

結論

超過 50 歲以上的男性民眾除了每年一次定期至泌尿科門診檢查外，平日亦應多運動、多喝水、多食用水果與大豆製品；少憋尿，少飲用含酒精、咖啡因飲料，少食用高膽固醇、高油脂食物，以免成為攝護腺肥大的高危險群。

若您發現有攝護腺肥大的症狀，可請教泌尿科專科醫師，大多數都可以用藥物控制的不錯，只有少部分需要開刀治療。

本著作非經製作人同意，不得轉載、翻印或轉售
著作權人：義大醫院
表單編碼：HA-2-0014(1)

第二版100/6/1修訂



■ 何謂良性攝護腺肥大症？

良性攝護腺肥大又稱 BPH (Benign Prostate Hyperplasia)，是一種擾人的攝護腺病變、與老化有密切的關係，60 歲以上的男人超過半數都會受其影響。

■ 為何會造成良性攝護腺肥大？

良性攝護腺肥大是攝護腺的核心部分長出新的生成物，此作用似乎會隨著老化而發生。腫大的腺體有時候會擠壓尿道，阻礙尿液流動，造成排尿困難。

■ 攝護腺肥大症有哪些症狀？

常見的症狀包括：

1. 頻尿和尿急次數增加
2. 半夜起床小便次數增加
3. 無法控制排尿(小便)
4. 開始的排尿延緩(排尿躊躇感)
5. 尿流速率降低
6. 小便斷斷續續(間歇尿症狀)

7. 小便完仍有尿滴的情形
8. 膀胱排空不完全（小便完後仍感膀胱內殘留尿液）

■ 攝護腺肥大症的治療？

治療因攝護腺肥大所帶來的尿路阻塞、尿路發炎、排尿不便或腎功能不良。可簡單區分為『藥物』及『手術』治療。

使用的藥物包含：

1. 膀胱類鬆弛藥物—使膀胱頸及攝護腺收縮而增加排尿時的阻力，可減輕膀胱出口的壓力，有助於排尿。
2. 抑制男性荷爾蒙作用—由於男性荷爾蒙會刺激攝護腺生長，所以理論上抑制男性荷爾蒙的作用可以使肥大的攝護腺變小。

雖然目前治療攝護腺肥大的藥物已相當有效，但仍有些病人，因併發症或者藥物治療效果不彰而須轉為接受手術治療。