攝護腺肥大之手術治療

攝護腺雷射手術

文 泌尿科 楊凱富 醫師

陳爺爺退休後喜歡遊山玩水，可是有個問題一直難以啟齒，就是小便次數太頻繁，且很難憋住，甚至有時還會滲在褲子上，這使得需長時間搭遊覽車的陳爺爺都不敢喝水，對於旅遊社交的興致也大減。陳奶奶不忍爺爺為這症狀所苦，告訴了孝順的女兒，於是陳小姐帶著爸爸來到小港醫院泌尿科門診求助。

醫師使用國際攝護腺症狀量表（IPPS）評估陳爺爺的症狀，發現爺爺除了頻尿急尿之外，平常也有小便變慢中斷、解不乾淨、晚上睡著後仍須起床數次的明顯症狀，於是進一步安排了一系列檢查，包含：肛門攝護腺指診、尿液分析、尿流速檢查、超音波餘尿測量、經直腸攝護腺超音波、血清攝護腺抗原指數追蹤等，最後確診為嚴重攝護腺肥大且輕微影響膀胱功能。

醫師指導陳爺爺先調整飲食及排尿習慣，並輔以藥物治療來控制症狀，但是幾個月過去了，陳爺爺仍覺得效果不甚滿意，於是父親節前夕，陳小姐決定送爸爸一個父親節禮物，讓陳爺爺接受攝護腺雷射手術，自此擺脫攝護腺肥大的困擾。

小港醫院泌尿科有提供綠光、多波光、釹雷射及微拉雷射等各種雷射儀器，能夠讓攝護腺肥大患者享有等同於醫學中心層級的攝護腺雷射手術品質及設備。攝護腺雷射手術因為不在健保給付範圍，病患需要自費約15萬元，各種琳瑯滿目的雷射代表的只是不同波長的雷射，會有不一樣的物理特性及顏色，所以作用在攝護腺組織上，對於凝固止血、汽化、切割的能力各有優缺點。但無論使用哪一種雷射，相較於傳統的電刀刮除手術，都有出血量較少、恢復期較短、較少勃起功能障礙及較不易水中毒等等的優點。

隨著現代人的壽命越來越長，攝護腺肥大變成是高齡男性的專屬疾病，若不及早介入治療，除了直接影響生活品質之外，可能進一步會造成膀胱功能損壞，泌尿道感染、結石生成，甚至尿液逆流造成腎功能衰退、尿毒症。如果因攝護腺肥大演變至不可回復的膀胱功能喪失，即使接受雷射手術，手術的效果也會大打折扣。因此如果發現家中男性長輩或伴侶，或是自己有類似攝護腺肥大的症狀時，一定要盡早尋求泌尿科醫師的診治，為自己及家人的健康把關，畢竟健康才是人生幸福的不二法門，也才是送給自己以及家人最好的父親節禮物。

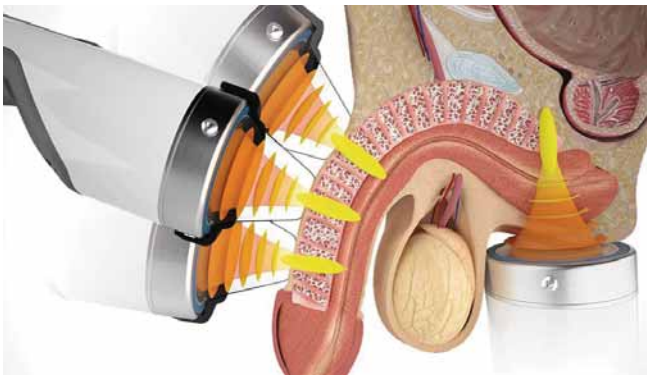
雷射 vs 傳統

治療種類	雷射手術	傳統電刀
手術方式	汽化或切割同步止血	切割後再止血
術中出血	少	多
術後出血	少	多
手術風險	低	高
手術時間	短	長
水中毒機會	低	高
併發症機會	低	高
影響勃起功能	低	高
術後復發率	低	高
尿管留置時間	短	長
住院時間	短	長
費用	自費 (15萬)	健保給付

