

## 良性前列腺肥大

前列腺約胡桃般大小，只存在於男性身上，位於膀胱之下，包圍著尿道—尿液由膀胱流至陰莖的管道。前列腺分為三個區域：中心、過渡及周邊地方。前列腺其中一個主要作用是生產精液的液態成分，讓精子能自由活動。

良性前列腺肥大是由前列腺中心的前列腺細胞過度生長引起。增大的前列腺壓迫尿道，減弱尿液的流速。患病的男性會發現膀胱越來越難以排空。

良性前列腺肥大是很普遍的，50歲以上的男士有三分之一受影響。雖然有些病徵與前列腺癌的非常相似，但這並非前列腺癌。所以如果你排尿開始有困難，便應該看醫生。

### 病徵

如果你發覺有以下任何一種病徵，便應看醫生：

- 猶豫（開始排尿時感到困難）
- 尿液流速緩慢
- 排尿時需用力
- 感到尿液未被完全排清
- 頻頻去洗手間，甚至要在夜間起牀數次
- 有灼熱的感覺或排尿時感到痛楚

### 診斷

醫生會詢問你的病徵和身體整體的狀況，以及其他相關資料，找出病徵對你有甚麼壞的影響以及為你帶來甚麼不便。

肛門指檢用以檢查你的前列腺的大小和一貫性。醫生會把一隻手指，放進你的直腸進行檢查。雖然這可能使你感到不舒服，但你並不會感到痛楚。許多男性覺得肛門指檢的做法令人十分尷尬，但你要記著這只是普通科醫生常常執行的簡單程序。

醫生也會檢查你的腹部，查看膀胱有沒有膨脹。膨脹的膀胱可能表示它還未完全排空（長期的尿液滯留是無痛的）。

其他測試則用來確保你的排尿問題是由於良性前列腺肥大，而非由其他疾病引致。尿液樣本檢驗是測試會否有感染或血液在尿液內。

血液測試，包括前列腺特定抗原測試，量度由前列腺產生的一種酶的數量。若酶處於高水平，即表示你患有前列腺癌。其他血液測試包括評估你的腎功能以及檢查血糖，看看你有沒有患糖尿病。有這兩種問題的患者都會出現泌尿方面的症狀。

其他較少用的測試，包括尿液流量測試；以超音波測量留在膀胱的尿液及檢查有沒有腎石；尿動力的量度（使用細小的導管，通過你的陰莖插入膀胱，以量度膀胱內的壓力），還有經直腸超音波檢查（即把超音波探測裝置放入直腸，以觀察前列腺）。若懷疑是癌症，醫生可能會用針取出前列腺的活體組織作為化驗樣本。

### 治療

良性前列腺肥大主要採用的治療方法是藥物或手術。可是，一些只有輕微病徵的男士會選擇「邊觀察邊等待」，即先不作治療，而是在例行檢查中密切地監察病情進度，如有惡化，才選擇接受治療。

### 藥物療法

現在主要有兩種藥物治療良性前列腺肥大：

- 甲型交感神經阻斷劑
- 5 $\alpha$ 還原抑制劑

甲型交感神經阻斷劑能放鬆膀胱頸部和前列腺內的肌肉，減低尿道的壓力，加快尿液的流速。它們並不能治癒良性前列腺肥大，但有助減輕某些病徵。約60%的男性發現他們的病徵會在甲型交感神經阻斷劑治療的首兩至三個星期內顯著改善。現時有幾種不同的5 $\alpha$ 還原抑制劑，它們是doxazosin (Cardura)、terazosin (Hytrin)、tamsulosin (Flomax)、alfuzosin (Xatral)及prazosin (Hypovase)。它們也可用

來醫治高血壓。甲型交感神經阻斷劑最常見的副作用是疲倦、頭暈和頭痛。

5 $\alpha$ 還原抑制劑能抑制引致前列腺增長的激素DHT的產生。此類藥物中，治療良性前列腺肥大最常採用的是Finasteride (Proscar)。這種藥和甲型交感神經抑制劑不同，它們能某程度上減輕良性前列腺肥大，令你不必要馬上做手術。

