認識下肢淋巴水腫 卵巢癌治療後不可忽視的『腳腫』

文／曾瑀儒
國泰綜合醫院婦女醫學部主治醫師

隨著卵巢癌治療的進步，除了疾病控制與存活之外，治療後的生活品質也越來越受到重視。其中，「下肢淋巴水腫」是部分卵巢癌患者在接受手術治療後可能面臨的長期問題。它可能造成腿部腫脹、沉重或緊繃，嚴重時甚至影響走路及日常生活，因此也是治療後值得關心的課題。

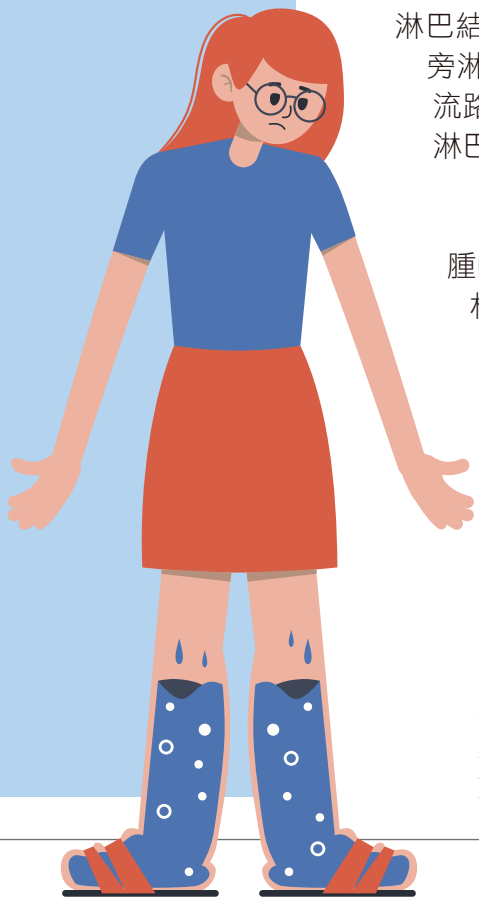
什麼是淋巴水腫？

淋巴系統是人體重要的循環系統之一，負責將組織間的液體運送回循環。當淋巴管或淋巴結受到破壞，淋巴液無法正常回流，就會逐漸堆積在組織中，形成淋巴水腫。

淋巴水腫並不只是單純的「水分堆積」。長期滯留的富含蛋白質液體會引起慢性發炎，進一步造成組織纖維化及脂肪堆積；嚴重時皮膚可能變厚、失去彈性，傷口癒合能力也會受到影響。此外，受損的淋巴循環也會影響局部免疫功能，使患者較容易反覆發生蜂窩性組織炎或淋巴管炎。

為什麼卵巢癌治療後會發生？

在卵巢癌患者中，造成下肢淋巴水腫最重要的因素是淋巴結切除。卵巢的淋巴循環會流向骨盆腔及主動脈旁淋巴結，而淋巴結切除會直接破壞原有的淋巴回流路徑。一般而言，切除的淋巴結數量越多，發生淋巴水腫的風險也可能隨之增加。



根據過去研究，卵巢癌患者治療後下肢淋巴水腫的發生率約為4.7%至30.4%。不同研究間的差距相當大，部分原因在於淋巴水腫的定義及偵測方式不同；若只依賴病歷記載，輕微或早期症狀就可能被忽略。

早期卵巢癌為了確認疾病是否已有淋巴結轉移，手術可能需要評估骨盆腔及主動脈旁淋巴結，因此術後發生淋巴水腫的風險值得注意。相較之下，若卵巢癌診斷時已屬晚期，目前並不常規進行系統性淋巴結切除，除非發現明顯腫大的淋巴結需要處理。因此，依照疾病期別及手術需求選擇適當的淋巴結處理方式，在兼顧腫瘤治療的同時，也有助於減少不必要的手術併發症。

哪些症狀需要注意？

早期淋巴水腫不一定會出現明顯的腿圍增加。有些患者最先感覺到的只是腿部比較沉重、緊繃或腫脹，也可能發現鞋子變緊、襪口的壓痕比以前明顯。甚至在客觀測量腿圍尚未出現變化前，就已經感覺到不舒服。因此，患者自己感受到的變化也是早期發現的重要線索。

不過，「腿腫」並不等於淋巴水腫。慢性靜脈功能不全、心臟或腎臟疾病、低白蛋白血症等，都可能造成類似症狀。因此，如果卵巢癌治療後出現新的下肢腫脹，仍應回診接受評估，而不是自行判斷原因。

發生淋巴水腫後怎麼辦？

淋巴水腫治療的關鍵在於早期發現與早期介入。輕微或早期的患者，可使用彈性襪或其他壓力治療方式，協助淋巴液回流並避免持續滯留。若水腫較明顯，可進一步接受多層短延展繃帶、徒手淋巴引流等治療。

中度至重度淋巴水腫則可採取「完整消腫治療（complete decongestive treatment）」，結合規律復健、徒手淋巴引流及多層壓力包紮；水腫改善後，再以每日穿著壓力衣物及皮膚、指甲照護維持效果。研究顯示，這類綜合性治療除了能減少肢體腫脹，也有助於改善患者的生活品質。

對於經保守治療仍無法改善的患者，目前也有一些顯微手術治療方式，例如將淋巴管與靜脈接合，替淋巴液建立新的回流路徑，或進行血管化淋巴結移植。不過，並不是每位患者都適合接受手術，仍需依淋巴水腫的程度及淋巴循環狀況，由專業團隊進一步評估。

早期發現，比等到「真的腫起來」更重要

卵巢癌治療後的照護，不只要關心腫瘤是否復發，也別忘了留意治療後身體的變化。淋巴水腫一旦進展至組織纖維化，部分變化可能難以逆轉，因此如果開始感覺腿部沉重、緊繃或持續腫脹，即使外觀看起來還不明顯，也可以主動告訴醫療團隊。不用等到真的腫起來，才開始處理。

透過依疾病狀況選擇適當的手術及淋巴結處理方式，加上治療後的症狀教育與早期介入，可以降低淋巴水腫造成的長期影響。對卵巢癌患者而言，癌症治療的目標不只是控制疾病，也希望在治療結束後，能盡可能維持原有的活動能力與生活品質。

參考資料：
Dessources K, Aviki E, Leitao MM Jr. Lower extremity lymphedema in patients with gynecologic malignancies. Int J Gynecol Cancer. 2020;30(2):252-260.