低能量體外震波治療勃起障礙及慢性骨盆腔疼痛治療的新選擇

文 泌尿科 楊凱富 醫師

陰莖及攝護腺震波示意圖



From: https://www.storzmedical.com/disciplines/urology/product-overview/duolith-sd1-ultra-uro.html

35歲的廖先生來到小港泌尿科診間，表示這一年多來常有會陰不舒服的感覺，有時感覺會延伸到陰囊、陰莖、下腹部、甚至雙側腹股溝，射精後也常感覺酸痛。因為廖先生的工作必須輪班，這樣的不適感在輪完夜班、工作較勞累的時候，特別強烈。偶爾應酬，吃了較多刺激性的食物，多喝了點酒或多抽幾根菸，他也會感覺不對勁。他曾看過許多診所醫院，已確定診斷為慢性骨盆腔疼痛症候群，每次服藥後，症狀改善了他就自行停藥，也沒再回診，因此症狀一直反覆發作，於是他又換間醫院治療。這樣的情形已經讓他無法專心工作且不能好好休息，漸漸失去耐心且感覺沮喪焦慮。小港泌尿科的醫師請廖先生務必耐心配合完成整個療程，確實服藥及回診追蹤，並搭配最新的低能量體外震波治療，最後廖先生終於克服了這個惱人疾病。

60歲的王先生是個事業成功的商人，兒女也都已經成家立業，這樣的人生讓人稱羨。可是他來到小港泌尿科門診，原來他覺得最近"房事"不如意，醫師詳細詢問了相關的症狀及病史，發現他有三高疾病長期藥物控制，而且合併有性慾降低、勃起硬度下降、容易疲勞、活力減低、情緒低落等男性更年期症狀，國際勃起功能指標量表（IIEF）也顯示勃起硬度、勃起持續的時間、房事的完成度及滿意度都差強人意。王先生曾自行購買威而剛使用，但是效果時好時壞。於是在醫師評估沒有相關禁忌症之後，給予王先生賀爾蒙補充，口服犀利士每日錠治療，並加上最新的低能量體外震波治療，王先生終於遠離男性更年期的困擾，回到年輕時的意氣風發，再展雄風。

低能量體外震波治療（Low-intensity extracorporeal shockwave therapy, LI-ESWT）為非侵入性治療，利用震波刺激可以增加治療部位的血管新生，增強血液循環，活化幹細胞，修復發炎組織與神經，調節疼痛訊號的傳遞，降低會陰部肌肉張力與痙攣，進而改善勃起功能及骨盆腔疼痛。衛福部已於2015年核可低能量體外震波用來治療勃起功能障礙及慢性骨盆腔疼痛症候群，台灣男性學醫學會亦將其列為治療勃起功能障礙與慢性骨盆腔疼痛症候群的第一線可選擇治療或傳統口服藥物的輔助治療。且療程結束後，療效仍可維持一段時間，可能可以針對真正病因加以治療，亦可視病情需要，重複接受治療。如果震波能量過高，恐怕造成陰莖瘀青、血腫、纖維化及血尿等併發症，而且治療部位需正確針對陰莖海綿體及攝護腺，並且治療時的震波能量及頻率設定、施打次數及位置、以及治療療程均須依不同機型設備做調整，因此小港醫院泌尿科是由受過完整低能量體外震波治療訓練的泌尿專科醫師執行治療，過程不需任何麻醉，全程密切觀察病患是否有任何不適或併發症，比起藥物或其他侵入性治療都來的安全許多。惟低能量體外震波治療不在健保給付範圍，必須自費，目前建議針對勃起功能障礙療程為4-12次，而建議針對慢性骨盆腔疼痛症候群療程為4-6次，每次療程約20分鐘。