Finasteride 可能引起的副作用包括性慾降低，勃起有困難。你可能需要數月的治療才會見效。

### 植物提煉

一些植物提煉據稱可減輕良性前列腺肥大，雖然證明它們有效的證據不多。可是，有些科學證據顯示棕櫚的提煉頗有療效。很多人，特別是在德國，都把它拿來治療良性前列腺肥大。如果你決定嘗試植物療法，最好先與你的醫生或藥劑師商量，因為它可能會與傳統的藥物產生不良影響。

### 手術

醫治良性前列腺肥大，主要有三種手術可供選擇：

- 經尿道前列腺切除術
- 經尿道前列腺切開術
- 經下腹前列腺切除術

經尿道前列腺切除術是治療良性前列腺肥大最常見的手術。手術通常在全身麻醉下進行。一條名為「前列腺切除鏡」的幼長儀器會放入尿道，它的末端有一個小光源和晶體，像望遠鏡一樣，讓醫生可以直接或間接地透過螢光幕檢視前列腺。前列腺切除鏡末端有一圈電線，供應精確操控的電流，用來切除前列腺增大的部分。

經尿道前列腺切除術很有效，超過90%男士發現手術後有好轉。可是，它跟任何手術一樣，都會有副作用和併發症。最常見的副作用是逆行性射精，是指精子在高潮時不流到陰莖而流進膀胱，有時稱之為「乾性高潮期」。雖然這樣會減低生殖力，但通常不構成問題。手術的併發症包括有輕微小便失禁，或尿道受損以致尿道狹窄，令排尿時有困難。

經尿道前列腺切開術適用於前列腺增大較輕微的男士，這手術比經尿道前列腺切除術更快速，移除的組織也較少。手術在全身或脊神經麻醉下進行。跟經尿道前列腺切除術一樣，儀器會經陰莖尿道放入，但不會用來移除前列腺的部分，而是在膀胱頸和前列腺之間的位置作一些切口。這手術能減輕尿液阻塞。

經下腹前列腺切除術只建議供前列腺非常大的男士使用。這是一個重大的手術，需在全身麻醉下進行。切口會開在下腹，以移除前列腺的中心部分。

### 其他治療

激光療法（使用激光探測器切除前列腺組織），和經尿道微波溫熱療法（通過探測裝置輸送熱量，以移除前列腺組織）都是越來越常用的良性前列腺肥大療法。

### 預防

雖然現在還未知道為甚麼只有某些男性會患上良生前列腺肥大，但年齡越大，患此病機會明顯越高。睾酮肯定與良性前列腺肥大的形成有關，而女性激素（雌激素）也有可能也有影響。有研究認為中東的男性受大豆成分偏高的飲食保護，能避免患上良性前列腺肥大，因為大豆含有像雌激素的物質。

目前，只有很少方法可預防良性前列腺肥大，但如果你出現泌尿方面的病徵，便應看醫生。一旦發現有任何問題，也可迅速而適當地處理；而及早作出治療，總比較簡單。

### 索取更多資料

American Prostate Society

<http://www.ameripros.org/bph.html>

National Kidney and Urologic Diseases Information Clearinghouse

<http://www.niddk.nih.gov/health/urolog/pubs/prostate/index.htm>

智康資源中心

電話：(852) 2849 2400

傳真：(852) 2849 2900

電郵：[info@healthwise.org.hk](mailto:info@healthwise.org.hk)

網址：[www.healthwise.org.hk](http://www.healthwise.org.hk)

本資訊謹用作參考用途，如欲索取詳細意見及專業建議，請向您的私人醫生查詢。

Supported by  
[www.healthwise.org.hk](http://www.healthwise.org.hk)



Sponsored by  
BUPA



Assured by  
The University of HK

