

這 真是一個分秒難捱的夜晚——星期六晚，何太太夜被丈夫吵醒，睡眼惺忪中她聽到丈夫痛苦的呻吟，猛說好痛好痛……她問他哪裏痛？丈夫說是腰痛……何太太一邊幫他揉痛處，一邊望鐘，當時是凌晨三時半，要看醫生還要等好幾個小時！

揉了一陣，她問他有不覺得好了一點，要不要到醫院看急症？丈夫說好了一點，痛楚是痛一陣停一陣的……何太太也不敢怠慢，馬上給他吃了止痛藥。

當晚，何太太不敢睡，一直為丈夫揉痛處，一邊聽着時鐘在寂夜中嘀嗒響，直至天光。

何氏夫婦是專業人士，兩人翌日馬上去見一位相熟的骨科醫生朋友，經檢查和照過背部和腹部X光後都未能找出病因，醫生朋友建議他星期一到養和的放射診斷部，做磁力共振檢查。

放射診斷部主管羅吳美英醫生是兩人的朋友，她當時見到兩人外

夜半

驚魂痛

輸尿管戰爭

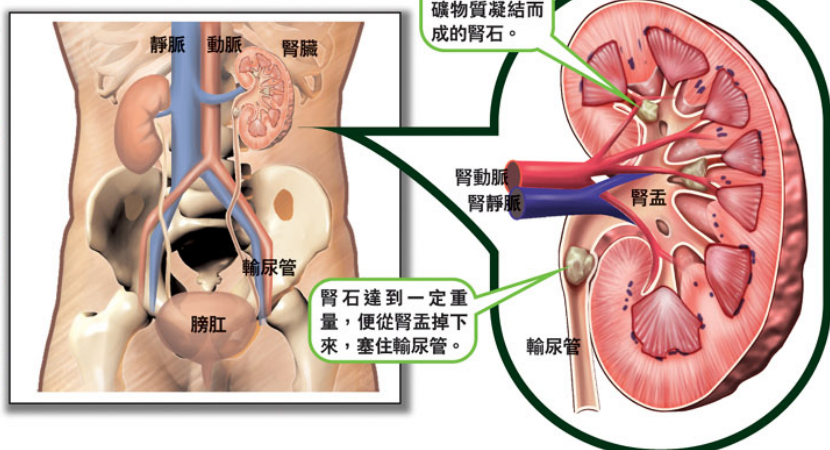
何先生晚上被奪命驚魂痛喚醒，而那痛楚是來自腰背，最初他懷疑自己腰骨有事……



利用CT Urogram透視整個泌尿系統，準確性就高很多，它可以將直徑細至0.6mm的腎石都檢測出來。



腎臟結構



「點解？磁力共振不是可以看得更清楚，更全面嗎？」何先生問。

「磁力共振的確比X光看得較多，例如背部做磁力共振，可以看清楚有沒有骨折，看清楚骨頭會

透視泌尿系統

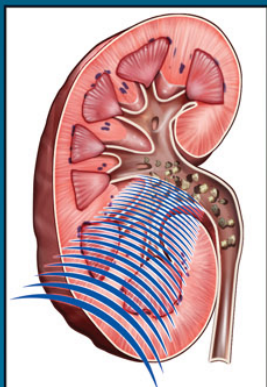
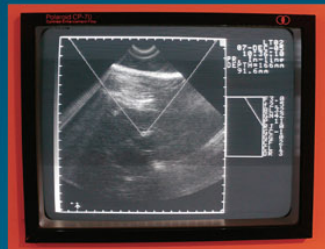
貌彷彿老了幾年，不但臉容憔悴，且兩夫婦四隻眼睛下都多了個黑眼圈，想必是給痛楚折磨得無覺好瞓了。

身體的痛症，其實是一個警號，通報閣下——身體器官正被攻擊，要立刻治理！所以縱使是輕微的痛症，都可能是長期積壓下健康惡化的警號，絕不能掉以輕心。有時痛症更是突如其來，事先完全沒有預兆，一殺到便令人無力招架！像以下個案的主人翁，夜半驚魂痛醒，捱足兩日一夜都未能找出病因……