如果您有勃起功能障礙或是慢性骨盆腔疼痛症候群的症狀，已經尋求各種治療方法但還是效果不彰，低能量體外震波治療是一個臨床醫學證實效果不錯的治療新選擇。

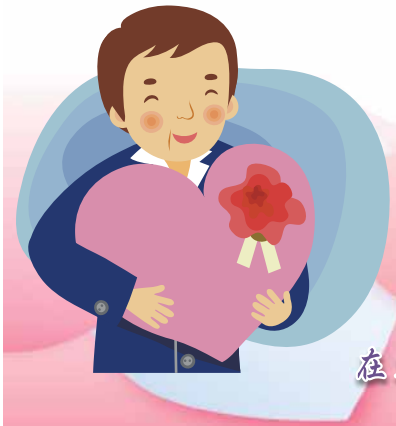
淺談 攝護腺癌與攝護腺肥大

文 護理部
蔡麗君 專科護理師

又到了一年度的父親節，送老爸最好的禮物就是健康，根據美國癌症協會指出，一〇四年美國男性罹患攝護腺癌人數有二十二萬，高居男性癌症首位，且據最新台灣癌症登記報告，攝護腺（前列腺）癌死亡率高居105年十大癌症死亡率統計第6名之位。尤其六十歲以上男性隨著年齡增長，罹患率也提高。「攝護腺癌早期通常無明顯症狀，初期症狀大多為常會伴隨有排尿困難、尿流速度慢、頻尿、夜尿等問題，和良性攝護腺肥大症狀相似，因此容易被輕忽，建議五十歲以上的男性，或四十五歲以上有家族攝護腺癌病史，須每年抽血檢驗攝護腺特異抗原（PSA）篩檢及早治療。」

攝護腺癌的篩檢方式，分為肛門手指觸診、超音波、切片檢查與血液檢查，其中抽血檢驗攝護腺特異抗原（PSA）為常見的攝護腺癌篩檢方式，一般PSA正常值上限介於2.5-4 ng/ml，受到年齡與其他生理因素影響範圍不同，若PSA值超出4以上，則可能有罹患攝護腺癌之危險。

若攝護腺癌侵犯到貯精囊，便有可能出現射精有血，若進展到骨頭轉移時，更會引起骨骼疼痛，以上情形，一開始很難察覺其嚴重性，等到確診時常常已是末期攝護腺癌，所以，呼籲爸爸們有排尿困難、血尿、血精等問題，應趕緊就醫篩檢及早期治療。



『良性攝護腺肥大症』，簡稱BPH（Benign Prostatic Hyperplasia），隨著現代人飲食習慣、生活方式的改變，越來越多的中老年人受到攝護腺肥大的困擾。由臨床上的經驗，隨著年紀愈大，症狀就更明顯，50歲以上的男性慢慢地會有這方面的問題。嚴重時，膀胱可能脹滿尿液解也解不出，苦不堪言。

攝護腺肥大會影響排尿，導致頻尿、多尿症狀，降低生活品質，發生初期醫師多會用藥物治療，控制攝護腺肌肉減少尿道阻力，但隨時間增加，增生組織會越來越大；當藥物治療都無效，症狀愈來愈嚴重，就要藉由手術切除攝護腺，傳統尿道內視鏡刮除手術，由於容易流血，術後必須頻繁使用生理食鹽水清洗導尿管，併發症風險較高外，術後痊癒時間也較久，好處是目前健保有給付。若經尿道電刀刮除手術對於身體狀況不佳，如腦中風、心臟血管疾病、慢性阻塞性肺部疾病或糖尿病等高危險群仍較危險。對於高危險群的個案，目前攝護腺肥大較新的手術，一樣利用內視鏡伸入尿道觀察，但是使用雷射高溫汽化，達到切除攝護腺目的，由於出血量少，使用生理食鹽水清洗導尿管，可同時切割攝護腺組織送驗，手術風險能夠大幅度降低，住院觀察三日返家，但手術費用健保不給付，約在15萬多元左右。

由於攝護腺癌初期症狀與攝護腺肥大十分類似，常會伴隨有排尿困難、尿流速度慢、頻尿、夜尿等問題。所以，建議男性朋友一旦出現上述排尿不適等症狀時，應立即尋求本院專業泌尿科醫師的協助，及早診斷、治療較有保障。

在父親節前夕，讓小港醫院泌尿科團隊一起守護爸爸的健康！

健康關懷是給爸爸最好的禮物

淺談中年爸爸幸福危機～陰莖勃起障礙

文 護理部 顏令鉛 護理師

男性隨著年紀增長，體內的睪固酮分泌量會逐漸下降，合併其他疾病、藥物、壓力與情緒等問題，性慾（libido）與性功能（potency）都可能出現障礙。男性的性功能障礙為下列三種：睪固酮低下、勃起功能障礙與射精障礙，所謂陰莖勃起功能障礙是俗稱的「陽萎」。

