

40 | 我有膽結石，需要開刀嗎？開刀與不開刀各有什麼好處跟壞處？

沒有症狀的膽結石，多數不需要開刀，定期追蹤即可；一旦出現過膽絞痛，或發生膽囊發炎、膽管結石、胰臟炎等併發症，就建議手術把膽囊拿掉。開刀與不開刀各有利弊，了解之後，再和醫師一起做決定。

膽結石是怎麼來的

膽囊是肝臟下方的一個小袋子，負責儲存肝臟製造的膽汁；吃東西時（尤其是油脂）會收縮，把膽汁擠到腸道幫助消化。膽汁成分失去平衡，或膽囊收縮不好、膽汁停留太久，就容易沉澱成結石。

常見的危險因子包括：女性、40 歲以上、肥胖、懷孕或多次生產、快速減重、不吃早餐或長時間空腹、糖尿病，以及家人也有膽結石。

膽結石會有什麼症狀

大多數人沒有症狀，是健檢超音波意外發現的。沒有症狀的膽結石，每年約每 100 人中只有 1 到 2 人會開始出現症狀，發生嚴重併發症的機會更低。

出現症狀時，最典型的是**膽絞痛**：常在吃大餐或油膩食物後，右上腹或上腹部突然劇痛，可能延伸到右肩或背部，持續數十分鐘到數小時，常合併噁心嘔吐。結石也可能引起以下併發症：

併發症	常見表現
膽囊發炎	右上腹持續疼痛超過半天、發燒、壓右上腹特別痛
膽管結石、膽管炎	眼白或皮膚變黃、茶色尿、灰白色大便，合併發燒寒顫
膽源性胰臟炎	上腹劇痛延伸到背部、嘔吐

什麼情況建議開刀

- 曾經發生過膽絞痛：一旦痛過，之後再痛或發生併發症的機會就明顯升高
- 發生過膽囊發炎、膽管結石或膽源性胰臟炎
- 雖然沒有症狀，但結石大於 3 公分、膽囊壁鈣化（瓷器樣膽囊），或合併 1 公分以上的膽囊息肉

其他情況，醫師會依你的年紀、身體狀況與生活型態一起評估。本院醫師為台北慈濟醫院及台大醫院兼任主治醫師，需要手術時，可以協助轉介外科。

開刀與不開刀，各有什麼好處與壞處

比較	開刀（腹腔鏡膽囊切除）	不開刀（定期追蹤）
好處	根本解決問題，不會再發生膽絞痛與膽囊發炎；腹腔鏡傷口小，多數住院 1 到 3 天，一到兩週可恢復日常生活	避免手術與麻醉的風險；沒有症狀的人，多數一輩子都相安無事
壞處	手術與麻醉本身有風險，少數人可能發生出血、感染或膽管受傷；術後少數人吃油膩食物容易腹瀉，多半幾個月內改善	隨時可能發作，萬一在國外或半夜發作，可能需要緊急處理；急性發炎時才開刀，手術難度與風險都比較高
比較適合	有症狀、有併發症，或屬於高風險的人	沒有症狀、結石不大、膽囊外觀正常的人

吃藥可以溶解結石嗎

只有少數小顆、沒有鈣化的膽固醇結石，而且膽囊功能正常的人，才可能用口服藥慢慢溶解，通常需要半年以上，停藥後也容易復發。台灣的膽結石多數不適合用藥物溶解，所以藥物不是主要的治療方式。

日常生活怎麼做

- **三餐定時，不要長時間空腹：**吃東西時膽囊才會收縮排空，不吃早餐或長時間空腹，膽汁容易沉澱。
- **少吃油炸、高油脂食物：**已經有膽結石的人，大餐與油膩食物容易誘發膽絞痛。
- **多吃蔬菜、全穀雜糧，並多喝水。**
- **體重慢慢減：**每週 0.5 到 1 公斤為宜，減得太快反而容易長結石。
- **規律運動。**
- 沒有症狀的人，依醫師建議定期做腹部超音波。

同場加映：健檢說我有膽囊息肉，需要開刀嗎？需要追蹤嗎？

健康檢查的腹部超音波，常會看到「膽囊息肉」。大多數是膽固醇沉積在膽囊壁上形成的「膽固醇息肉」，屬於良性，不會變成癌症；只有少數是真正的腫瘤性息肉，才有變成膽囊癌的可能。醫師主要依息肉的**大小、形狀、有沒有變大**，以及年紀來判斷：

息肉大小	一般建議
小於 0.6 公分	沒有危險因子的人，通常不需要特別追蹤；有危險因子的人，建議半年、1 年、2 年各做一次超音波
0.6 到 0.9 公分	建議半年、1 年、2 年各做一次超音波；合併危險因子時，醫師可能建議手術
1 公分以上	建議手術切除膽囊

危險因子：60 歲以上、息肉的基部寬扁（不是有細梗的小球狀）、息肉旁的膽囊壁局部增厚，以及原發性硬化性膽管炎。

追蹤期間 2 年內長大 2 公釐以上，或息肉引起右上腹痛等症狀時，也要和醫師討論是否手術。

民眾常見問題

膽囊拿掉之後，還能正常吃東西嗎？ 可以。膽汁是肝臟製造的，膽囊只是暫存的地方，拿掉後膽汁會直接流進腸道。大多數人術後飲食不受影響；少數人初期吃油膩食物容易腹瀉，先清淡飲食、少量多餐，多半幾個月內就會改善。

沒有症狀，可以先不要開刀嗎？ 可以。沒有症狀的膽結石多數一輩子相安無事，定期追蹤即可；但經常出國、住得離醫院較遠，或有糖尿病、免疫力較差等情況的人，可以和醫師討論是否提早手術。

膽結石會變成膽囊癌嗎？ 機會很低。結石大於 3 公分或膽囊壁鈣化時風險較高，這也是建議手術的原因之一。

立即就醫：右上腹或上腹劇痛數小時不緩解、發燒寒顫、眼白或皮膚變黃、茶色尿，或上腹劇痛延伸到背部合併嘔吐，請立刻前往急診。

回診時機

沒有症狀的人，請依醫師建議定期做腹部超音波；曾發生飯後右上腹痛，或膽囊息肉在追蹤期間變大，請提早回診討論是否手術。

本衛教單提供一般性資訊，實際檢查與治療請依醫師指示。

吉禾診所 | 新北市新店區民族路 42 號 | 電話 (02) 2916-0808