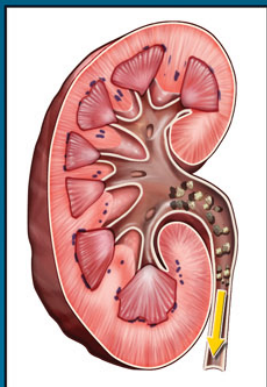


▲醫療儀器操作員在手術室外監控病人情況，並瞄準腎石位置。

▶在超聲波圖像中找出腎石位置，利用三角位瞄準腎石，然後發出能量，腎石被能量擊碎。



▲體外碎石手術，是利用電子原理產生能量，將腎石擊碎，排出體外。



▲體積較細小的腎石，可多飲水，將它們沖走。



羅光彥醫生解釋，

病人在接受體外碎石手術時，毋須麻醉，只需事先注射鎮靜劑，然後躺在手術牀上，碎石機便可將能量射入體內。

電腦斷層掃描 腎石走唔甩

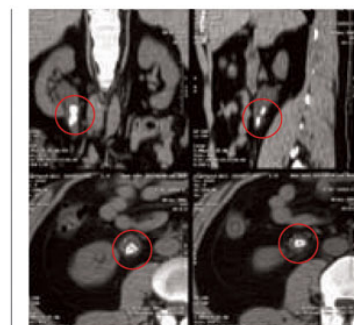
利用 CT Urogram 來檢查腎石，準確度極高，達 96%-99%（視乎不同類型腎石而定）。首先，體積細小至 0.6mm 直徑的，都無法逃避它的法眼；其二，它的可視密度範圍很大，即是密度極低連 X 光都無法找出來的尿酸石，在 CT Urogram 下亦是無所遁形。

檢驗過程：

1. 病人先注射顯影劑；
2. 通過電腦斷層掃描儀拍攝腹部、背部、腰側和腹部多個橫切面圖像；
3. 從不同掃描圖像中，找出腎石的確實位置及大小。



▲這是一名病人的 X 光片，圖片看不到有腎石。



▲但在 CT Urogram 檢驗中，卻發現兩顆直徑達 1cm（圓圈示）的腎石。

常見腎石六大類

- 草酸石（密度高，難擊碎）
- 鈣質石（最常見，佔腎石中的 80%）
- 尿酸石（X 光無法檢測，要用電腦掃描）
- 磷質石
- Cystine（遺傳性，難擊碎，幸中國人沒有這類石）
- 鹿角石（由鈣、鎂、磷質凝結而成）



▲多種不同形態和形狀的鈣質腎石（Calcium oxalate）



▲另一種常見腎石——Cystine stones，屬遺傳性腎石，幸中國人極少機會患上。

證實病因後，羅醫生馬上將病人轉介到泌尿科醫生跟進。幸好由於何先生的腎石體積只是約三毫米，醫生認為毋須進行體外碎石手術，只須多飲水，將腎石沖出來便可。

一杯奶茶四粒糖

腎石是中年男士常見的病症，卻不代表中年男士是高危族。泌尿專科醫生羅光彥說，香港的患者當中，二十餘歲至五十歲都有，而且年齡分布很平均。

羅醫生解釋，患腎石的主因是尿液中有太多雜質，這些雜質無法完全被溶化，久而久之在腎臟積聚、凝結，最後變成腎石。羅醫生為了讓病人更容易明白，他經常以奶茶作譬喻來解釋：「這是一個很簡單的化學原理，小便就等於一杯奶茶，如果你放兩粒糖，它自然很快溶化，但如果你放四粒糖，它就無法完全溶化。」

羅醫生說，這些雜質最初在腎臟內只是如一粒沙般細小，但當雜質愈積愈多，最後變成一粒石，到它有一定體積時，就會從腎臟跌下來，塞住了腎盂或輸尿管，尿液無法通過，就會引起脹痛。而患者會有一陣一陣的痛楚，是因為尿液無法通過時令腎

否有骨痛，腹部做磁力共振亦可以看清楚內臟有否異樣，是否生了腫瘤等，但我懷疑你可能生腎石，磁力共振未必可以百分百看得清楚。」羅醫生解釋。

原來腎石有好多種，有些因為體積太細，有些腎石因為本身的密度（density）低，所以 X 光無法診斷出來，故羅醫生建議為病人進行一個 CT Urogram 檢查，利用電腦掃描檢查整個泌尿系統，包括腎、輸尿管、膀胱。

40 小時輸尿管戰爭

結果驗出何先生的腎盂和輸尿管都有很細小的腎石，而其中一邊輸尿管因為被腎石塞住，尿液無法通過而引致發炎和脹大。羅醫生計一計病人由周六半夜痛醒至來到醫院檢查，足足有四十多小時，即是他的輸尿管打仗打了四十多小時，怪不得看起來已千瘡百孔了。

