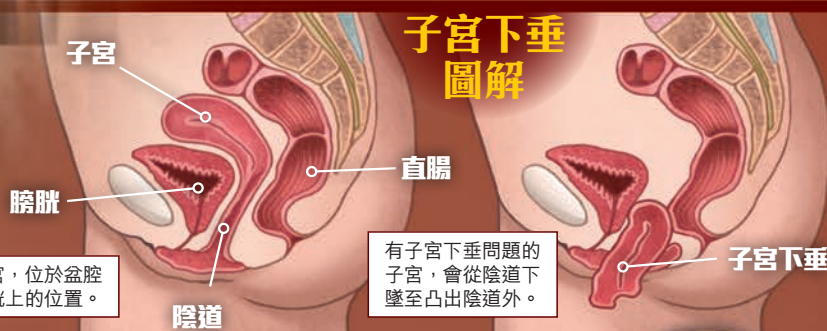


年紀大，機器壞彷彿是難以改變的自然定律，
所以我們都默默接受身體機能逐漸退化的自然現象，
男女都難倖免……但有些情況的確難受，
例如男士的前列腺肥大，
女士的子宮下垂。

年輕女士或許無法理解子宮下垂帶來的苦惱，
但看過以下患者實錄，
就知道當陰道凸出一個異物，
感覺會是多麼難受？！

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：張文彪 插圖：鍾國光



點算好？

香 港人的壽命愈來愈長，八十多歲仍然壯健活躍的長者大有人在，所以要保持身體健康，才能在退休後享清福。然而一些身體機能上的退化，有時又真的無法避免。其中最為年長女士感到尷尬的，是子宮垂脫出體外，即「子宮下垂」。

六十八歲的何女士，受了多年困擾，去年終於抵受不住，決定接受手術，徹底解決問題。

「大約十年前就意識到有點不妥了，那種感覺奇奇怪怪的，好像有些東西墜住在腹腔內，令我經常急小便，但上廁所又沒有排出太多小便。初時以為年紀大了，有點尿失禁，這都很平常，女人上了年紀多數有此情況，就沒

►子宮下垂的婦女會感到陰道口有異物跌出，感覺怪難受的。

有太在意……」何女士向記者說。

活躍型的何女士在十多年前退休後，進入人生另一階段，開始發展不同興趣。「別人弄孫為樂，兒女都在外國生活，孫兒們都不在港，我更樂得悠閒，報讀了不少興趣班，唱過粵曲，又上社交舞班，又要去外地旅行，時間排得密密麻麻，退休後比以前更忙碌呢！」

異物跌出 感覺難受

本來是享受生活的年華，但可惜就在這個無拘無束的黃金十年，何女士一直受着下腹不適的困擾，因為間中尿失禁後，她發覺陰道口有凸出物，而且由最初的輕微凸出，到後來愈來愈凸出，令她感覺更不好受，有時會因為與內褲磨擦而不適，更有幾次擦傷淌血……

「自從這個問題出現後，不禁影響了心情。我性格很外向，喜歡社交、參加不同活動，但就因為有這個問題，我連社交舞班都不願上，怕到時出現甚麼不適或是尷尬事……我又好喜歡去旅行的，有好幾次坐長途車感覺很不舒服，你試

想像，在顛簸的路途上大腿內側有顆東西頂住，感覺是多難受啊……」何女士說。

默默忍受了六、七年後，何女士決心解決問題，經婦產科專科醫生詳細了解情況及檢查後，接受一項小手術放入一個圓環，承托下垂的子宮。然而這個方法治標未治本，何女士這兩三年間又因為其他不適感而煩惱不已，終在去年底到養和醫院求醫，希望能以根治性方法解決子宮下垂！

養和醫院副院長暨婦女健康及產科部

主管陳煥堂醫生說，子宮垂脫或稱子宮下垂（Uterine prolapse）是婦女常見病症，他每年大約處理數宗至十數宗病例。患者年齡由五十歲至九十餘歲，但大多數出現問題而要治療的在六十至七十歲之間。

