

## 五臟六腑大搜查

### 消化道篇之二：“你有胃病嗎？”

蔡錦怡醫生

在香港這個大都市內，很多城市人日忙夜忙，食無定時，一年之中，或者會有數日甚至數週的時間，覺得自己「消化不良」，上腹部有點兒脹，(大部份來見我的病人都會告訴我，他們的感覺不是痛，而是「頂住」或「脹住」)，如果肚餓又會差一點，吃點東西又會好一點，他們是患有「胃病」嗎？

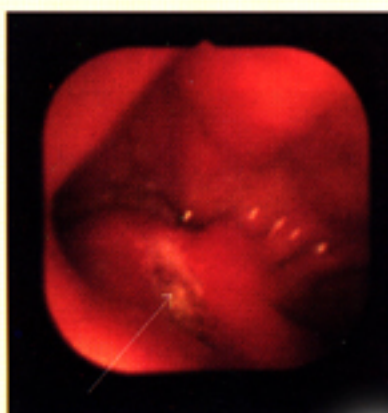
其實大部份香港人口中說的「胃病」是指有上腹脹痛，噯酸，噯氣，病徵輕微而又是復發性的慢性上消化系統疾病，這些病徵通常吃一點食物，例如餅乾之後便會減輕或消失。

我通常喜歡將所謂的「胃病」分為四個不同程度的「嚴重性」來解說給病人聽：

第一類是最嚴重的，病徵也是最強、最明顯的胃病。這類胃病包括胃或十二指腸出血和穿孔，胃出血的病人是會嘔血或會排黑色的糞便，而胃或十二指腸穿孔的病人，會突然發生極嚴重的上腹持續性的劇痛，有此等情況病人不立即主動去見醫生才怪呢？

另一個包括在這類的胃病是幽門(胃的出口)梗阻。當胃出口受阻塞時，吃了的東西下不了格，病人會頻頻嘔吐出早一天吃過的食物，這些病人也會自動早日求診。

第二類的胃病包括慢性胃潰瘍和慢性十二指腸潰瘍。



十二指腸潰瘍

所謂慢性：是指他們的病歷比較長，例如半年至十年、二十年。通常消化性潰瘍都不是全年發病的，一年中發病多在深秋至初春(筆者覺得在有臘腸吃，有邊爐打的季節便是消化性潰瘍發作的時候)，每當發作時，病徵較有節律性、呈飢餓痛或夜間痛，有時亦會在餐後半小時至二小時作痛，如果病人吃一點制酸劑的話，腹痛或有可能緩解。

第三類胃痛包括食道炎和慢性胃炎。它們病發沒有第二類胃病的那麼有節律性，病徵也沒有那麼明顯。而偏偏那些病徵又是那麼揮之不去，往往就是纏著你一、兩個月，甚至半年、一年的。

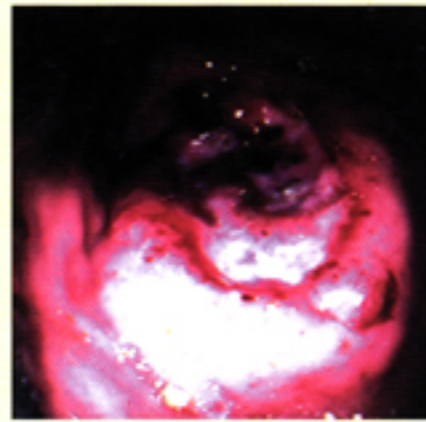
第四類的胃病我們統稱它們為功能性胃病。患功能性胃病的人，他們的病徵其實就和患第二類及第三類胃病的病人沒有分別，所不同的是在消化系統檢查時，我們是找不到有發炎、潰瘍或其他病變的跡象。我們就祇能解說這些病徵的出現是由於食道、胃部或小腸的蠕動不正常，或是胃酸的分泌不正常。這一類病人通常是比較內向、神經質、精神緊張、工作有壓力和對自我要求頗高的人。

近年科學研究顯示有很多胃病的症狀都是由一種住在胃出口附近的幽門螺旋菌引起的。這個發現很重要，因為原來有一部份功能性胃病的病人也會在清除了這細菌後得益，而胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍的病人在清除了這細菌再度病發的機會亦大大減低。

不同類型的上消化器官疾病要用不同的藥物去治療，用的份量和醫療過程的長短都要視乎胃病的嚴重程度。胃裡面有沒有幽門螺旋菌生長也會影響醫生用不用特效的抗生素。但是要將胃病分門別類，就並非單靠臨床經驗可以辦得到。而最要留意就是我們剛才討論過的胃病祇是指良性的上消化道疾病。惡性的胃病，即胃的癌症(俗稱胃 Cancer)亦正正也具有

