

旅遊發生膽石症， 叫天天不應

近日筆者於門診時，發現無症狀的膽結石患者，數目大增。

我國社會富裕，飲食過於營養油膩。

加上醫療普及，國人沒病也流行全套健康檢查一下。

因此意外的發現了不少無症狀的膽結石患者。

如果閣下不巧便身為無症狀的膽結石患者，下一步該怎麼辦？

應如何治療？如果將要出國旅遊，該注意那些問題？

對於有症狀的膽結石症患者，應如何安排旅遊計劃。

膽結石症簡介

膽囊位於右腹上方，右肋骨籠下緣，與腹腔壁頗為貼近。縮小時的膽囊，被肝臟下緣蓋住，是沒辦法摸到的。但正常漲飽或因病阻塞發炎的膽囊，便可能漲大露出底部，緊貼於腹腔壁，仔細的人可以用手指觸摸到。

膽囊有膽管與肝臟、胰臟相連，最後形成總膽管與十二指腸相通，排放消化液至腸道，進行消化作用，以消化酵素化學分解食物。

膽囊平時鬆垮，肝臟製造出膽汁，逕流至此儲存。當油膩食物(如煎蛋)進入十二指腸，便會引發圍繞膽管膽囊的平滑肌開始收縮，將膽汁擠入十二指腸腔。膽汁內富含天然界面活性劑，可以乳化油脂，將之化解為細小油滴，方便分解脂



■ 膽石症患者，應避免用餐的間隔過長，以及過於油膩的大餐。

肪的消化酵素進行化學分解；脂肪於是被分解成脂肪酸及甘油，才能為人體吸收，做為能源使用。

膽結石的成因與發病機轉

廚房下水道管壁年久了就會結垢。膽囊中的成份如果適合結晶體產生，亦會形成膽垢。膽垢由於重力效應，沉澱在膽囊底部。膽垢被膽囊壁三搓四揉，漸漸集成成沙、成塊，便形成膽結石。

亦有一說，由於不明原因或慢性炎症，造成膽囊功能異常，不能收縮。不收縮的膽，膽垢沉澱底，久之便凝集為膽結石。以上兩種假說互為因果，不知何先何後。但是臨床上，醫生常常給患者吃一粒荷包蛋，再觀察膽囊收縮情形，如果膽囊不因此開始收縮，以後就較可能會發生膽病了。

女性發生膽結石機率較高。有人認為身體內女性荷爾蒙濃度與膽石症有關。至於肝病者發生膽結石機率較高的原因，亦可能是肝病患者，女性荷爾蒙代謝失常，體內濃度增加，改變了膽汁的成分，因此增加膽結石發生的機率。

膽結石常常毫無症狀的躺在膽囊底部。它為甚麼突然不安份，跑出來作怪呢？也許是患者躺著吃飯；也許是吃完飯倒立，飯後劇烈運動；也許是餓了



許久，膽汁大量積蓄在膽囊內，下一頓餐又過份油膩，造成膽囊大力收縮，用力將其內的膽石，隨著膽汁，順流一併擠出膽囊。

擠出膽囊的膽結石，如果顆粒小，順利通過膽管，進入十二指腸，那便順利平安。如果膽結石粒粗與膽管壁接觸，減慢排出速度。膽管內阻力增加，壓力變大，便會反射刺激膽囊及膽道痙攣，加壓將膽結石擠出總膽管。患者此時便發生腹絞痛，常會嘔吐。當患者事後至醫師處求診時，膽結石早已擠出膽道，進入十二指腸。醫師往往找不到原因，只能診斷為非特異性腹絞痛。

如果膽結石過大，卡在膽道內，上下不得，那便慘啦。首先是腹絞痛綿綿一波波不停發作。然後膽汁分泌被切斷，患者眼睛眼白變黃，小便深褐如茶，大便顏色灰灰泛白。重症者還要連累肝臟、胰臟，造成肝炎，胰臟炎。總膽管阻塞，有可能細菌感染，併發細菌性休克。

如果膽囊口被膽結石卡死，膽囊頸腫脹，營養血管被壓迫缺血，整個膽囊有可能細菌感染，缺血性壞死，急性膽囊腫脹穿孔，造成腹膜炎。如果熬過急性期，膽壁細胞萎縮，變成慢性膽囊炎，患者將感受長期消化不良，右上腹壓痛。長期膽結石刺激，是否可能導致膽道癌症？雖然目前沒有長期追蹤的報告，但是鞋子裡

