



養和杏林手記

2020年10月9日

## 《足部「小問題」變「大災難」？》

| 撰文：鍾雪玲



養和醫院足病診療師

文章刊於 2020 年 10 月 9 日《信報財經新聞》健康生活版《杏林手記》專欄

身體不適時，你會怎樣做？可能有發燒、頭痛等症狀，都會即時想到看醫生；但如果是腳部，甚至是腳趾甲上看似的「小問題」，會想過立即尋求診治嗎？足部問題五花八門，有時普通的一個腳部小傷口，延誤求診可能會導致腳部壞死，需要切除壞死組織。一時的忽略，或許會迎來嚴重後果，以下數個病人的經歷，值得我們多加留意。

甲溝炎，又稱嵌甲，大多數是由於剪腳甲的方法不對、穿過窄的鞋或其他原因引致趾甲邊緣發炎。10歲的小偉因甲溝炎跟着父母前來就診，他的傷口腫起了一塊肉芽，遮蓋了四分一腳甲，估計不是「新鮮」的傷口了。

「痛很久了嗎？」我問。

媽媽回答道：「有兩三個月了。我們一直叫他去醫院，他都不肯來。前陣子又忙着考試，結果拖了這麼久才來。」小偉一眼不眨地盯着我拿出來的消毒包和工具。

### 嚇壞小童甲溝炎

我決定先停下來跟他解釋他的情況：「你把趾甲邊緣剪得太深了，這很容易造成嵌甲。」

小偉輕聲地問：「那麼需要拔掉指甲嗎？」

小偉的媽媽接着說：「我們之前在網上看了很多拔除趾甲手術的影片。」

原來小偉這麼緊張，是怕我會把他的趾甲整個拔掉。我解釋只要把嵌入肉裏面那一小塊趾甲剪掉就可以，現階段不必把趾甲拔掉。結果擾攘了好幾個月的問題，很快就解決了。雖然還帶着傷口，但穿上鞋子走路明顯沒有之前那麼痛，只要處理得宜，傷口過幾天也會癒合。當然，為免甲溝炎的情況再次發生，之後的足部護理也很重要。

## 危險蜂窩組織炎

有些患者不是因為害怕而不敢來就診，只是很多時候輕視了病情，錯過了黃金的治療時間。結果拖得愈久，之後所需的治療時間就愈長，所受的苦就更多，這是很簡單的道理。

有一年的夏天，L 先生因為右腳蜂窩組織炎，小腿一夜之間又紅又腫，一直伸延至膝蓋，痛得晚上也睡不着覺，結果要入院治療。蜂窩組織炎最常見的發生位置是在下肢，患者因為傷口感染細菌，加上自身免疫力不足，導致皮下組織有大面積的紅腫發炎，需要以抗生素治療。傷口起因有時候可能只是很細小的蟲咬、皮膚乾燥或是因腳癬而引起的破損，不容易察覺。

L 先生是魚檔的檔主，工作時間很長，幾乎沒有休息的日子。他工作時雖然穿着水鞋，但仍不免有水濺入，導致雙腳長期處於濕悶的環境裏，容易讓真菌滋生，造成腳癬。除了可能引起患處發癢之外，腳癬亦會令皮膚脫皮，造成一些細小的傷口，特別在密不透風的趾縫間。

我打開 L 先生腳掌的紗布才發現傷口着實不小，面積之大，由趾縫延伸至前腳掌，傷口雖然不深但估計相當痛，尤其是當傷口黏住紗布時，所以洗傷口時要很小心，敷料也要慎選。其實 L 先生早知道自己患有腳癬，也看過醫生，但由於工作忙碌等各種原因，沒有依足醫生吩咐每天搽藥，也沒有下工夫處理好鞋的問題。L 先生就像很多其他以生計為重的患者一樣，忽視了自身的「小毛病」，直至問題變得嚴重才不得不正視。幸好 L 先生這次及早入院接受治療，不然，若蜂窩性組織炎演變成膿瘡或壞死性筋膜炎時，便有可能需要做清創手術，切除壞死組織。

## 厚甲不能穿鞋子

有些時候，患者會因為求助無門而延誤診治。何伯跟着女兒來求診，他穿着露趾拖鞋，雙腳趾甲又長又厚，甚至比拖鞋還長！何小姐道：「不知道什麼時候開始，父親的趾甲變得愈來愈厚，厚到我們也沒辦法處理，也不敢去剪。慢慢地就變成現在這樣了。」

原來他們從沒有聽說過足病診療這一科，又覺得趾甲厚不是病，只是因為剪不了腳甲而看醫生「很奇怪」，不知道該怎麼辦才好。直至感到有點痛，向醫生提起，何伯才被轉介到足病診療服務。我花了好些工夫才把何伯的腳甲修剪好，又向他的家人吩咐好之後的護理，他們才鬆一口氣。何伯和他的家人很高興：「剛好今天晚上要參加一場飲宴，我終於可以穿上鞋子了！」

## 本可避免的傷口

同樣是趾甲的問題，卻並不是每個患者都這麼幸運。86 歲的王婆婆，因為右腳尾趾的缺血性傷口轉介過來，她坐在輪椅上，身子半滑下來，首先捲入眼簾的，不是她那包紮好的尾趾，而是右腳大拇趾。

其大拇趾上半脫落的趾甲，又厚又重，旁邊還瘀黑了一片，心裏隱隱感覺不妙。當我幫她把趾甲剪掉時，趾甲下果然露出了傷口，而且深入趾骨。我抬頭望向她的女兒，準備向她解釋婆婆的情況時，心情有點複雜，因為這是由於趾甲太厚，缺乏打理而引起的傷口，本應可以避免。當然婆婆下肢的血液循環不良，也是導致情況惡化的其中一個原因。猶幸傷口沒有受到嚴重感染，未為婆婆帶來太大的痛楚。解釋過後，她的女兒說：「謝謝你啊！治療師。你是第一個這樣幫她檢查的人，謝謝你沒有嫌棄她的腳。」既然傷口已經造成，只能盡力把它處理好，並祝福她早日康復。

以上的個案例子，都是想提醒大家不要忽視身體對我們發出的警號；也不要因為對足患及其治療的誤解而延誤求醫，令問題變得嚴重。希望大家都懂得及早發現自己的足部問題並得到適時的治理。

**| 撰文：鍾雪玲**

**養和醫院足病診療師**

---