

# 目錄

前 言 .....	1
甚麼是良性攝護腺肥大？ .....	2
攝護腺解剖圖 .....	3
為何會發生良性攝護腺肥大？ .....	4
良性攝護腺肥大常見的症狀 .....	5
診 斷 .....	6
治療方法 ① 藥物治療 .....	7
治療良性攝護腺肥大之藥物比較表 .....	8
治療方法 ② 手術治療 .....	9
如何維護攝護腺健康 .....	10
泌尿科醫師的叮嚀 .....	11
國際攝護腺症狀評分表 (I-PSS) .....	12



# 前言

各位親愛的朋友大家好：

擁有健康的身體是每一個人基本的目標，本學會為傳遞正確的泌尿科知識，特別召集各領域泌尿專家學者，以其多年的臨床經驗，使用深入淺出的文字，解決您在泌尿疾病方面的疑問。手冊內容簡潔易懂，具有可讀性及實用性，適合做為您平日自我健康管理的隨身書。

本系列手冊包含男女性、兒童泌尿疾病、泌尿腫瘤及一般泌尿疾病的介紹，包含其臨床症狀、診斷、治療方式與預防保健說明，希望您透過醫療團隊以及本書的資訊，協助您對疾病有更詳細的了解，配合醫師的專業指導，恢復身體健康。

本學會歷年來致力於民眾衛教宣導，期許幫助您解決相關疾病疑問，增進與醫護人員溝通，希望藉由每一次小小知識的累積，使您的生活品質更加提升及改善。「泌尿系統健康，生活更美好」，相信本手冊能讓您對泌尿系統保健有更進一步的認識，如您有任何泌尿科相關問題，歡迎以 E-mail 或傳真方式洽詢本會。

衷心祝福您 身體健康、萬事如意！



台灣泌尿科醫學會理事長

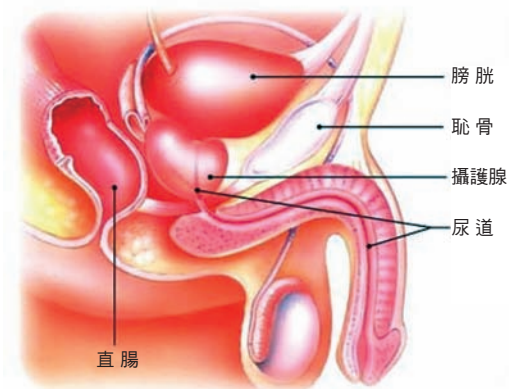
黃一勝 謹識

中華民國 103 年 8 月 1 日

## 何謂良性攝護腺肥大？

許多男性一生中或多或少都會經歷與攝護腺有關的問題，若發生這些問題，最明顯的症狀就是排尿困難。攝護腺問題若發生在較年輕的男性，通常是因為感染或發炎而引起攝護腺炎，在年紀較大的男性則大多是由於攝護腺肥大或攝護腺癌。

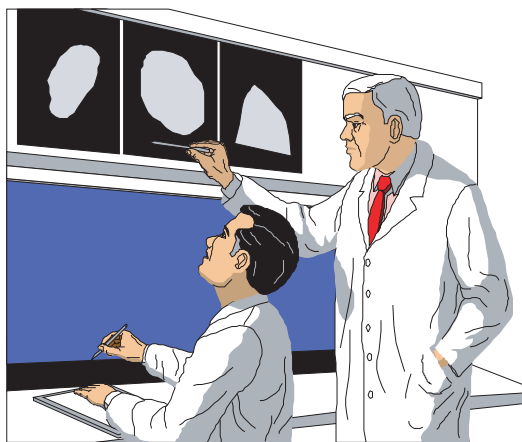




## 攝護腺解剖圖

攝護腺是一種腺體器官，又稱前列腺，位在恥骨和直腸間，膀胱的下面，它的形狀和大小類似於胡桃，重量正常約 20 公克。

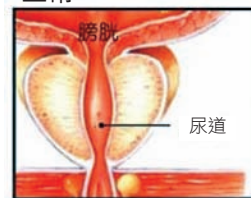
攝護腺的功能是製造大部分的精液，以幫助男性生殖能力，攝護腺包住尿道的最上段。而尿道是一條從膀胱排出尿液的通道。



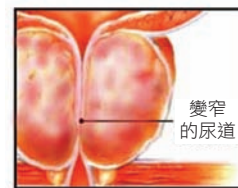
## 為何會發生良性攝護腺肥大？

正常情況下，年輕男性的攝護腺不會壓迫到尿道。只有在攝護腺感染或發炎（攝護腺炎）時，可能會讓尿道變狹窄，使得排尿時會有灼熱感。從 40 至 45 歲開始，攝護腺可能會因為內部長出良性腫瘤而變大，原因可能包括老化、男性賀爾蒙失調，慢性發炎有關，這種疾病稱為良性攝護腺肥大。肥大的攝護腺會壓擠尿道，就像用手壓軟橡膠水管一樣，會造成膀胱排尿困難或尿不乾淨。

