吃雞睪丸求性福？不如補充睪固酮

◎林口長庚泌尿科主治醫師　陳煜

以形補形？

國人有一根深蒂固的觀念：吃什麼就可以補什麼！吃豬腦可以變得更聰明，吃腰子可以補腎。為了壯陽、為了性福，多吃動物睪丸當然可以補小弟弟囉！故大家在台灣經常會遇到一道名菜：麻油豬腰煮雞睪丸。

效果如何？心理作用可能大於實際作用，先不論高溫烹調可能破壞睪丸中之有效成份睪固酮，另在腸胃道吸收後，幾乎都會被肝臟分解，真能被身體吸收的可謂少之又少。

西方世界亦是一樣，早在 19 世紀就有文獻報告，有醫師把動物的睪丸植入病人、甚至自己體內，宣稱可治療男性不舉並能永保青春。效果如何？就像上述吃睪丸壯陽一般，鬧劇一場，心理作用大於實質作用！

睪固酮和勃起功能有何關係？

究竟睪固酮和勃起功能障礙有何關係？根據多篇動物實驗的文獻概括如下：(1)睪固酮缺乏可導致陰莖內平滑肌細胞自行退化，且造成海綿體纖維化；(2)睪固酮缺乏可減低神經性一氧化氮之表現；(3)睪固酮低下可減少海綿體內動脈血流之進入和增加靜脈血流之流出；(4)睪固酮低下可增強海綿體內血管和平滑肌對如腎上腺素等受體之刺激，造成血管和平滑肌收縮；(5)睪固酮缺乏可減低海綿體受性刺激時因一氧化氮促發之平滑肌放鬆。

根據統計，40～80 歲的男人，約 20% 有體內睪固酮濃度低下的問題，故補充睪固酮仍有其必要，因睪固酮低下造成勃起功能障礙之比率約達 7～35%，不少文獻資料已證明對男性性腺功能低下（睪固酮低下）造成之不舉，補充睪固酮對自然勃起、正常性慾和射精都是必須的。

補充睪固酮之療效

總的來說，針對因性腺功能低下造成勃起功能障礙之病人，補充睪固酮最高可有 3 分之 2 的有效率。但靠吃動物睪丸壯陽無異於緣木求魚，若有需要，可求助於醫師，有經注射、口服、經皮吸收等有效製劑供選擇，但仍需密切注意睪固酮補充所衍生的短、長期可能之副作用，中老年人更要注意攝護腺特異性抗原（PSA）之變化。