根據國內研究統計，40歲以上的男性陰莖勃起功能障礙發生率達18%，是爸爸們常見的疾病，其發生率高達52%嚴重影響夫妻性生活，代表老化現象。若以性荷爾蒙及性功能衰退來定義更年期陽萎，正所謂男性更年期的徵象，除了性慾降低，陰莖勃起功能變差、射精後再次勃起的時間間隔變長、精液量少、射精無力、睪丸重量及體積下降，所以陽萎正是男性更年期變化中最明顯且最令人焦慮的。

中年男性的勃起障礙，可區分五項主要護理重點，只要早期預防、早期治療症狀都能獲得改善：

一、充足睡眠

充足的睡眠是提高性能力的主要方法，也是預防性功能障礙的方法之一。另外，睡眠充足可以增強人體免疫系統，各系統的反應功能也會更加靈敏，當大腦接收到性刺激後，會積極做出回饋。

二、飲食均衡

高血壓及高膽固醇會增加動脈粥狀硬化的風險，可能導致性功能障礙的發生。所以健康的飲食習慣可改善人體心血管的狀況，從而提高生殖器官供血的能力。此外，均衡的營養可降低男性的膽固醇達到水平，減緩動脈粥狀硬化，進而改善性慾低下等問題。

三、適當運動

依照333法則有效運動定義為每週運動3次、每次運動30分鍾、心跳達到每分鐘130次以上。良好的身體狀態是性生活的前提保證，如慢跑、散步、太極等都是適合大多數男性的選擇。但有時選擇運動項目也需講究，例如長時間騎自行車會嚴重壓迫男性會陰部，造成攝護腺充血進而發生急性或慢性攝護腺炎，故不推薦騎自行車。

四、謹慎使用藥物

許多藥物會影響性慾和性的表現，例如抗抑鬱藥、利尿劑、抗過敏藥、消化道潰瘍藥、降血壓藥物和止痛藥等，病患在使用時，必須遵從醫師指示服藥並密切注意性生活是否規律，如果出現問題，應及時與醫生溝通，再選擇其他藥物進行治療，以降低藥物對性的影響，可鼓勵多補充含鋅食物，例如帶殼海鮮牡蠣、蝦子，蛤蠣等少量多餐以避免膽固醇囤積，蔬菜類可多攝取洋蔥，南瓜子，山藥等，營養食品可攝取鋅錠、DHEA（身體中含量最豐富的一種賀爾蒙前驅物，主要由腎上腺皮質製造，能轉換為維持生理機能所必須的男女荷爾蒙）以上營養食品都須符合國家認證合格標準方可食用，勿隨意聽信民間偏方或食用來路不明之壯陽藥。

五、規律性生活

所謂規律性生活依統計學推論公式計算，舉例說明：以一位50歲中年男性（50-59歲就是用5）也就是年齡的十位數。其計算方式：50歲*9=平約每4周5次性行為，故平均一星期1-2次性行為，就是「九九射精表」。

日常生活中夫妻要有共同興趣，生活規律、勿經常熬夜或強迫性行為、互相體諒勿指責、雙方勿給壓力，建立夫妻和睦幸福和諧的家庭。另值得一題，可利用自費方式使用陰莖震波治療（LI-ESWT）或保養，如若需要請洽2樓泌尿科性福專線07-8036783轉3262

以下是男性睪固酮缺乏ADAM調查表，提供民眾初步自我檢測，若有第1項、第7項或其他8項中任何3項之情形，可能懷疑是否睪固酮缺乏，然後抽血檢驗測血中睪固酮的濃度，就可確定診斷。

中老泥年男性睪固酮缺乏ADAM(androgen decline in the aging male)調查表	
1.是否有性欲降低的現象？	□是 □否
2.是否覺得比較沒元氣(活力)？	□是 □否
3.是否有體力或耐受力下降的現象？	□是 □否
4.您的身高是否有變矮？	□是 □否
5.您是否覺得生活變得比較沒樂趣？	□是 □否
6.您是否覺得悲傷或沮喪？	□是 □否
7.您的勃起功能是否變得比較不堅挺？	□是 □否
8.您是否覺得運動能力變差？	□是 □否
9.您是否在晚餐後打瞌睡？	□是 □否
10.您是否有工作表現不佳的現象？	□是 □否