

## 良性前列腺肥大 Benign prostatic hypertrophy

### 一、什麼是前列腺肥大：

前列腺位於膀胱出口處，包圍著尿道。男性中年以後，前列腺幾乎都有不同程度的肥大，屬一種良性增生的變化

### 二、原因：

真正原因並不清楚，可能與老化過程及荷爾蒙變化有關

### 三、症狀：

- (一)解尿遲緩、頻尿、夜尿、滴尿、尿流變細而且微弱無力，有時小便會中斷，要分好幾次才能解完
- (二)嚴重者會因前列腺肥大塞住膀胱出口，以致小便無法排出，導致輸尿管、腎臟水腫、腎盂腎炎，甚至會造成尿毒症

### 四、臨床處置：

- (一)保守療法：放置留置導尿管、人工膀胱造瘻術、藥物治療
- (二)手術療法：經尿道前列腺切除術（TURP）或採綠光雷射、鈹雷射等新方式
  - 1.腹部無傷口，手術時間短，流血較少，恢復迅速，併發症少，安全性高
  - 2.因大多為年老患者，故手術中及術後可能發生腦血管和心臟病等意外及續發性出血、副睪丸炎、尿道狹窄、尿失禁、陽萎、膀胱頸攣縮等併發症

### 五、飲食：

- (一)白天應多攝取水分、若有夜間頻尿情形，則晚上不要喝太多水
- (二)多攝取蔬菜、水果等高纖維之食物，避免便秘
- (三)睡前避免飲用多量含利尿成份的飲料，如咖啡、茶或啤酒

### 六、居家照顧：

- (一)按時服藥
- (二)每天應多攝取水份及蔬菜水果等高纖維之食物，以保持排便通暢，避免用力解便，導致血尿

- (三)勿憋尿，並觀察尿液顏色及量，當色如蕃茄汁或有解尿困難時，需立即至急診就診
- (四)手術治療後三個月內勿做劇烈運動及粗重工作，如上、下樓梯、大笑及劇烈咳嗽，以防出血
- (五)勿讓他人乘載機車、腳踏車；勿長時間開車
- (六)若一切情況都正常時，1 個月後可恢復性生活

## 七、參考資料

李和惠等（2019）·內外科護理學（六版）·台北：華杏。

王桂芸等（2020）·新編內外科護理學上冊（五版）·台北：永大。

No.B0201

臺北市立聯合醫院護理部 111 年 6 月 30 日修訂