

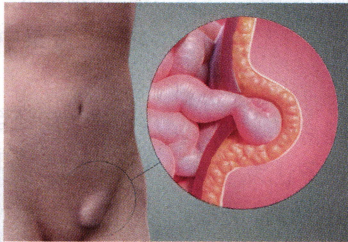
腹股沟疝气新手术 无需住院、康复快

腹股沟疝气俗称“小肠气”，除了老年人，健壮的中年人也可能患病。

疝气不会自动变小，或自动痊愈，也没有药吃，开刀是唯一的方法。医生说明，除了传统手术，患者如今也能选择针口手术法(laparoscopic technique)，无需住院、康复时间比较快。听医生说明这病症的症状和防治方法。

text: 邱玉莲 photo: 商家提供

40多岁的胡先生经常运动，打高尔夫球，不久前他发现左腹部接近下体处有肿块，躺下来的时候肿块就会不见，一站起来又很明显。他找医生检查后，发现自己患上俗称“小肠气”的腹股沟疝气(Inguinal Hernia)。



的感觉。“老年人因为年龄关系，腹壁肌肉老化变弱，如果加上排尿排便困难，导致他们在排尿时憋气出力，使腹内压力增高，更容易导致腹股沟疝。”

何医生说：“即使不是老年人，长期的慢性咳嗽

也会导致肺部扩张、膈膜往下压，使腹腔内压力升高，久而久之腹内压力会使肌肉或筋膜裂开，内脏就容易从这个薄弱点突出来，形成疝气。”

除了长期的慢性咳嗽，以下也可能导致腹壁长期受到高压，腹壁肌肉变弱：

- 长期便秘，排便时经常得憋气出力。
- 经常得提重物，或经常举重的人。
- 过度肥胖的人。

此外，有些人有先天性的腹肌薄弱，或腹部曾动过手术的人，也会有肌肉变弱的可能。

老人腹壁薄弱 常咳嗽易发病

联系联系外科手术中心(Nexus Surgical Associates)普外科高级顾问医生何俊傑受访时说，患腹股沟疝气的不只是肌肉老化变弱的老年人，也有不少是40多岁、活跃健康的中年人，例如前来找他求诊的胡先生。

何医生说，60岁以上的老年人容易面对前列腺增生的问题，导致排尿困难，或有尿不净

切断，可能会导致器官部分坏死，造成严重的后果。“一旦出现这个紧急情况，患者会感到部位出现剧痛、腹部肿胀、呕吐，他必须马上送院动紧急手术，否则后果不堪设想。”

不会自动痊愈 合成网加强腹肌

何医生说，疝气不会自动变小，或自动痊愈，也没有药吃。“开刀是唯一的方法。如果肿块还小，还有机会加强肌肉壁，把挤出来的器官推回去。如果肿块太大，器官就可能塞在肌肉里坏死，到时治疗就比较复杂。”

何医生说：“医生能利用合成网，加强患者薄弱的腹肌，那么器官就不会再挤到弱点去。”

患者如今也能选择针口手术法(laparoscopic technique)或传统的开刀方式治疗疝气。“针口手术法的复原时间比较短，通常是日间手术，患者无需住院，也康复得比较快。”

胡先生和陈先生就选择了针口手术法。胡先生在手术后的一个月，就能继续打高尔夫球，恢复日常的生活步伐了。

如何预防疝气

何医生说，避免腹部长期用力、腹内压力增高，是预防疝气的最好方法。这包括：

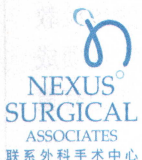
- 维持健康的体重，不要过度超重。
- 保持良好的饮食习惯，多吃蔬菜水果，加上适量的运动，以避免便秘。
- 避免长期提重物，或采取正确的姿势。经常举重健身的人应该向专家请教正确的举重姿势。
- 改掉抽烟的恶习，以免染上慢性咳嗽。
- 注意是否有前列腺增生的症状，尽早寻求检查或治疗。

疝气可能导致 器官部分坏死

何医生说，患者通常是发现腹股沟处有肿块，站起来时尤其明显，躺着时就变小。“患者有时会觉得轻微疼痛、酸痛，或感到肿胀。”

虽然腹股沟疝气不会造成生命危险，但有些时候凸到肌肉里的器官如小肠，会被塞在肌肉里面，造成流向器官的血液供应被

一站式医疗手术中心：联系外科手术中心(Nexus Surgical Associates)是一站式的医疗手术中心。当中的五名外科手术顾问医生所提供的全方位医疗服务，除了有胃镜检查与结肠镜检查外，也涵盖了诊治胃部、小肠、结肠与直肠、肝脏、胰脏、胆囊、动脉与静脉相关的疾病，以及消化道癌症，如胃癌、大肠癌和肝癌等。此外，五名医生皆受过执行腹腔镜手术(laparoscopic)的专业训练。



Nexus Surgical Associates

3 Mount Elizabeth #08-06 Mount Elizabeth Medical Centre Singapore 228510
询问电话: +65 62358633 电邮: enquiry@nexussurgical.sg

预知更多，可上网www.nexussurgical.sg了解详情。

资料提供

何俊傑医生
普外科高级顾问医生
Nexus Surgical Associates
联系外科手术中心

