

暢快尿一下 攝護腺肥大別攪局

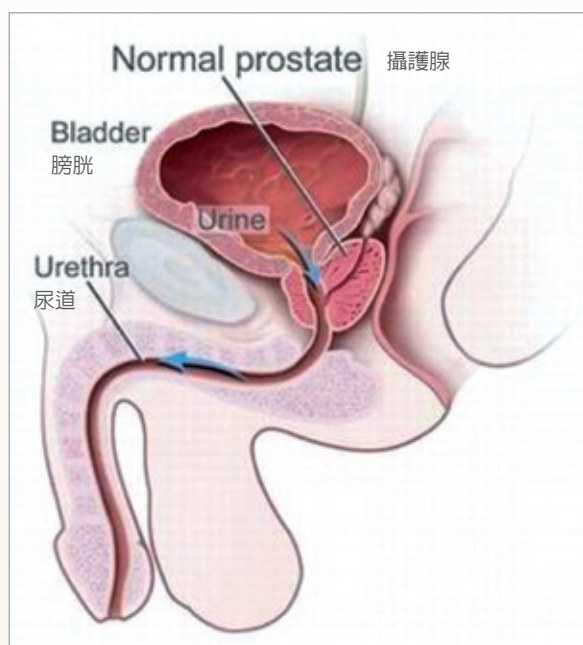
文／泌尿部 醫師 連啓舜 · 泌尿部 主任 張兆祥

攝護腺肥大是不少男性銀髮族共同的困擾，尿意一來便急如星火，衝進廁所卻細流如絲，總是解不乾淨，夜晚入睡之後更被尿意催得必須不斷起床上廁所，很難一覺到天明。到了寒冷的冬天，問題更加惡化，年輕時那種尿得豪氣干雲的日子，似乎只能在夢中回味了。

年紀越大，尿尿問題越多

攝護腺位在膀胱正下方，是一個胡桃大小的腺體，完全包圍住尿道。它會分泌一種乳白色液體，稱為攝護腺液，其內富含檸檬酸、膽固醇、鋅、酸性磷酸銻等金屬元素，屬於男性精液中的一部分，大約占精液總量的20-30%左右。攝護腺液的作用在於維持精蟲的生命力及活動力，並可保護生殖泌尿道，避免細菌的侵犯。此外，睪丸也會製造睪固酮來促進攝護腺的功能。

良性攝護腺肥大在醫學上的簡稱為BPH (Benign Prostate Hyperplasia)，是一種擾人的攝護腺病變。男性在20歲時，攝護腺會生長到正常大小（體積如同胡桃），到了45歲左右，攝護腺會再度變大。根據統計，**50歲男子大約50%有攝護腺肥大的問題**，隨著年



圖片來源：www.healthonlinezine.info

紀增長，症狀會更加明顯。當年逾8旬，**90%都有攝護腺肥大的症狀**。其成因至今仍不甚清楚，可能和男性荷爾蒙分泌不平衡及老化有關，所以攝護腺肥大是個道地的長壽病。

好好就醫，重回順流之路

攝護腺肥大會擠壓尿道，造成排尿方面的症狀，又可分為排空性（阻塞性）症狀及儲存性（刺激性）症狀。排空性症狀包括排尿細小且弱、需要腹部用力解尿、排尿時斷

斷續、排尿後仍有解不乾淨的感覺等；儲存性症狀包括尿急、頻尿、夜尿。

若因以上症狀帶來生活上的困擾，應立即找泌尿科醫師檢查。檢查方法除了一般病史及理學檢查之外，還包括尿液常規檢查、肛門指診、攝護腺特異抗原指數檢驗、超音波、尿流動力學檢查等。

經過診察，醫師會依病患情況採取適當的治療，一般治療方式包括追蹤觀察（症狀輕微者）、口服藥物及外科手術等。口服藥物主要分為兩類，分別是甲型交感神經阻斷劑（ α -blocker）與男性荷爾蒙抑制劑（ 5α -reductase inhibitor）。前者的作用是舒張膀胱頸和攝護腺尿道旁的肌肉，使小便順暢；後者則可減少男性荷爾蒙對攝護腺的刺激，避免組織繼續增生。

症狀嚴重，外科手術幫一把

若攝護腺肥大導致反覆性泌尿道感染、尿滯留、血尿、腎功能缺損，以及膀胱結石或憩室產生，或者口服藥物效果不彰，排尿障礙仍未消除，可能就需要藉助外科手術方式來治療了。

經尿道內視鏡攝護腺電刀刮除手術（TURP）是目前最常用於治療攝護腺肥大，也是最有效的方式，電刀經由尿道將攝護腺組織一片片刮除之後，症狀大多能立即解除。此法可能出現的併發症包括術後出血、感染、水中毒（TURP syndrome）、逆行性射精等，少數病人會有術後陽萎（ $<10\%$ ）或尿失禁（ $<1\%$ ）的困擾。

另一種攝護腺雷射手術是透過高能量及特定波長的雷射光，瞬間將攝護腺組織汽化或切割，進而減少攝護腺體積。手術優點為安全性較高，能減少術中出血及輸血，適用於心血管疾病及其他麻醉風險高的患者。此一手術的住院天數及術後導尿管放置天數較短，患者在手術後能較快回到工作崗位和原有生活。☺

