

行政院衛生署桃園醫院 健康管理中心

熟男的困擾-談攝護腺肥大

根據台灣地區十大癌症的發生率排行榜，民國 87 年攝護腺癌排名第七位，在男性十大癌症中更是排在第六位。並已超越膀胱癌，躍居男性泌尿道癌症第一名。

何謂攝護腺肥大

攝護腺位於膀胱出口處，包圍著尿道。其功能是分泌部份精液，幫助精子排入尿道及增加精子的活動力及生殖力。男性步入中年以後，攝護腺幾乎都有不同程度的肥大，這是一種良性增生的變化；其真正產生原因並不清楚，有些研究指出，可能與老化過程及荷爾蒙變化有關。

攝護腺肥大的症狀

攝護腺肥大的症狀與肥大的程度、部位、時間、個人體質、健康狀況、有無細菌感染等有關。

1. 頻尿和尿急次數增加
2. 尿流速率降低
3. 半夜起床小便次數增加
4. 小便斷斷續續 ("間歇尿症狀")
5. 無法控制排尿(小便)
6. 小便完仍有尿滴的情形
7. 開始的排尿延緩 ("排尿躊躇感")
8. 膀胱排空不完全(小便完後仍感膀胱內殘留尿液)



攝護腺肥大檢查

1. 一般尿液檢查：檢驗尿液是否感染、出血情況。
2. 抽血檢驗攝護腺特異抗原 (PSA)
3. 肛門指診：由醫師使用手指經肛門直接對攝護腺作觸診。
4. 尿流動力學檢查：檢查尿液流速及膀胱壓力。
5. 膀胱內視鏡檢查：可了解攝護腺肥大的情形，及是否有膀胱腫瘤或是其他病變。
6. 攝護腺超音波檢查：可看出攝護腺的大小和形狀，測量攝護腺的體積。

預防保健

1. 避免憋尿：因憋尿會使前列腺肥大症狀更嚴重，甚至尿不出來。
2. 避免抽煙、喝酒：因煙酒會使攝護腺更充血、浮腫，使症狀更嚴重。
3. 避免感冒：多攝取蔬菜、水果或補充維生素。患感冒或胃病時，需注意服用含有抗膽鹼激素成份的藥物，如：感冒藥（鼻塞、流鼻水藥物）、制酸劑等，這類藥物會抑制膀胱收縮，造成小便突然解不出來。
4. 適當的性生活，勿縱欲過度。
5. 睡前避免飲用含利尿成份的飲料：如咖啡、茶或啤酒。
6. 若有發燒、解尿疼痛或解不出尿的情形時，應立即就醫。