為何婦女會有子宮下垂的問題？陳煥堂醫生解釋，主要是婦女進入更年期後，沒



▲現時五十歲以上女性仍然活躍，經常參與社交活動，如有患子宮下垂會令其生活不便。



陳煥堂醫生指出，曾生育多胎及嬰兒出生時重磅的婦女，有較大機會有子宮下垂問題。

子宮

有荷爾蒙保護，骨盆底肌肉鬆弛，子宮因而向下墜，愈墜愈低，最後凸出陰道外，造成不適及種種病徵。

「很多時婦女來求診時，會向醫生表示有異物從陰道跌出，亦有指有輕微凸出物，她們大多數知道這種情況稱為子宮下垂，是常見的老年退化現象。」陳煥堂醫生說。

小便頻密 或見困難

這個病症的病徵明顯，醫生檢查時可見到子宮在陰道口以外。情況輕微的，子宮頸仍然留在陰道內，嚴重的則連子宮頸都會伸到外陰位置，令人感覺不適。

子宮跌出後，亦有機會影響排尿，原因是當子宮下垂跌出時，連帶陰道前壁及後壁都會被拉扯而向下垂，前面的陰道壁會牽連到膀胱，而後面的陰道壁會牽連到直腸下垂，如果病人本身有膀胱肌肉及韌帶鬆弛情況，就會有尿失禁問題；部分患者會有小便頻密問題，亦有部分患者感覺小便困難，要用手手指伸入陰道托高膀胱才能如廁（因子宮下垂令膀胱較尿道口低，

故要托高膀胱才能正常排尿)。

子宮托阻子宮跌出

子宮下垂是正常退化現象，但並不是每位婦女在進入更年期後都會患子宮下垂，但曾經生育多胎加上胎兒巨大的，就屬高危。

「在臨牀病歷中，我們發現子宮下垂患者都是多次生育過的婦女，經陰道分娩，嬰兒體形較大，達七磅半以上，生產過程較長及較辛苦，或分娩時因嬰兒巨大而令會陰撕裂，之後需要縫針，都會令生產道過分被拉扯，令骨盆底肌肉、組織及韌帶鬆弛，到了更年期後缺乏女性荷爾蒙，令該部位組織再鬆弛，最終就容易有子宮下垂。」陳煥堂醫生解釋。

一般女士在大約五十歲後開始踏入更年期，大約在五十五歲後停經，有上述高危因素的女性在兩至三年後逐漸感覺到子宮有下垂問題，開始有異物跌出來。「患者初期沒有不適，沒有太大感覺，直至後期才會感不方便，所以一般都在子宮下垂出現後四至五年才求醫。普遍女士都知道當年



產後勤做收緊骨盆底肌肉運動，可防止日後失禁及子宮下垂問題。

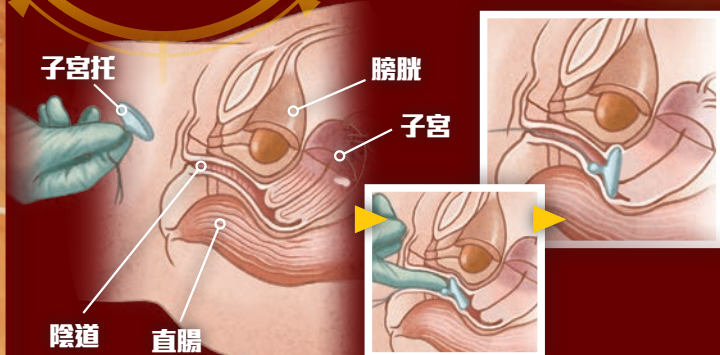


子宮托置入程序

- 1.將子宮托從陰道口放入。
- 2.然後移到子宮頸適合位置，固定便能承托子宮，防止下垂。



▲ 子宮托直徑由六點二至八點五厘米，體積如小童手鐲。



切除子宮「了百了」

當婦女因子宮下垂而求醫，很多時醫生會建議經陰道置入子宮托，托住子宮防止下墜跌出陰道外。陳煥堂醫生解釋，子宮托有不同尺碼以適合不同病人使用，一般直徑由六點二厘米至八點五厘米，體積如小童手鐲。

而進行程序前，必須為病人檢查清楚，排除其他問題引致子宮下垂。「如盆腔有腫瘤壓住子宮會令子宮跌下來，故需要檢查會否有卵巢囊腫；另外要以超聲波檢查子宮體積是否正常，陰道前後壁

