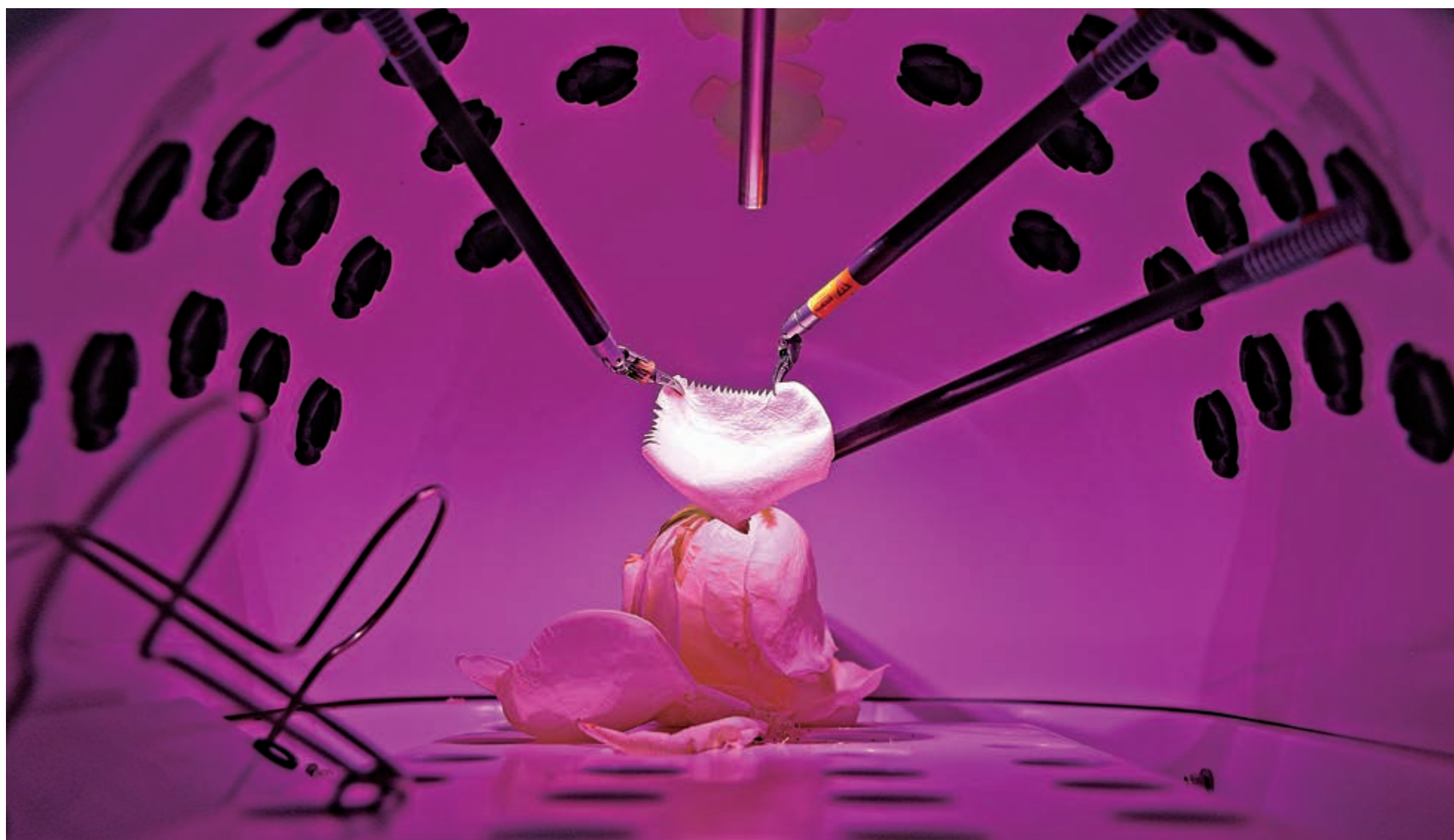


▲醫生操作達文西機械手臂，進行微創手術



▲腎癌起病隱匿，通常要到腫瘤長到很大，患者才會感到痛楚

►醫療器械發展是未來趨勢，圖為達文西機械手臂演示切割花瓣



腎癌治療的微創革命

醫者之言

養和醫院泌尿外科副主任 陳偉希醫生



▲手術治腎癌較其他治療方法有效

腎癌並不是香港最常見的癌病，每年約有接近七百宗新症及二百例死亡，男性患病率比女性多一倍。腎臟出現癌病的部分可以大概分為腎細胞癌，即是長在腎質（parenchyma）的惡性腫瘤，或是生長在腎盂腎盞（collecting system）部分的上皮細胞癌，而這兩種腫瘤中，以腎細胞癌為多見。腎細胞癌的可怕之處是無聲無息，因腎臟位於我們身體的後腹腔，被附近的腸子和腰部肌肉和肋骨包圍着，所以比較難去察覺。

通常要到腫瘤生長到很大，壓迫到周邊的腸和內臟，甚至肌肉和神經線時，患者才開始感到腰部或腹部腫脹或痛楚。至於血尿，也通常要癌細胞從腎的質部侵入到腎盂或是腎盞時，血液才有機會流入尿液中，形成肉眼可見的血尿，也通常代表是比較嚴重的情形了。更可惜的情況是，腎細胞癌可以一路潛伏生長，到擴散至骨骼、淋巴甚至大靜脈時，患者才察覺到自己出現消瘦、骨痛甚至呼吸困難等病徵，但不幸地這已經代表病入膏肓，不能病愈了。腎盂和腎盞的上皮細胞癌結構和臨牀的特徵跟膀胱癌相似，比較早出現血尿等症狀。

手術可根治腎癌

雖然要警覺患上腎癌很難，但若果要做檢查去揪出腫瘤卻不算複雜，常用的超聲波已經可以很有效去探測到腫瘤的存在，不過如果要作出更仔細的診斷和分析，電腦斷層掃描（CT）或磁力共振（MRI）則較佳。