有石頭，久了生雞眼，這種長期不良刺激的道理是相通的。

無症狀的膽結石

膽結石真的無症狀？膽結石的前身是膽垢、膽沙。當小的膽垢、膽沙被排出膽囊，進入膽道時，膽管受刺激而收縮，多少會產生一些腹部症狀。這些症狀包括輕微厭食，漲氣，腹絞痛，微噁心，便軟微瀉，放屁較多。假如因此去找醫師看診，醫師不太可能會準確推斷出，是膽結石膽沙致病。因為以上所述症狀，實在太普通了。醫師最常下的診斷是慢性胃炎，胃下垂，功能性大腸燥動症等等。如此下一些對症控制的藥物，也常常頗為神效。如果讀者直接去教學醫院胃腸科求診，在現行檢查多多至上的原則下，門診醫師一定會為您做腹部超音波檢查。細心的檢驗員可能發現細沙般的膽沙，但是臨床醫師仍然不會相信您的症狀與這一粒粒小沙有關。教科書教的典型膽石症狀為：好發於女性，40歲，體型較胖，右肩轉移痛，重症者發燒，黃膽症，右上腹壓痛。輕微膽沙症狀，要叫醫師斷定就是膽石絞痛，實在有些牽強。膽結石真的無症狀？實際上是有輕微非特異症狀，真叫醫師難以診斷也。

一旦發現膽沙的存在，該怎麼辦？

無症狀的膽沙患者極為常

見。患者其實可能是症狀輕微，尚能忍受。問題來了，下一步該怎麼辦？治病的原則是，大病信其有，小病要容忍。換言之，如果醫師斷言患者得了重病，除非有辦法反証其誤，否則應當把握第一時間，儘快下重手根治。就算後來發現虛驚一場，了不起白開一刀，身體仍健康完好。如果是牛毛小病，卻要動起大刀，用以猛藥，那便不必。

無症狀的膽沙到底是大病還是小病？根據筆者的經驗，無症狀的膽沙患者，萬一在國外旅遊時，急性發作大粒膽石阻塞的症狀，可是既危險，又傷財的。

那些無症狀的膽沙患者較有可能發生膽石阻塞急症？女性，40歲左右，產子多，家族中已有多位膽結石病患者，飲食時間不定，暴飲暴食，飯後劇烈運動，較易發作膽石阻塞急症。

一旦發生膽石阻塞，典型的患者，每個醫生都會看。近日筆者在門診連續碰到兩例膽結石症病例。

他們由於發生不同於一般膽結石症的症狀，病情就頗為離譜。所以特於此提出討論，以與讀者共同研究。

第一例為40歲女性，早有膽砂病史四年之久。她突發胃部絞痛，嘔吐，兩天看了三個醫生，都沒法確定膽病發作，服藥亦無法控制病情，直到兩天後，抽血檢查發現黃膽

及肝指數上升，才確定膽病發作。

第二例70歲男性有膽石症五年以上。右上腹痛兩日併嘔吐症狀，第三天肚子不痛卻高燒不退。看了四個大夫才收住院，右側肋膜積水卻被胸腔科醫師當成肺炎治療。最後開刀剖腹探查，發現膽囊已然穿孔，併發腹膜炎。

由以上兩例病例，可以獲得以下數點結論。一，膽結石發病，毫無前兆，來勢兇猛，有致命危險。二，現有健保制度，醫師專業分工，無論急診門診，看一個病人不到三分鐘。因此，除非患者生的

病，和教科書上講的一模一樣，醫生才能三分鐘內診斷。特殊膽結石症狀，除非一開始便碰到胃腸專家，否則極易誤診。三，健保住院條例嚴苛，小醫院不敢收療，大醫院一床難求，非要熬到腹膜炎黃膽等併發症，才有急診優先住院的權利。否則只有抱著肚子看門診的份。

經過以上兩例個案，筆者對於有上述危險因子的膽砂患者(40歲左右，產子多，家族中已有多位發生膽病患者，平時暴飲暴食不知節制者)，建議早早手術摘除膽囊，以絕後患吧。漫漫人生，不要因為一粒

小石頭，斷送了生命。

身為無症狀的膽結石患者，應如何治療？

目前中西藥中有許多號稱可以消解膽結石的藥物。但是要一勞永逸，停藥後不會復發，可沒有辦法。因為基本上膽結石症是一種體質異常的疾病。有的大粒膽石，如果以藥物化小了，不小心被擠出膽囊的機會反而大增，反而容易導致併發症發生。如果讀者同意每餐服藥，並且願意與時間之神賭上一把，賭一賭年老體衰時，不會發作膽石堵塞的急症，健保制度永遠不會緊縮，