## 內容

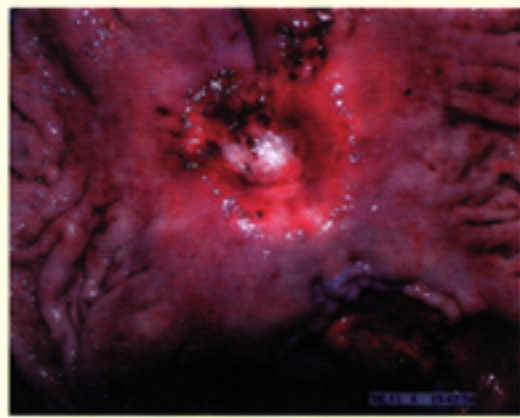
- [五臟六腑大搜查之消化道篇 - 消化道篇之二：你有胃病嗎？\(續頁\)](#)
- [物理治療幫到你 - 肩膊疼痛](#)
- [醫院部門八一八：為你締造一個安全、溫馨的生產歷程之所 - 養和醫院產科部](#)
- [治療流行性感冒之新藥物](#)



胃鏡下的胃幽門癌

同樣的病徵和痛史。

雖然胃癌遠比不上一般胃病的普通，卻是一種愈早治療愈見成效、愈遲發現愈沒有希望根治的一種疾病。胃癌病人如果出現消瘦、腹脹、頸部出現淋巴塊、肝部發大的話，他已是很晚期的癌症了。



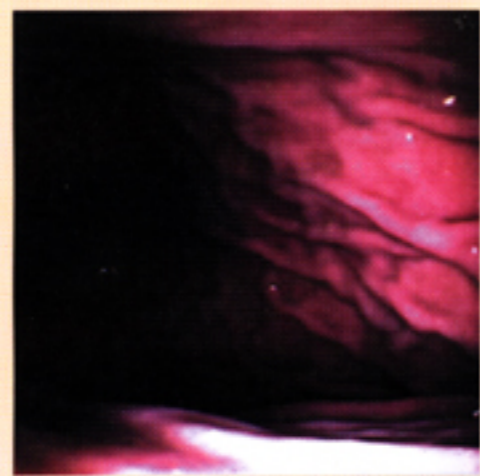
手術切下來的胃癌

要分辨出不同類型的「胃病」，要排除胃癌，要確認有沒有幽門螺旋菌，我們就不得不依賴一個檢查工具-胃鏡(胃內視鏡)。



「無孔不入」之胃鏡

內視鏡主要是由一條裝著一束極精細的光學纖維的管子做主幹，管子一邊設有光源，光纖束在管內將光線帶到病人體內的一端，用作照明病人體內的結構，病人體內的情形透過管子內一個精巧的攝錄鏡頭和儀器，投影到顯像機上。近年科學的進步，令內視鏡攝到的內臟影像，不論光度和清晰度都有很大的改進。



胃大彎

驗，這過程不會有痛，不要擔心。

你醒來時，大概醫生已經在看其他的病人了，查過程就是這麼簡單。不過，因為麻醉的效力

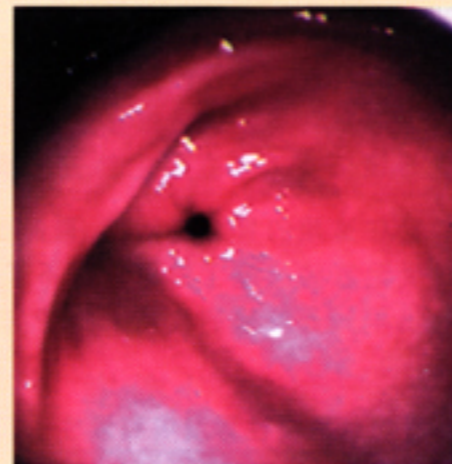
## 胃鏡檢查需知：

如果你要接受「胃鏡」檢查的話，通常在早一日的午夜後你便要開始禁飲食。檢查那早上也要不吃不喝。病人如果有糖尿病或每天都要吃藥的話，又或者有藥物敏感的話，請要預先知會醫生。

