

什麼是前列腺肥大？

前列腺是男性特有腺體，位於膀胱下方並包圍尿道，主要分泌精液成分。隨著年齡增長（尤其 50 歲以上），男性荷爾蒙變化會刺激前列腺細胞增生，形成良性前列腺增生。

危險因素

- (一)年齡：四十歲以上男性，尤其六十歲以上。
- (二)荷爾蒙影響：睪固酮及其代謝產物雙氫睪固酮。
- (三)家族史：有前列腺增生或相關疾病者風險增加。
- (四)代謝症候群：肥胖（腹部脂肪）、高血壓、高血脂、糖尿病。
- (五)生活型態：久坐、缺乏運動、高脂肪或紅肉攝取過多、蔬果攝取不足。
- (六)慢性前列腺發炎：可促進組織增生。

注意：前列腺肥大不是癌症，也不會因性行為頻率而直接造成。

疾病症狀

- (一)排尿困難：解尿遲緩、尿流細弱/中斷、滴尿、分次排尿
- (二)頻尿與夜尿：白天或夜間排尿次數增加

治療處置

- (一)保守治療：放置留置導尿管或人工膀胱造瘻術、藥物治療
- (二)手術治療：經尿道前列腺切除術(TURP)或微創雷射治療(綠光雷射、鈹雷射)

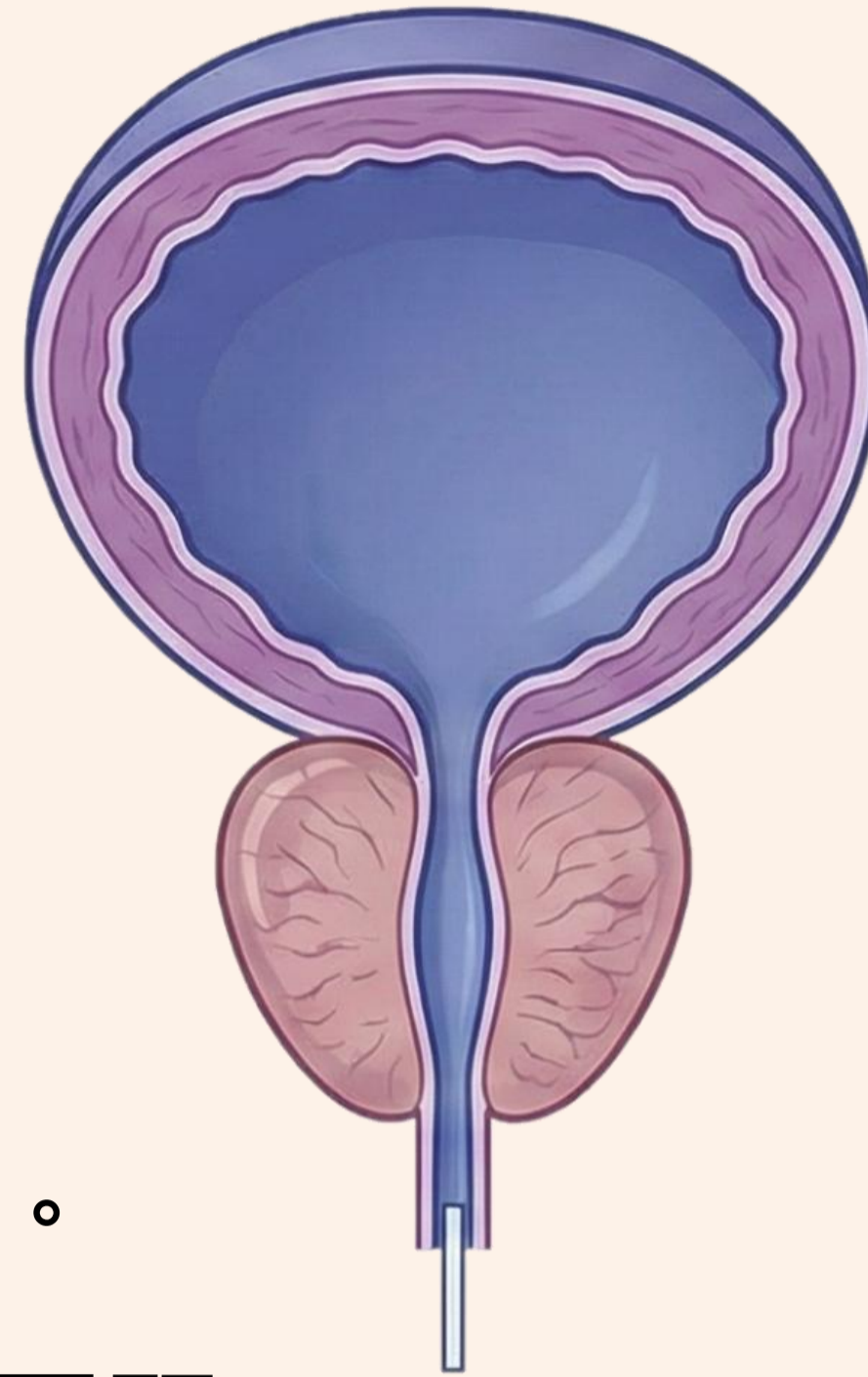
◆ 優點：無腹部傷口、手術時間短、流血少、恢復快、併發症少、安全性高

◆ 風險：中老年患者手術中低於 1% 可能發生副睪丸炎、膀胱攣縮、急迫性尿失禁

居家照護及注意事項

- (一)按時服藥
- (二)飲食與排便：多喝水、多吃蔬果高纖維食物，避免用力解便
- (三)觀察尿液：勿憋尿，注意尿量與顏色；若尿色像鼻血且排尿困難，立即就醫
- (四)活動限制：術後一個月內避免劇烈運動及提重物（如：超過20公斤、騎腳踏車）
- (五)性生活：若恢復正常，術後一個月可恢復

正常前列腺



良性前列腺肥大

