

預防 攝護腺疾病 多攝取番茄



◎林口長庚泌尿腫瘤科主任 馮思中

攝護腺，又稱為前列腺，宛如一顆棗子大小，一般人看不到也摸不到它，但它卻可以成為男人災難的禍首。

攝護腺為男人特有器官，是一腺體，其分泌物構成精液的一部分，可活化精蟲協助受孕。攝護腺生長依賴男性荷爾蒙刺激，研究顯示，去勢的男孩長大後，攝護腺會完全萎縮。

男人隨年齡增長，攝護腺也會帶來困擾。攝護腺生長在膀胱出口處，隨著老化，攝護腺逐漸肥大，影響膀胱排出尿液，造成排尿功能障礙，症狀如排尿斷斷續續、次數增加、急尿等，嚴重時會完全無法排尿，需要插導尿管。

良性攝護腺肥大的治療以藥物為主，可改善膀胱頸尿道口的阻力，減少排尿困難。若藥物治療無效，可考慮經尿道攝護腺刮除手術。

除了攝護腺良性肥大，攝護腺亦可能長出惡性腫瘤，攝護腺良性肥大和惡

性腫瘤的早期症狀相似，不易區分。目前雖有 PSA（攝護腺癌相關的血液指數）可供檢測，但 PSA 檢測的特異性及敏感性低，不算理想的癌症篩檢指標，有時反而造成檢測者心理恐慌。

不過，配合醫師的肛門指診和 PSA 檢測，目前仍是早期診斷攝護腺癌的最佳方法。早期攝護腺癌治療包括手術切除、放射、冷凍及高頻超音波治療。晚期的病人主要是以荷爾蒙治療為主，化療則用於荷爾蒙治療無效的病人。

攝護腺疾病，特別是攝護腺癌，在台灣有逐年增加的趨勢。研究顯示，經常攝取高脂肪食物，會增加攝護腺癌罹患率，多攝取番茄類食物，可降低發病風險。

攝護腺肥大及惡性腫瘤都是可治療的疾病，早期診斷、早期治療，仍然是對抗癌症最佳的方法。🍅