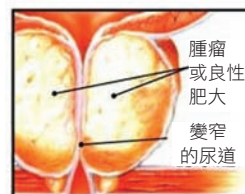
正常



攝護腺炎



良性攝護腺肥大



# 良性攝護腺肥大

## 常見的症狀

### 刺激性症狀：

- 頻尿：每天排尿次數大於 8 次以上。
- 急尿：一種想要排尿的急迫感。
- 夜尿：睡覺後還會起床尿尿。

### 阻塞性症狀：

- 排尿遲滯：剛開始排尿時，要等上一段時間才解得出來。
- 排尿困難，尤其發生在剛開始要排尿時。
- 需要用力擠壓才能開始排尿。
- 膀胱排空不完全，而有餘尿的感覺。
- 尿流的力量減弱。
- 斷斷續續的排尿。
- 排尿後滴滴答答。

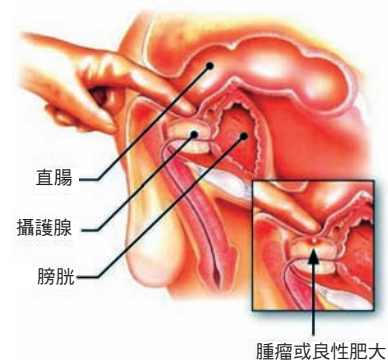


## 診 斷

您的醫師會做詳細的問診，包括您和您家人的泌尿科病史與排尿相關的症狀，以及您目前是否正在服用藥物。

肛門指檢能幫助您的醫師診斷您這些症狀的可能原因。肛檢時，您的醫師會用食指伸入您的直腸，然後觸診攝護腺。這項檢查能評估攝護腺的大小、外型 and 軟硬程度，是否有異常的硬塊結節，另外還可檢查是否有腫瘤存在。

其他檢驗室檢查，包括：尿液分析、超音波、尿流速檢查、排尿後膀胱餘尿檢查、尿液細菌培養、血清攝護腺特異抗原（PSA）檢查（用來篩檢攝護腺癌）和其他相關的血液檢查。



# 治療方法

良性攝護腺肥大，如果症狀輕微，醫師可能會建議繼續觀察，病況較嚴重時會以藥物或手術來積極治療。治療的藥物主要分為鬆弛攝護腺內部和四周平滑肌肉的  $\alpha$  阻斷劑，以及縮小攝護腺腺體的  $5\alpha$  還原酶抑制劑兩種，均須長期服用，以舒緩症狀。

## 1 藥物治療

1.  $\alpha$  阻斷劑：能放鬆攝護腺基質、尿道和膀胱頸等部位的平滑肌肉，使尿液順利排出，改善排尿困難、尿急、頻尿及夜尿等問題。不過根據臨床研究顯示長期服用此類藥物無法防止攝護腺繼續腫大，最後仍然可能需要手術治療。

2.  $5\alpha$  還原酶抑制劑：男性荷爾蒙可刺激攝護腺生長，抑制  $5\alpha$  還原酶可阻斷男性荷爾蒙的作用途徑，使肥大的攝護腺變小、改善尿流速，同時減除症狀和治療病因，並能降低急性尿瀦留和相關手術的可能性。

3. 在某些情形下，您的醫師會考慮合併使用上述兩類藥物治療請與您的醫師討論。

4. 抗乙醯膽鹼藥物：可改善尿急、頻尿、夜尿等症狀，視情形可合併以上藥物使用或單獨使用。



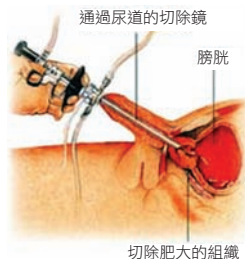
## 治療良性攝護腺肥大之藥物比較表

	$\alpha$ 阻斷劑	$5\alpha$ 還原酶抑制劑
藥效	鬆弛攝護腺與尿道平滑肌，改善排尿問題，作用快。	使肥大的攝護腺變小，改善尿流速，進而改善排尿症狀。 也能降低急性尿瀦留和相關手術的可能性，作用慢。
副作用	少數病患會產生姿勢性低血壓，頭暈，無力。	少數病患會產生性慾降低或性功能障礙。



## 2 手術治療

- 經尿道攝護腺切除術 (TURP)，是攝護腺肥大最常使用的開刀方法。此方法是經由尿道內視鏡直視下以電刀切除肥大的攝護腺組織。



- 經尿道攝護腺切開術 (TUIP)，您的醫師會在肥大的攝護腺上縱向切開，以減輕攝護腺對尿道的壓力，對於較小較緊的攝護腺有效。

- 攝護腺開刀切除術，如果攝護腺肥大的體積較大，可能會考慮經下腹部或會陰部開刀切除。

- 雷射治療：利用高能量的雷射透過雷射光纖的傳導，可以將肥大的攝護腺組織瞬間氣化移除；但是健保目前不

給付，需自費接受治療。目前常見的雷射主要包括了鈣雷射、綠光雷射、二極體雷射、鈦雷射等。



- 其他：包括高溫療法、微波療法，但目前較少醫師使用。

## 如何維護攝護腺健康

早期診斷是維護攝護腺健康的不二法門。50 歲以上每年都要定期的接受攝護腺的篩檢（包括：肛門指檢及必要之血清攝護腺特異抗原檢查），並且告訴醫師您解尿的情形，如果出現攝護腺肥大常見的症狀，請盡快就醫。良性攝護腺肥大或攝護腺癌之症狀非常類似，只要能定期檢查和保持健康，必要時及早就醫，就是給自己一個高品質生活的最好機會。