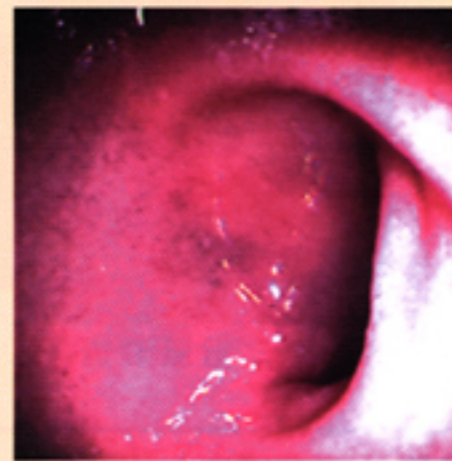
在接受檢查時，病人會面向左方側躺，一雙大腿彎曲成90度，如果有假牙(活動性的)，假眼可以除下的，最好連同貴重物品交給親人保管。

大部份醫生都會替病人噴一點麻醉劑在口腔後部，(噴劑的味道不是人人喜歡的，不要怕)，你在心裡數二十下便可以吞下葯水。醫生會將一個保護牙齒的護口膠套在你的牙上(不要在檢查時故意吐掉它)，跟著會在你的手臂血管注射一點鎮定劑(迷葯)。到了這時候最難受的都經已過去了——葯物會令你輕鬆起來，你甚至乎可能會睡著半小時呢!在這期間，醫生會在你的食道、胃和十二指腸檢查，過程約五至十分鐘。醫生也許會為你拍照片作為記錄，有需要的話醫生會抽芝麻般大小的一個樣本去化

### 正常的胃各部份



幽門



十二指腸

人而異，影響的時間可長可短，所以醒來之後，千萬不要馬上工作和跟別人做一些重要的事(如上銀行)——因為你或許有數小時短暫性的失憶，連自己說了甚麼也記不起。餓了一朝早也不要急著吃個飽，要待喉部沒有麻醉的感覺，才吃一少點粥或流質食物吧!間中有些病人的喉嚨會有一點痛甚至會吐一點血絲，可能這是在你檢查時噁心想吐弄損了喉嚨，一兩天便沒有事。檢查休息完畢要成年人陪伴回家，不可以自己駕駛車輛。

檢查幽門螺旋菌通常24小時內可以有結果，要檢查胃有沒有癌細胞的話就要等三天的時間了。

下期預告：胃病的治療

# 物理治療幫到你——肩膊疼痛

物理治療部

香港人因為生活繁忙，所以缺乏運動，容易患有關節疼痛，例如頭痛、背痛、肩膊或膝頭痛等，患者表面上好像正常健康的樣子，但其實“有苦自己知”，影響工作之餘有時亦會妨礙日常生活。

