

一江春水…流不順？

淺談攝護腺肥大

◎林口長庚泌尿外科醫師 周智原

◎林口長庚高齡泌尿科主任 陳建綸校閱



老許從銀行退休後，一直在家過著悠閒的退休生活。最近這兩三年來，常常半夜跑廁所。每次尿尿，總是站在馬桶前等了好久才解得出來。之前常不以為意，總想著是自己年紀大了就是如此。一次在朋友聚餐閒聊，才發現周遭好友一個個都是這樣。那個最近剛抱孫子的老沈，說他甚至有一次感冒吞了幾顆藥以後，一肚子尿就是解不出來，還得跑到急診導尿呢！後來聽值班的醫師說，這就是男人上了年紀以後常常出現的煩惱：「攝護腺肥大」。

攝護腺是男性生殖系統特有的器官，位於膀胱之下，尿道的起始端。男性剛出生時，其攝護腺小如豌豆，成年後則漸漸成長至核桃般大小，重約 20 公克。正常的攝護腺功能包括：(1)束緊膀胱口以調節排尿功能；(2)分泌部分的精液及激素；(3)導引精液射出的方向及力量。隨著年齡增長，男性於 40 至 45 歲開始，攝護腺會逐漸增生，若擠壓到尿道，可能造成排尿困難。60 歲左右的男性約有一半有攝護腺肥大的症狀，而 80 歲左右的男性發生症狀的比例高達 8 成。醫學上對於攝護腺肥大的成因仍有

許多爭論，目前普遍認為年齡為主要的因素，其餘諸如男性賀爾蒙的衰減，或肥胖、高血糖、高血脂等代謝症候群，可能也有部分的關聯性。

典型的攝護腺肥大症狀可分為阻塞性與刺激性兩大類。阻塞性的症狀主要因攝護腺增生擠壓尿道造成，病人會覺得小便尿流會變細且微弱無力，偶爾會中斷，或必須等待一陣子才能解得出來，解完又滴滴答答很久，解不乾淨。刺激性的症狀則包括排尿次數增加、尿急、小便後仍會有尿意，甚至尿急無法控制而流出，尤其是夜尿次數增加，晚上須起床好幾次小便，而增加跌倒等意外風險。

攝護腺肥大的病程進展可分為三期：第一期的患者尿道因壓迫而有阻力，此時的膀胱仍可有力的收縮及排尿，夜間如廁的次數增加，此時雖然會出現不舒服的排尿症狀，但還沒有殘尿的現象。進展到第二期時，病人的膀胱開始無力而產生殘尿。到了第三期後排尿需花很長的時間，甚至排不出尿來（尿滯留）。若不治療，會造成阻塞性的腎功能損傷，進而甚至發生尿毒症。

一般患有攝護腺肥大的患者，常會伴隨有泌尿道感染。依照泌尿道不同的器官，分別可能出現急性腎盂腎炎、腎膿瘍、急性膀胱炎、攝護腺炎、副睪丸-睪丸炎等疾病。

臨床上診斷攝護腺肥大有以下幾個工具：

- 一、肛門指診：**醫師手指由肛門伸入至直腸，觸摸攝護腺肥大的程度及其軟硬度和平滑度。
- 二、血液篩檢：**經由血液檢測攝護腺特异性抗原指數（PSA），篩檢是否可能罹患攝護腺癌。
- 三、尿流速與膀胱餘尿量檢查：**測量小便的速率及殘尿量，直接判斷阻塞之嚴重度。
- 四、經直腸超音波檢查：**超音波探頭經由肛門伸入至直腸，檢視攝護腺肥大程度、解剖結構或有無攝護腺癌的可能。
- 五、經靜脈尿路攝影：**經由靜脈注射水溶性顯影劑，使腎盂輸尿管與膀胱顯影，藉以檢查尿路系統的變化。

一般患者於泌尿科求診時，常會被醫師詢問一連串解尿方面的問題。這些問題源自國際前列腺症狀評分問卷，總共有七項。依積分的高低可輔助泌尿科醫師評估攝護腺肥大症狀的嚴重程度，以安排合適的治療。

攝護腺肥大的治療目前有藥物治療、經尿道電刀攝護腺刮除術、經尿道雷射攝護腺汽化手術等。目前藥物治療的主流有兩類藥物，分別是甲型交感神

經阻斷劑與男性賀爾蒙抑制劑。前者作用於尿道旁的肌肉使其放鬆而讓小便順暢；後者則以減少男性賀爾蒙分泌降低攝護腺組織的增生。

若藥物治療後效果不佳，或是病人出現血尿、反覆性尿路感染、尿路結石、急性尿滯留或兩側性腎水腫甚至引起腎衰竭時，則須考慮外科手術治療。經尿道電刀攝護腺刮除手術是目前最常被使用來治療攝護腺肥大的外科術式，泌尿科醫師以內視鏡電刀將攝護腺的組織一片一片刮除，疏通被阻塞的尿道。術後拔除尿管後，病人可以立即感受到解尿症狀的改善，因此是目前主流的做法。手術的相關併發症包括術後出血、感染、逆行性射精等。

近年科技的進步，泌尿科學界發展出新的治療方式「經尿道雷射攝護腺汽化手術」。此種手術方式是利用高能量的雷射，將阻塞住尿道的攝護腺組織瞬間汽化而疏通尿道。相較於傳統的電刀手術，術中的出血量較少且復原的時間較快。因其止血效果較好，也可用於治療過去風險較高的高血壓、心臟病或凝血功能異常的攝護腺肥大病人。

台灣已轉變為高齡化社會，然而一般大眾對於高齡長者的健康議題卻尚不熟悉。關於攝護腺方面的保健，筆者提供幾點建議給中高齡男性作為參考：

1. 50 歲以上男性應定期健康檢查，特別留意尿液中是否有發炎現象，並注意自己的腎功能。
2. 如果已知罹患攝護腺肥大，請特別留

意尿液中是否有發炎或出血現象，並要定期抽血檢查腎功能及攝護腺特異抗原。

3. 晚餐以後限制飲水，盡量避免泡茶、

喝咖啡或任何刺激性或利尿性食物，以減少夜尿。

4. 若有排尿異常症狀，儘早諮詢泌尿科醫師並安排適當的治療。💧

賀

長庚科技大學校務暨專業類評鑑 全數一等

教育部及台灣護理教育評鑑委員會102學年度評鑑，受評之技專校院中，長庚科技大學校務行政暨所有受評教學單位，是唯一全數獲得「**一等**」的學校，表現最優！

長庚科大將秉持「以人為本，實事求是」之辦學理念，以「健康照護」為發展核心，朝建構「優質學府典範科大」的願景持續邁進，培育社會所需之專業人才。