要根治腎癌現時只有手術有效，其他常用的治療例如放射治療（電療）和化療等都不理想。幸好我們天生都有兩個腎臟，好像是有「後備」一樣，所以如果病情需要，泌尿外科醫生也不用太過投鼠忌器，可以選擇把腎臟跟癌腫瘤一併作根治性切除。

傳統的開放手術需要在肋骨對下打開一個八至十吋長的傷口，才能夠在腹中深入的地方找到腎臟和它的供應血管和連接的輸尿管，術後痛楚也比較厲害。美國的Clayman教授開了個值得深思的問題：為什麼要開一個二十厘米的傷口，拿出十二厘米大的腎臟，而當中的腫瘤只有二厘米？於是，Clayman教授於一九九〇年在美國施行了世界上第一宗利用腹腔鏡切除腎臟的手術，雖然這手術總共用了七個小時，但病人術後恢復理想，而且更開創了泌尿外科的一個新里程。現時隨着技術和器械的改善，微創腹腔鏡根治性腎切除已經大為改良，更加成為了現時治療早期腎癌的金標準，達到療效好，出血少，痛楚少，出院快的目標。

現時城市人對健康比較注重，腎癌很多時是在定期健康檢查時發覺，所以很多時腫瘤還是早期而且較為細小，於是泌尿科醫生便可以施行部分腎切除術，既可以根治癌症，也可以保存部分的腎臟。雖然我們都有兩個腎，缺少了一個也不會影響到健康和生活質素，但有大型研究指出，長期而言，全腎切除的病人比較部分腎切除病人會較多出現腎功能衰退、血壓高和

其他血管疾病。但另一方面，部分腎切除手術的技術要求、難度和風險都要比全腎切除為高，所以也不難理解，微創腹腔鏡部分腎切除手術更加是難上加難了。但現在有了微創達文西機械手臂手術輔助，泌尿外科醫生可以更有把握地用微創技術，利用數個小洞完成這個複雜的手術。