為了減輕痛楚及改善關節活動，除了藥物治療之外，物理治療、正確的家居運動及護理都非常重要。

“養和之道”會一連三輯為您介紹舒緩關節疼痛的物理治療及簡易家居運動。

今期的主題為肩膊：肩膊疼痛一般由於五十肩、肩週炎及肋腱炎所引起，患者在活動肩膊時會感到疼痛，強硬及乏力，有時連穿衣服及用筷子亦感到困難。

## 物理治療

物理治療通常使用冷凍療法、短波治療、超聲波、干擾波治療及手法治療等，目的為消炎、止痛及活動關節。



### 短波治療：

屬於熱療的一種，可增加患處的血液循環，帶走新陳代謝的廢物，以緩解疼痛。每次治療時間約二十分鐘，治療時患處會有和暖舒服的感覺。



### 干擾波治療：

利用極微量的電流，透過皮膚，刺激神經線，以達至鎮痛及鬆弛緊張的肌肉。每次治療時間為二十分鐘，患處會感到輕微針刺或蟻咬的感覺。



### 超聲波治療：

利用超聲波，可增加患處的血液循環，減少疤痕的形成，以緩解疼痛及增加關節的柔韌度，治療時間約五分鐘，患處是沒有特別的感覺，只是感到儀器在皮膚上移動。



### 手法治療：

治療師會因應病情需要，利用適當的力度有節律地活動關節，以增加關節活動的角度。

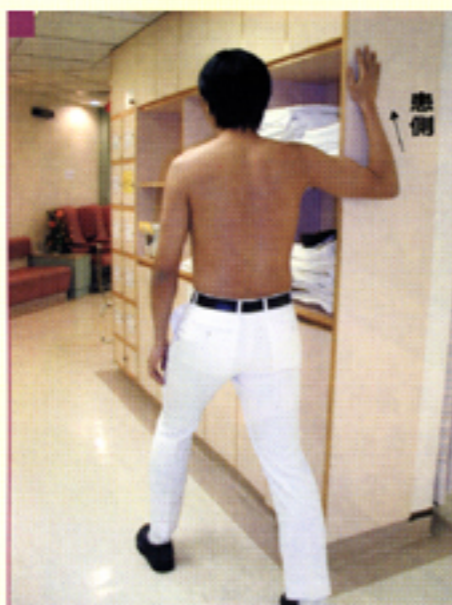
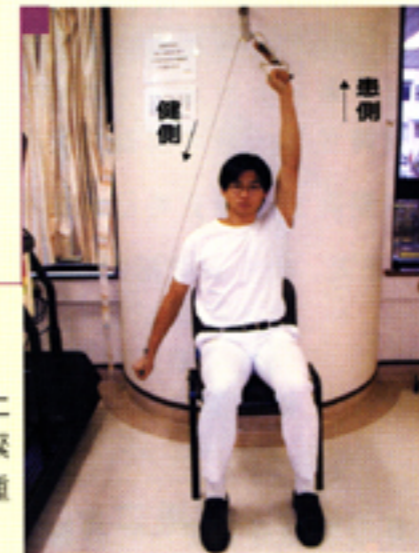
## 家居運動：

家居運動可以保持關節的活動及強化肌肉，透過物理治療師的指導，患者恆心地練習，能大大提高康復的能力。以下是幾款簡單的家居運動。

### 滑輪運動：

可增加或保持肩膊活動角度。

動作：(1) 健側的手向下拉，以協助患側的手向上伸展，保持姿勢三至五秒，患側的肩膊會有輕微拉緊的感覺。(2) 然後放鬆，讓患側休息三至五秒。重覆以上動作為時五分鐘。



### 壓牆運動：

可伸展肩膊前部的軟組織。

動作：(1) 患側的手及前臂放在牆上如圖示。手肘及肩膊應置於同一水平線上，雙腳一前一後站穩。(2) 將重心向前移，使上身微微向前壓；肩膊的前部位置應感到輕微拉緊，保持此姿勢三至五秒。(3) 然後放鬆，讓患側休息三至五秒。重覆以上動作為時五分鐘。



### 鐘擺運動：

利用鐘擺原理以活動關節。

動作：(1) 雙腳一前一後站穩，健側的手抓緊門柄以固定身體。(2) 將重物放在患側的手腕上如圖示。(3) 放鬆患側的手，前後擺動；幅度以肩膊感到輕微痠痛為準。以上動作保持約五分鐘。



### 肌肉鍛練：

強化肩膊肌肉。

動作：(1) 把練力橡筋綁在門柄上。雙腳分開站穩。(2) 患側的手抓緊練力橡筋，盡量用力向後拉，保持此姿勢約三至五秒。(3) 然後放鬆，讓患側休息三至五秒。重覆以上動作約五分鐘。

以上運動每天做二至三次，力度及伸展角度應循序漸進，不能過急。患處會感到輕微痠痛，但情況會慢慢改善，如患處痛楚增加，便應立即延醫診治及施行物理治療。

由於篇幅有限，不能列舉全部肩膊運動，例如其他針對性的動作，如需要更詳盡的資料，可諮詢物理治療師。

## 醫院部門八一八

為你締造一個安全、溫馨的生產歷程之所。

### 養和醫院產科部

迎接新生命的來臨是一件既興奮又溫馨的歷程。對於父母親來說，每個新生命的誕生都是一個獨特的經歷。在生產的過程中，父母親是極需要得到體貼的護理和支持以度過此重要的一刻。產科部提供的護理服務正是極其影響此段人生重要的經歷。

現在讓記者帶您遊一次養和醫院的產科部，為您探悉這充滿喜樂溫馨的一角。養和醫院產科部自1933年成立，至今已有六十七年悠久歷史。它位於六樓，橫跨地院和芬院兩座。產婦入院可選擇入住環境優美寬敞的私人房或雙人房或普通房。此外，為了迎合產婦及新生兒的需要而設有分娩室、嬰兒室、嬰兒特別護理室、母乳哺餵室、指導室及嬰兒隔離護理房。雖然歷史悠久，但設備先進，環境優美舒適。但最重要是產科部迎合每位產婦不同程度的需要而提供各種體貼的服務。

