

高齡銀髮族下泌尿道之疾病

◎林口長庚高齡泌尿外科副教授暨高齡泌尿外科主任 崔克宏

根據衛生署民國 97 年之公告，國人兩性之平均壽命分別為男性 75.6 歲，女性 81.9 歲，較 70 年分別增加 5.9 歲及 7.3 歲。男性平均每年增加 0.2 歲，女性平均每年增加 0.3 歲，因女性增幅較大，男女平均壽命差距擴大，由 70 年相差 4.9 歲增加至 97 年 6.4 歲。越來越多高齡銀髮族的出現，相對來說，對高齡老人的照顧也就刻不容緩。當然高齡者最常發生疾病的器官，包括心、肺、泌尿系統等。所以高齡族群的健康照顧，泌尿科占有很重的比率。

林口長庚自民國 92 年首創高齡泌尿外科，專門針對高齡患者治療泌尿系統的疾病，同時包含高齡病患對疾病預防與衛生教育等等。以下個人就高齡男性族群最常發生下泌尿道的疾病來討論。

攝護腺肥大症

攝護腺是男性生殖系統的一部份，主要功能是分泌部份精液，幫助精子排入尿道。一般

男性攝護腺組織在 35 歲左右開始增生，至 50 歲左右，由於增生的攝護腺組織壓迫阻塞尿道，大約有三分之一男性會有下尿路之症狀，引發尿流變細、解尿無力、小便斷斷續續，無法立即解出，乃至尿失禁、頻尿、夜尿病徵逐一顯現。

「攝護腺肥大」是中老年男性相當常見的泌尿科疾病，50 歲以上男性，將近 50% 會出現排尿困難、頻尿、夜尿等種種症狀；70 歲以上，更是高達 80~90% 會有攝護腺問題。一旦症狀出現，若沒有及時就醫，不僅生活品質受影響，膀胱

功能、腎功能的負擔也愈來愈重。當攝護腺肥大症發生時，常常會引起下尿路症狀，使得高齡者生活品質低下，容易泌尿道感染，所以他們常因解尿困難，不太願意出遠門，久而久之便會造成居家老人、無法享受銀髮族退休之後的正常生活。

老年人如果解尿困難，常常表現頻尿、用力小便、夜尿等，時日一久，膀胱因不願意喝水而造成膀胱容量減少



，膀胱容量少之後，就會變成夜尿，當夜尿症嚴重之後，生活品質就會變差，常期下來，造成睡眠障礙。男性當膀胱出口阻塞時就會讓膀胱肌肉用力，而長期解尿困難，膀胱肌肉會使用過度，會引起膀胱肌肉無力，每次排尿後餘尿增加，當膀胱肌肉耗損過度之後，就會產生急性尿滯留。所以我們必須要提高警覺，當發生排尿困難及尿失禁時，必須就醫，請泌尿科醫師針對病情，採取適當的處置。

治療方面，當泌尿科醫師評估是攝護腺肥大症時、通常都是使用特異性的 $\alpha 1$ -阻斷劑或是減少前列腺體積等荷爾蒙藥物為主。如果病人有膀胱過動的情形，可以結合使用骨盆底肌肉訓練來減少膀胱過動和排尿障礙或是外加藥物治療。另外，如果藥物治療效果有限或是改善不夠明顯時，可以考慮外科手術治療。

外科手術的效力與安全性

老人在排尿障礙之後，常常由於排尿時膀胱出口阻塞，或是尿道外括約肌放鬆不良。所以我們使用藥物，都是為了解決膀胱頸出口阻塞、或是使尿道外括約肌放鬆，外科手術方面，可以立刻排除攝護腺阻塞的情形，讓膀胱出口處通暢。內視鏡經尿道前列腺切除手術是目前最常使用的方式，病人如果接受經尿道前列腺切除手術必須住院4-5天、手術後須要有一段復原期，整個治療效果良好，

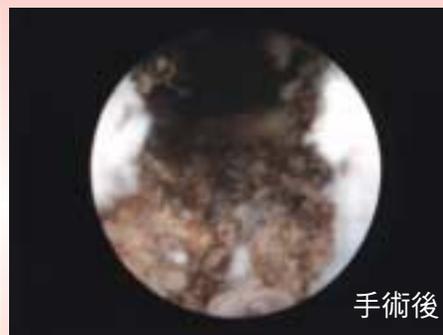
是目前全世界針對攝護腺肥大症最常使用的手術方法。但是經尿道前列腺切除手術亦有少許併發症，例如出血、狹窄、感染等，大約有百分之十八左右的機率，另外亦有雷射手術針對攝護腺肥大症之治療，最常使用的病人是病人本身有多種疾病、高齡、凝血功能不好、心臟病正在使用抗凝血藥物者居多，雷射治療相對傳統手術來說，安全性提高，亦可以立即解決排尿困難的問題（附圖）。但是卻很昂貴並且要自費、健保不予補助，所以每一位病人如果想要接受那一種治療，必須要請泌尿科醫師詳細評估，才得以了解那一種治療是針對自己最好的治療方法。