機械手臂助力大

六十多歲的黃先生是一位工作繁忙的商人，他有很多都市人都有的長期病患，如血壓、血脂偏高和糖尿病等，連帶他的腎功能也輕度受損。他因腸胃痛腹痛看醫生，醫生便建議他接受超聲波檢查一下腹部。雖然他的腹痛很快便消散，但超聲波檢查卻意外發現了黃先生的左腎上部長了個五厘米的腫瘤，其後的增強電腦掃描顯示高度懷疑為惡性腫瘤。筆者見黃先生後再仔細觀察掃描，發現雖然腫瘤頗大，也靠近腎門，即是腎中央主動靜脈的位置，但還是盡可能去採取部分腎切除手術，希望盡可能清除癌症之餘，可以盡量保持本來已經受損的腎功能。憑着達文西機械手臂協助下，終於成功把腫瘤完全清除，最後病理切片確定為第一期腎癌。由於傷口細小，也沒有術後併發症，黃先生很快痊癒，五天後便可以出院，術後的腎功能跟進也維持得很穩定。

雖然腹腔鏡手術已經很成熟，但若果病人年紀太大或是身體狀況太弱而承受不了手術，泌尿外科可以考慮在合適的腫瘤利用射

頻針或冷凍針進行消融或冷凍治療。這種方法雖然未必能完全根治腫瘤，但對病人身體影響較小，也有一定控制腫瘤的能力。

這十多二十年間，微創技術在治療腎癌方面帶來了革命性的改進，不單使病人康復得更快更舒適，也可以盡量減少對腎功能的傷害，大大促進了病人的痊癒。



▲泌尿外科醫生陳偉希



掃描QR Code 上大公網瀏覽更多健康資訊

中醫助孕重補腎調經

杏林細語

大公報記者 陳惠芳



現今生育率低，女人遲婚過了生育的黃金時間是其中一個原因，於是，人工受孕成為不少夫妻的希望。人工受孕屬於西醫技術，那中醫方面有沒有提升生育機率的方法？受訪的註冊中醫藍永豪（見圖）認為，「腎氣一天癸一沖任一子宮生軸」與西醫學的「下丘腦—垂體—卵巢—子宮」的環路有相似之處，在輔助生殖技術中配合中藥及針灸，有調經、促卵泡發育及排卵、提高卵細胞品質以及提高卵子受精率、改善血供、增加孕卵着床機會、促進早期胚胎發育等作用。中醫主張調周助孕，也就是順應月經周期規律，處方中藥時，於人工受孕術前透過補腎、健脾、疏肝、調理氣血、調理沖任，以調暢月經和改善體質；在取卵後到植入前的窗口期，以健脾、益腎、養血為法，改善子宮內在環境，植入後側重於補腎、健脾、養血，促進囊胚發育，以助孕安胎。同時，中藥配方和辨證選用具有補腎作用的果實種子類中藥，如補腎陰的枸杞子、女貞子，補腎陽的補骨脂、葫蘆巴、菟絲子等，均

有助提升受孕機會。

女人的年齡是否會影響受孕機會？藍醫師指出，《黃帝內經》裏面提到，「女子二七（十四歲）而天癸至，任脈通，太沖脈盛，月事以時下，故有子」，提示月經來潮就具備生育條件；當「七七（四十九歲）任脈虛，太沖脈衰少，天癸竭，地道不通，故形壞而無子也」，說明停經時形體衰老，便不再有生育能力。不過，古人認為腎氣充滿的三七之年，以及身體處於最強壯階段的四七之年，都是不錯的生育年齡。

問及有個案是五十二歲女子仍可受孕？藍醫師續稱，《黃帝內經》記載了有人先天稟賦超常，或者掌握了養生之道的人，氣血經脈常能保持通暢，腎氣有餘，即使年壽已高，仍然有生育能力；然而就臨牀所見，女子超過四十歲，其受孕率已然降低。至於子女的性別能否選擇，他說，無論任何醫學均認為為下一代「選擇性別」存在醫學倫理的爭議。現行中醫婦科學的教育，不主張選擇性別的偏方和秘方。