現在讓記者逐一介紹那些獨特體貼的產科服務。

#### 產前服務

產科部所提供的服務是由懷孕開始。在懷孕的階段，準父母便可參加由產科部舉辦的[產前講座]，透過資深的產科醫生，兒科醫生，產科部護士主任，營養師及物理治療師講解有關正常及手術的生產過程，懷孕及產後身心轉變的準備、產前產後營養和運動和育嬰的秘訣。更有[母乳哺餵班]，使準母親透過理論及實習課堂學習授母乳的竅門。以上的教育服務致使準父母有充份計劃去迎接新生命的誕生及培育。

為了確保胎兒的正常及康寧，孕婦可透過院方的產前診斷服務，利用高分析度超音波掃描、羊水化驗或血液分析以瞭解胎兒情況以能安心愉快的靜待嬰兒誕生的一刻來臨。

#### 分娩服務

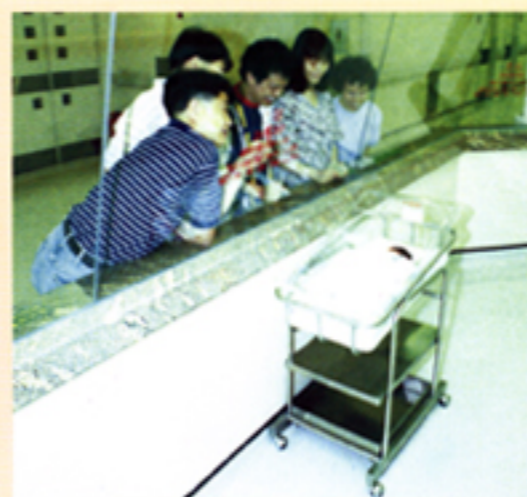
在作產的一刻開始時，準母親就安排在獨立的分娩室，由專責助產士陪伴給予鼓勵並作嚴密的母嬰觀察及專業護理。在格調和諧的分娩室內設置有電動調較寬敞的產床，止痛設施，精密的監察儀器和各種急救復甦儀器。雖然設置儀器繁多，但經過悉心的擺設，分娩室卻能夠擺脫一般醫院傳統格調，有著家一樣的溫馨感受。此外，產科部護理人員十分重視丈夫在分娩時的參與，故此，非常鼓勵丈夫陪產，以在此刻共同體會生產的歷程，分享分娩的喜樂。



#### 育嬰服務

母親在嬰兒出生後隨時可以授母乳。為了促使新任母親認識及有信心授乳，除有指導母乳的錄影帶供隨時播放外，還由具國際證書母乳育嬰顧問協助授乳。另設置有母乳哺餵室以供母親在舒適安寧的環境下餵哺嬰兒，享受母親樂趣。現時養和醫院母乳育嬰率達90%，比之全港醫院母乳育嬰平均百分比高出40%，獲此佳績是有賴護理人員的悉心指導及協助。

為了使嬰兒能享有舒適溫馨的環境，嬰兒出生後即安排享用如體溫般的溫暖床，並二十四小時都可享受由育嬰專家製作的柔和輕音樂播放。嬰兒室由專責護士主理，她們因應嬰兒個別的需要而給予適切的護理，致使每位嬰兒都得到最佳的照顧。在保安方面亦十分嚴密，除了不同的通道均設有密碼門鎖外，護理人員非常嚴謹處理嬰兒的保安問題以確保每位嬰兒的安全。



#### 產後服務

新任母親誕下寶寶後，可參加由物理治療師指導的[產後運動班]以作產後修身。又可利用住院期間的閒暇，與丈夫一同參加[嬰兒沐浴班]，實質的體驗沐浴嬰兒，護理臍帶及嬰兒眼睛的方法。

產婦出院後遇到個人身體上，情緒上，或育嬰上的問題更可致電往[產科熱線:28358765]作諮詢以獲得支援。

#### 緊急服務

當產婦或嬰兒遇到緊急情況，工作人員有足夠的經驗及有充足的儀器去應付。另有一間專為健康有特別問題的新生嬰兒而設的嬰兒特別護理室，由受過特別訓練的專責護士負責。萬一需要將嬰兒轉送醫管局轄下醫院，亦以特備的保嬰箱護送嬰兒以確保過程安全。

#### 套式收費

產科部訂有[套式收費]，讓準父母有所預算。自推出以來，深受歡迎。

#### 套式收費價目：

	普通房	雙人房
自然分娩	HK\$ 13,000	HK\$ 22,000
剖腹生產	HK\$ 18,000	HK\$ 27,000

(詳情可查詢產科部，請致電 (28358765))