老年人夜尿症的治療

對於老年人夜尿以及夜間多尿症，常常是因為膀胱神經障礙、攝護腺肥大症、藥物、膀胱容量變小、不明原因等引起，所以泌尿科醫師在治療夜尿症時，常常須要多方面考慮，並且根據造成原因給予適當的治療。一般治療上，大部份亦是針對症狀，藥物治療為主，如果是膀胱神經障礙引起，可以考慮輔以骨盆腔底肌肉訓練等，如果是藥物造成，則須要醫師詳細評估治療的成效。



手術前



手術後

▲雷射手術前，前列腺阻塞尿道開口，手術後尿道出口已排除阻塞，病人得以獲得通暢的尿道通道

老年人尿路感染

老年人容易因為：一、膀胱出口阻塞：前列腺肥大症引起。二、逼尿肌收縮力不足：膀胱肌肉無力，排尿不完全排空。三、老人身體抵抗力差。四、糖尿病等免疫力差者。五、留置導尿管者。六、慢性便秘者。七、尿失禁：尿道閉鎖不全引起。所以如果老人有以上一或多種因素存在時，老人尿路感染是最容易發生的，所以必須要特別注意。

老年人的慢性尿滯留

當老人常期因嘗試排尿過程之中，由於膀胱過脹，而使得逼尿肌收縮力不

足的肌肉更加無力，因而常常引起慢性尿滯留無法恢復。這一種情形常常是因攝護腺肥大症引起，老年人在長期沒有治療或是治療效果不好比較容易發生，所以當老人有排尿問題時，應該盡快尋求泌尿科醫師來針對排尿困難之問題，安排適當的治療。

所以對於老人的下尿路症狀，其實有很多問題都可以以藥物來解決病人的痛苦，或是以外科手術來解決病人的症狀，使病人減少下尿路症狀所造成的生活品質低落、感染、夜尿等併發症，同時獲得健康快樂的生活。📖

天然的，尚讚！哺餵母乳 通行無阻

◎基隆長庚管理部主辦 林宛儒
◎基隆長庚管理部高專 楊明勳 校閱



天然的母乳，尚讚！為了讓更多媽咪響應母乳哺餵嬰幼兒。基隆長庚醫院今年首創母親善海報設計比賽。得獎名單 14 日出爐，二信高中沈宏能以上班族坐在愛心氣球上，回憶兒時吸吮母乳的點點滴滴，母子情深表露無遺，獲評審們青睞，摘下第一名殊榮。

立法院在充滿母性光輝的今年五月，一讀通過「公共場所母乳哺育條例」的同時，基隆長庚醫院推動母嬰親善醫院政策即將邁進第十個年頭，也榮獲行政院衛生署國民健康局母嬰親善醫療院所認證，成為基隆市與鄰近北縣鄉鎮市的首家母嬰親善醫院，並積極向產婦推廣母乳哺餵嬰幼兒。

為了慶祝 25 週年院慶及推廣母嬰親善醫院政策及支持公共場所母乳哺育條例，基隆長庚醫院除在 99 年 5 月 1 日舉辦哺乳媽咪回娘家活動外，於 5 月舉辦「母嬰親善海報創意設計徵選比賽」徵稿。比賽成績 9 日揭曉，二信高中廣告科沈宏能同學，以「回憶」為主題，運用插畫 2D 視覺風格，在海報上描繪上班族坐在愛心氣球上，回憶依附在媽媽胸口，吸吮母

乳的襁褓歲月。

「回憶」作品完整呈現母乳哺餵過程的母子情深，是持奶瓶哺餵幼兒所無法提供的緊密親子關係連結。謝同學的創意獲院方母嬰親善推動委員會主席暨副院長謝文斌，以及多位評審的讚賞，摘上海報設計比賽冠軍。

程文俊院長強調，母乳含有嬰幼兒成長所需的充足養分。期望藉由參賽者的腦力激盪，設計精彩生動的母乳哺餵海報，進而感動基隆市與鄰近北縣鄉鎮市的每一位媽咪，響應母乳哺餵嬰幼兒，讓更多小寶貝健康長大。

除了母乳哺餵，院方近年力推親子同室。產後媽咪在醫院休養期間與寶寶同住一室，媽咪、寶貝的親子關係將更熟悉。另外，為了鼓勵全國婦女及全體長庚女性同仁，響應母乳哺育，院方已在基隆院區五樓的小兒科門診 A 區，設立就醫民眾哺乳室供全國婦女使用，及基隆院區 5 樓 C 區會議室入口處、情人湖院區 3 樓 E 區行政區內設有員工哺乳室，供醫院女性同仁使用。