### 民眾的常見問題：

#### 1. 我的藥要服用多久？

一般而言，攝護腺肥大患者的藥物治療屬於症狀治療，所以停藥後，症狀可能會再復發。

#### 2. 我有需要動手術嗎？

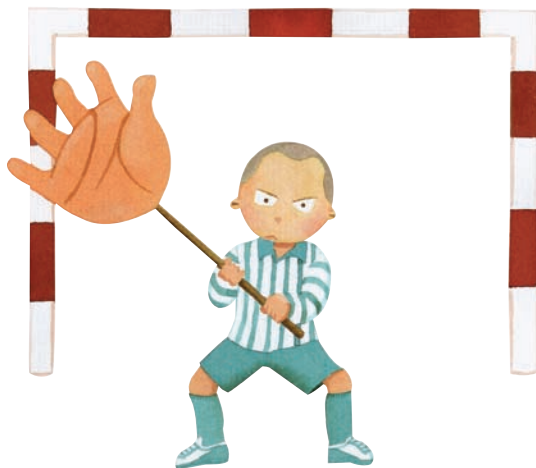
攝護腺肥大需要手術治療的適應症有：持續血尿、膀胱結石、急性尿瀰留、反覆感染及腎功能惡化，或服藥後症狀無法改善，及不能忍受藥物副作用等。您的醫師會依您的病情及藥物治療的效果建議您是否考慮接受手術治療，如仍有疑問，請與您的醫師討論。

#### 3. 如何保養我的攝護腺？

保養您攝護腺的方法有：避免刺激性的食物（如：辛辣的食物，烈酒...）、適量的飲水及適度的運動、不憋尿、不久坐、維持正常性生活及正常的生活起居，多吃蕃茄和綠色蔬菜等。



## 國際攝護腺症狀評分表 (I-PSS)



### 泌尿科醫師的叮嚀

良性攝護腺肥大的症狀是頻尿、夜尿、排尿困難等，雖不會致命，但會嚴重影響個人的工作及生活起居，所以治療是必要的。如果治療得當，生活品質得以提昇，因此我們建議有良性攝護腺肥大的朋友，千萬不要拖延，宜及早就醫，以提升良好的老年生活品質。右邊是國際攝護腺症狀評分表，如果您第一題到第七題總分加起來大於等於 8 分，建議您到泌尿科門診診治。

	完全沒有	五次內不到一次(偶爾)	不超過一半(三不五時)	大約一半(一半一半)	超過一半次數(經常)	都是如此(總是)	症狀的評分
1. 在過去一個月內，您是否有小便解不乾淨的感覺？	0	1	2	3	4	5	
2. 在過去一個月內，您是否不到兩小時還要再去小便一次？	0	1	2	3	4	5	
3. 在過去一個月內，您是否有小便斷斷續續的現象？	0	1	2	3	4	5	
4. 在過去一個月內，您是否有憋不住尿的感覺(尿急就憋不住)？	0	1	2	3	4	5	
5. 在過去一個月內，您是否有小便無力的感覺？	0	1	2	3	4	5	
6. 在過去一個月內，您是否有需要用力才能解出小便？	0	1	2	3	4	5	
	完全沒有	一次	二次	三次	四次	五次或以上	
7. 在過去一個月內，晚上睡覺時您一般需要起床小便幾次？	0	1	2	3	4	5	
症狀計分的總評分							
因泌尿系統疾病的症狀而影響了生活品質							
	非常滿意	滿意	還算滿意	無所謂	不大滿意	不滿意	非常不滿意
如果您以後日常生活的小便情形都和現在一樣，您會覺得如何？	0	1	2	3	4	5	6
評分：							

附註：本衛教資料經王炯理醫師審訂修正。







TUA Edu 002

發行人 / 黃一勝

發行單位 / 台灣泌尿科醫學會

編輯單位 / 台灣泌尿科醫學會尿路動力學暨婦女泌尿學委員會

贊助單位 / 元佑實業有限公司

台灣安斯泰來製藥股份有限公司

台灣第一三共股份有限公司

台灣諾華股份有限公司

荷商葛蘭素史克藥廠股份有限公司

臺灣阿斯特捷利康股份有限公司

賽諾菲股份有限公司

(按公司名稱筆畫排列)

電話 / (02) 2729-0819

傳真 / (02) 2729-0864

會址 / 11051 台北市信義區基隆路一段 432 號 6 樓之 1

E-mail / 2008tua@gmail.com

網址 / <http://www.tua.org.tw>

美術製作 / 晶銀印刷設計有限公司

發行日期 / 一〇三年八月一日 再版