#### 服務備受讚許

養和醫院產科部是首間在私家醫院產科部榮獲香港婦產科學院頒授[嘉許狀]，獲此榮譽是引證香港婦產科學院嘉許該部的醫護人員有優質服務水準。部門設置充足儀器，及有應付緊急事故能力。對此殊榮實是準父母信心的保證。

記者採訪完畢後，亦有衝動去懷孕以嘗一嘗這喜樂溫馨的歷程。

# 藥物資料庫

(服用任何藥物前請遵照你的醫生的指示)

治療

## 流行性感冒之新藥物

周智海藥劑師

上期談及流行性感冒(下稱流感)之預防方法,縱然俗語有云「預防勝於治療」,但是一旦感染上了,還得要設法對症下藥。過往治療流感的方法,主要是休息、休息、再休息,而藥物方面就只有 Amantadine(金剛胺)或 Rimantadine,但這類藥物用於治療流感並不很理想,因為:

- (1) 容易產生抗藥性的流感病毒;
- (2) 不能對抗乙型流感;
- (3) 老人家較易產生影響中樞神經的副作用,如(暈眩、焦慮、抑鬱、幻覺等)。

最近有一類稱為「神經胺酸酵素抑制劑」的藥物面世,分別為 Relenza®(Zanamivir)及 Tamiflu®(Oseltamivir),成為治療甲型及乙型流感的新突破。

### 特性:

神經胺酸酵素(Neuraminidase)是在流感病毒表面的酵素,可幫助新生成的病毒微粒從受感染的細胞中釋放出來,及協助病毒通過氣管分泌液到達細胞表層,從而感染其他細胞。Relenza®及 Tamiflu®能抑制這種神經胺酸酵素,減低甲型及乙型流感之傳播繁殖。臨床實驗顯示,這類藥物能有效縮減病症持續時間及緩和感冒的症狀,就以 Tamiflu®為例,它能使上述兩項指標分別減低三成及四成,降低併發症(如肺炎等)的機會亦達五成。

### 服用方法:

為了達到最佳效果,研製 Relenza®及 Tamiflu®的藥廠均建議病者在流感症狀出現後 48 小時內進行治療,兩者的療程都是五天,服用次數為每日兩次, Tamiflu®是 75mg 膠囊製劑,每次應服一粒; Relenza®則為粉末製劑,每次須用隨盒附上的 Dishaler 器具從口腔吸入兩粒藥囊之藥粉。

### 不良反應:

Relenza®及 Tamiflu®均無嚴重副作用。口服藥 Tamiflu®最常見的副作用為噁心及嘔吐(臨床實驗中約一成病者在服藥初期有此反應)。

而 Relenza®方面,由於它是經口腔吸入氣管及肺部,藥粉直接落在受感染之位置,進入血液中的藥物份量得以減至最低,故此引至不良反應的機會亦同時減少。但必須注意的是,感冒可使病人的氣管變得敏感,故此過往曾有少數流感病吸者服用 Relenza®後氣管發生抽搐,呼吸不暢順,及肺功能減弱。如遇上述情況,病者應立即停止使用 Relenza®,並向醫生求診。如病者曾有氣管毛病,如哮喘、慢性呼吸道梗阻疾病等,應徵詢醫生意見是否適宜使用;若要使用 Relenza®時,應同時備有「快速生效」(fast-onset)之氣管舒張劑(如 Salbutamol、Terbutaline 噴霧劑),以便有問題時能迅速令氣管舒張。

### 可否預防流感?

去年年底, Tamiflu®獲得美國食品及藥物管理局(FDA)核准用作預防流感(十二歲或以上),而 Relenza®則在申請中。但無論是 Tamiflu®或 Relenza®,皆不可代替疫苗注射作為最佳之預防方法,只宜作輔助用途:例如家中有人突然染上嚴重流感,或在疫苗注射後兩星期內,疫苗未能即時提供足夠保護,便可服用 Tamiflu®(每日一次,每次一粒)用作預防。

### 兒童是否適用?

Relenza®適用於七歲或以上人士, Tamiflu®則剛獲 FDA 核准用於一歲或以上之小童患者作治療用途。小童之劑量請按醫生或藥劑師之指示。

### 可否自行由藥房購買?

根據現行藥劑業及毒藥條例,病人須持有效醫生處方才可到駐有藥劑師的藥房購買 Tamiflu®或 Relenza®。須知道,有流感病徵(發熱、咳嗽、喉痛等),亦可能是細菌感染或同時受流感病毒與細菌感染,請按醫生診斷及處方服藥。