新書快報

客家時空珍語

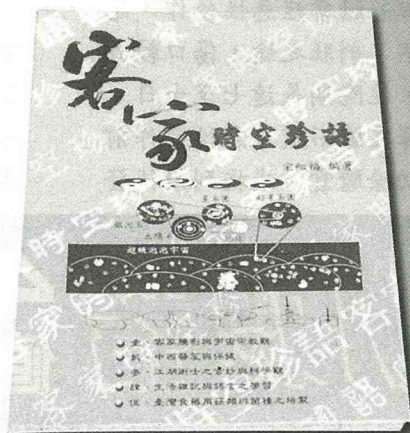
宋細福編著

定價：480元

易經 V. S 農作物生長與花藝
運用民俗療法自救救人
揭開江湖術士祕技的神秘面紗

本書紀錄1937至1990年代台灣的社會現象，內容包含客家族群農村生活與傳統家常美食、中西醫藥保健常識、宇宙宗教觀、人文社會和民間生活點滴等……

作者活躍於食用菇類發展史舞台近五十年，書中有關靈芝、香菇等各類菌種培製技術均極為精闢獨到，可作有意研究或生產菌類者的重要參考依據。全書347頁，16開平裝。



一本匯集了人類智慧與老祖宗經驗的絕妙好書
還有許多台灣近代客家生活史料與您分享



豐年社

台北市溫州街14號 郵撥00059300 豐年社 電話02-2362-8148 分機30.31 郵購另加掛號郵資60元



請便。國外一些施行全民健保的國家，早已開始緊縮手術給付，想要開刀切除膽囊，得排上半年，才可以輪的到。

如果讀者怕服藥會有副作用；或沒耐心天天服藥；或怕健保制度緊縮，到時想開刀要排隊半年才輪的到，或得花大錢自費開刀；或要出任蠻荒，萬一發病可是萬分危險；或懼怕年老體衰時，發作膽石堵塞，手術危險將大大增加。有這種危機意識的患者，還是早早選擇手術切除膽囊的斬根之策。畢竟這輩子預防針也打了無數，智齒也拔了幾顆，再狠心忍痛把膽割了吧。

膽囊手術的細節，筆者於此不便代外科醫師贅言。簡而言之，沒有緊急症狀的膽石患者，可以以腹腔內視鏡手術，在腹部打上四孔，即可將膽切除。住院期只需三四天便足夠了。但若膽囊症急性發作，恐怕逃不了剖肚之途，傷口較大較痛，住院期長達七至十日。是選擇在膽石症未急性發作前手術切除膽囊，或拖到最後發

病再開刀，利弊得失，顯而易見了。

另外向各位讀者叮嚀，有症狀患者，在決定開刀之前，要先由胃腸專科醫師確定診斷，並確定是否手術可以解決問題。否則，萬一開完刀，肚子仍絞痛不止，或黃膽不退，表示病因未除，那就麻煩了。再想換個主治醫師，可沒有那麼容易。因為已經開過刀的患者，是比較複雜的病例，大概只有教學醫院的老師，才有把握處理。

有症狀的膽結石症患者，應如何安排旅遊計劃？

任何滿四十歲成人，如果將要去落後地區旅遊，不妨先找胃腸專科醫師檢查，確定沒有膽結石後，再放心旅行。若是發現膽石，不妨考慮手術切除膽囊，以絕後患。

已經胃腸專科醫師檢查，確定為膽結石患者，出國均應準備病歷摘要一份，以便萬一急症發作，可用以與當地醫師溝通病情。膽石症患者，應避

免用餐的間隔過長，以及過於油膩的大餐。換言之，自行準備小點心，於長途旅行中段充饑，並於用餐時，自我克制食量，避免吃油脂食物。如此，應該可以避免膽囊饑時撐的過大，進食時膽大力收縮，擠出膽石的可能意外。進食時，應保持上身正直姿式，即古人謂：「吃有吃相」，避免膽石晃動到膽囊的出口，再被膽囊進食時收縮推擠，順流擠出。

四十歲肥胖女性，為甚麼特別容易發生膽石症？筆者推測是否與運動較少有關。膽囊經常保持同一方向不常搖動。膽汁本來便已經濃縮成超飽和，形同糖漿，再長時間保持靜止，溶於其中的膽固醇分子便逐漸析出，凝成小晶核。膽固醇小晶核一旦形成，可能加速結晶流程，加快膽砂膽石的變大。根據以上理論，推論定期空腹時的運動，有助於預防膽結石的發生。

有症狀的膽結石症患者，應於出國前，由醫師處方備足藥品，旅途中不忘定時服藥，以控制膽道痙攣。才動過膽石症手術，腸漲氣患者，應服藥通腸消氣。否則搭飛機昇到高空，腸內氣體減壓漲大，有可能傷口發生疝氣或手術傷口開裂。曾接受十二指腸總膽管口切開術患者，在高空時，腸內氣體可能減壓漲大，回填到總膽管，造成腹絞痛及發炎。因此這類患者，於乘飛機前，應服藥通腸消氣。

■

助聽器 49年老店 值得您信賴

留美專家 ■ 主持驗配 ■ 保障服務

完善專門店

台企行

集世界名品

助聽器傳家

原台灣電氣企業行

2541-3525

2551-2525

2563-7392

台北市中山北路2段25號2樓（中山分局附近）