事實上，生男生女由男人的精子決定。藍醫師指出，生物學認為，性染色體與性別有直接的關係，男性為異型性染色體。問及中醫接受人工受孕嗎？他說，近年中醫藥治療已廣泛應用到人類體外受精—胚胎移植技術中，中醫學術界普遍認為，中醫學與現代輔助生殖技術相結合，可提高不孕症患者的妊娠率，並減少併發症。

順應生理時鐘作息有序

玲心絮語

劉錦玲

認識自我，除了上文提及認識自己的價值觀和興趣之外，也可以從個人的生理時鐘上了解，例如：你是一個傾向大清早起床做事或運作的人？還是愛夜睡，在晚上會更精力充沛的人呢？在一天當中，哪個時段是你最在狀態的呢？有人問：究竟個人的生理時鐘和「認識自己」有什麼關係？知道自己的生理時鐘是重要的，因為我們可根據它來安排自己的作息或活動，這會讓我們的更順暢並可減少人際關係中的一些摩擦。

雖然不少人可能覺得生理時鐘是很瑣碎的事，相對而言影響不及價值觀那麼大。然而，若不理會自己的生理時鐘，要一個大清早就起床晚上十時就睡覺的人經常熬夜或通宵工作，和其生理時鐘相反運作，久而久之，健康會響起警號而引發不同程度的身心狀況，如嚴重的睡眠障礙或抑鬱症狀。另外，與不同生理時鐘運作的人一起進行活動，也可能會較易引起雙方的摩擦。舉例：早起的阿甲約晚起床的阿乙去飲早茶，阿甲經常因阿乙遲到而不悅，阿乙在相聚時因睡不好而不時向阿甲發脾

氣。日子久了，雙方都會感到不開心和失望，彼此的交往便會有一定的壓力。

個人覺得，可以的話最好是相約和自己生理時鐘差不多的人一起去玩或進行活動，因為這樣可以減少不必要的矛盾及摩擦。所以，若能清楚了解自己或身邊的人的生理時鐘並因此計劃自己的活動，不但可減少雙方因生理時鐘不協調所產生的矛盾，亦可避免用大量時間去調解拗拗或糾紛，心情相對來說自會開懷些，雙方會更



▲根據自己的生理時鐘作息，生活將更加稱心

享受活動的樂趣和彼此相聚的時光。若能找到這份和諧，不用勉強費神去排解糾紛，負面情緒也會減少，長遠來說，對個人的心理健康實在有很大的幫助。

除了認識自己的生理時鐘，了解自己個人在生命中的使命和人生目標，也是認識自己的一個方向；當人知道自己的使命和目標會較易得到滿足感，並對生命附上一種特別的意義。有沒有問過自己，在你的生命裏有什麼事是最重要最有意義的呢？有人認為，有意義的人生是花時間思考將自己的信念用不同方式去創作並表達出來，包括文字、影像或其他藝術等，又或者是參與助人或社會公益事務等。這些使命或目標可以是一份工作，也可以是公餘的活動，亦可以是個人的人生下一階段，如退休後的新一頁等。

在一個人安靜的時候，不妨問問自己，有什麼事是你想做的呢？有什麼目標是你想達到的呢？目標達成可以是幾日、幾個月甚至是幾年的；而長遠的目標可以是五年、十年或更長的計劃；不過，最重要的是要訂立實際的目標，並在適當的時候調整一下，看看是否合乎當時的環境及情況。若訂下的目標不切實際或非常難達到的話，人會有挫敗感，而過多的挫折可能會令人放棄追尋理想和目標，宜慎重計劃！

作者簡介：劉錦玲曾參與影視演出及擔任綜藝節目主持人。近年在美國三藩市州立大學畢業，主修社會學及副修心理輔導。曾在防止自殺熱線、危機熱線等擔任輔導員。