原來我們的輸尿管只得二至四毫米闊，一般腎石只要有二至三毫米直徑就足以令輸尿管部分

閉塞。

證實病因後，羅醫生馬上將病人轉介到泌尿科醫生跟進。幸好由於何先生的腎石體積只是約三毫米，醫生認為毋須進行體外碎石手術，只須多飲水，將腎石沖出來便可。



▲泌尿科醫生羅光彥指出，男士佔腎石患者中的八成，這可能與飲水量較少有關。

臟「谷住」而痛，當尿液通過後，痛楚便能紓緩一陣。

飲食太多礦物質

為甚麼我們尿液中會有太多雜質？羅醫生解釋，這些所謂雜質是我們日常飲食中吸收過量的礦物質，例如鈣質、磷質尿酸和草酸，或飲水量少；一些患副甲狀腺腫瘤的病人，由於荷爾蒙影響亦會令身體吸收過量鈣質；另有一些患者因腎臟出現問題或其他不明原因，最終都會引致雜質凝結而變成腎石。

說到男女病者比例，男的佔八成，女的只佔兩成。羅醫生解釋，這可能與男士不太喜歡飲水有關，另外他們出汗較多，令身體水分較少，這都會令身體無法排出雜質。而女性患者方面，除了少飲水外，一些患尿道炎的女士亦很容易生腎石。「尿道炎患者的尿液中，會有一種細菌令尿液由酸性變成鹼性，這樣很容易會形成一種叫鹿角石的腎石。」羅光彥說。

腎石痛如生仔痛

腎石直徑如少於三毫米，又不是三尖八角的，醫生會建議病人飲大量清水來沖走它，但這段時間要多長就很難確定，過程中，病人仍會因腎石塞住輸尿管而引致痛楚。如腎石直徑達七至八毫米，或數量

很多，或腎石位於一些罅隙位置，便需要進行體外碎石手術，利用電子原理產生能量，瞄準體內碎石將其擊碎，然後自然排出體外。有些腎石可能密度較高較堅實，就要用內窺鏡，在體內用激光將其擊碎。

除了病理性原因外，我們絕對可從日常飲食習慣中減低患腎

很多食物都含有豐富礦物質，例如豆類、牛奶、水果和蔬菜等，對維持人體骨骼、血液、牙齒健康極為重要，我們不應因為怕生腎石而減少吸收。



石機會，例如避免吸收過量礦物質，但更重要的是飲足夠的水，讓腎臟自然地排出雜質。羅光彥建議，除了食物中的水分外，我們最好每日飲八至十杯水。

而中年婦女因害怕患上骨質疏鬆症而多飲奶來吸收鈣質，但鈣質過多又會生腎石，那麼應該如何選擇？羅醫生認為，婦女患骨質疏鬆症機會多過腎石，因怕後者而放棄吸收鈣質似乎不值得。總之緊記多飲水，過多的雜質被沖走便沒問題。

常聽說患腎石的男士痛得死去活來，到底那種痛楚有幾痛？醫生說：「好痛的，人們常說『男人生石，女人生仔』，你就可以想像得到有幾痛！」

每日十杯水可防男人受生仔的痛苦，計落好划算！



▲男士較多進行體能運動，容易大量出汗，流失水分。但只要養成多飲水習慣，便能減低患腎石機會。

醫療信箱

讀者 Wong Alice 來信

問：我想問有關切除子宮手術的兩個方法，一個是微創，一個是普通手術，兩者有何分別？哪一種較好？

婦產專科醫生陳煥堂回覆

答：首先，閣下必須確定是否要進行切除子宮手術，及因何事要切除。如真確定要進行這個手術，你有兩種方法可選擇，兩者均可達到同一結果，只是經不同「切口」進行手術。簡單來說，微創手術是在肚臍開一個約一厘米傷口，置入腹腔鏡，再在肚臍兩邊各開一個半厘米傷口放入手術刀，子宮切除後經陰道移出體外。

微創手術傷口較小（半至一厘米），痛楚少一點，康復期較短（約兩星期）；傳統開腹手術切口較長（最少三吋），康復期亦較長（約四至六星期）。由於每位病人情況不一樣，某些情況不適宜用微創手術來切除子宮，例如子宮腫瘤體積過大至無法放入腹腔鏡，或以前曾接受多次手術致盆腔內太多黏連，都會增加手術難度。建議閣下向婦產科醫生作詳細檢查及診斷。

如有任何醫療上的查詢，可將問題電郵至以下信箱：medicfile@singtaonewscorp.com 收，將由專業醫生解答。

下期預告

陳先生能平安活到四十歲，可算是一個奇蹟，他年幼已驗出有心漏症，但一直未有正視，打波游水從未驚過，直至這一天養和的醫生發現他的心、肺功能已接近崩潰邊緣，差一點就無得救……