紀大，機能退化，就有這個問題。亦有很多女士覺得難以啟齒或尷尬，故沒有即時求醫。」陳煥堂醫生解釋。

生育是女性的天職，但有時卻會為日後生理健康帶來影響。



被拉扯的組織會否有其他問題等。在確定沒有其他病因，病人便可以接受置入子宮托的程序。

然而子宮托雖然有效，但並非長遠之治療方法，因為子宮托是外來物，有時會令陰道破損，因而出血，同時亦會引致陰道分泌多，令婦女有不適感。」陳醫生說。

像何女士便是置入子宮托多年後，因陰道經常破損流血及不適感，最終決定由陳煥堂醫生操刀，以徹底解決問題。

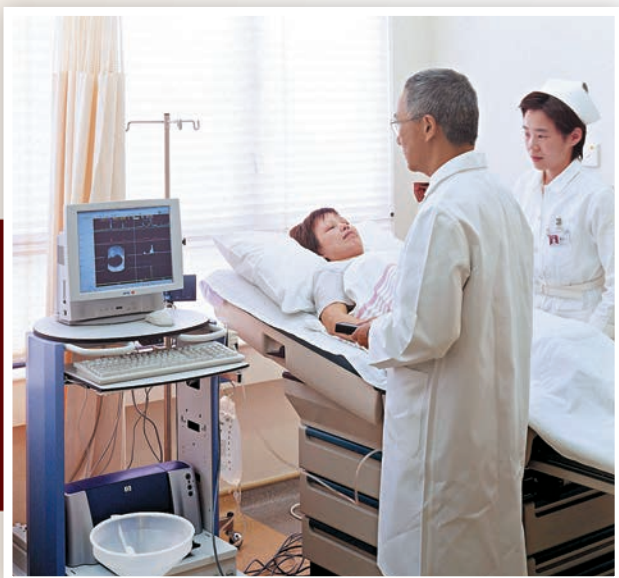
生育多胎成高危族

「治療子宮下垂的方法，是進行經陰道進入的全子宮切除手術，並將陰道前後壁縫補，病人便不再有之前症狀。」陳醫生說。

子宮下垂患者都已進入更年期女性，子宮基本上已無太大作用，故對於切除子宮大多沒有疑慮。何女士最初猶豫接受切除子宮手術，是因為擔心需要開腹。

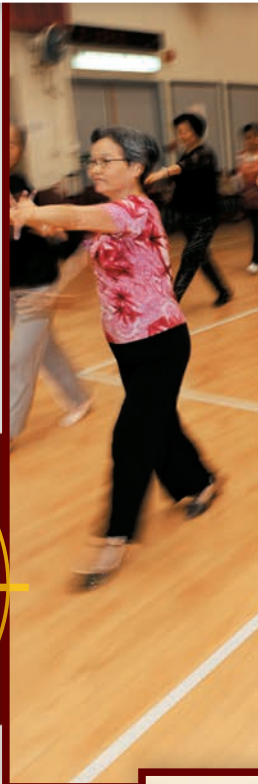
「之前聽朋友說要開刀做手術，說真的，非必要我都不想開腹。但現在才知道這手術原來只是經陰道進入，腹部沒有傷口，我便沒有甚麼擔心了！」何女士說。

原來何女士年輕時是實幹型事業女性，有三名子女，位位都承襲夫家的高大基因，出生時差不多有八磅。何女士不諱言，當年生育三名孩子頗辛苦，最後一位小兒子出生更是陣痛了多個小時，如今回想起來，才知道子宮下垂可能是三位高大兒女給她的禮物。



► 在進行手術前必須檢查清楚，確保盆腔內沒有其他問題引致子宮下垂。

► 不少退休後女士都熱衷社交舞或經常去旅行，何女士正是這一類，一旦患病令她十分不便。



陳煥堂醫生說，子宮下垂在年長女性較常見，因為傳統婦女生育胎數較多，加上生育後進行收緊骨盆底運動的觀念未普遍，所以患者數字較多。

「現代婦女生育前都經過小心計劃，有不少生育知識，知道陰道分娩或有機會令陰道過分鬆弛，日後引致尿失禁問題及子宮下垂，因而擔心自然分娩帶來不便。我們會向婦女解釋，就算胎兒較大，生產時有機會令會陰撕裂，但只要在生产過程中會陰縫補手術做得好，加上生產後勤力做盆腔底肌肉收緊運動，就可防止日後出現子宮脫垂。」陳醫生說。

而近年婦女生育胎數一般都是一至兩胎，三胎以上屬少見，故日後出現子宮下垂情況亦會減少。

不過陳煥堂醫生亦提醒曾生育多胎並已進入更年期女士，肥胖是子宮下垂誘因之一，故應保持適中體重；另外要避免任何增加腹部壓力的行為，例如經常搬重物及經常咳嗽。而已進行子宮切除手術的婦女，亦要糾正誘因，如肥胖就要減肥。■