

## 良性前列腺肥大

### Benign prostatic hypertrophy

#### 一、何謂前列腺肥大：

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

#### 二、原因：

真正原因並不清楚，通常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、鈹雷射等微創治療方式
  - 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.因大多為中老年患者，故手術中低於 1%發生副睪丸炎、膀胱攣縮及急迫性尿失禁等併發症(手術前如服用慢性病藥物需經醫師評估是否停藥)

#### 五、飲食：

- (一)白天應多攝取水分、若有夜間頻尿情形，則睡前 2-3 小時不要喝太多水
- (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，當尿色如鼻血合併解尿困難時，需立即至急診就診
- (四)手術治療後一個月內勿做劇烈運動及粗重工作，如騎腳踏車及提超過20公斤物體，以防出血
- (五)若一切情況都正常時，一個月後可恢復性生活

## 七、參考資料

- 黃奕燊(2021)·雷射前列腺剝離剷除手術·*臨床醫學月刊*，88(5)，702-704。  
[https://doi.org/10.6666/ClinMed.202111\\_88\(5\).0117](https://doi.org/10.6666/ClinMed.202111_88(5).0117)
- 楊玉娥、陳宇平、李和惠、胡月娟、曾月霞、陳淑芬(2021)·生殖系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱，*成人內外科護理下冊*(八版，932-941)·華杏。

No.B0201

臺北市立聯合醫院護理部 114年04月22日修訂