

## 一、什麼是攝護腺肥大？

攝護腺又稱前列腺，是男性生殖系統的一部份，位於膀胱出口處，包圍著尿道。攝護腺的功能是分泌部份精液、幫助精子排入尿道。一般超過五十歲以上的男性，幾乎攝護腺都會有某些程度的肥大，這是一種正常老化現象，經治療後可改善症狀，提高生活品質。

## 二、攝護腺肥大症狀：

- 1.解尿不順：解尿時力量變小，無法立即解出。
- 2.頻尿及夜尿：解尿次數增加，半夜也要常常起床解尿。
- 3.滴尿：解完尿後還滴滴答答流個不停。
- 4.急性閉尿：膀胱漲卻突然解不出尿來。
- 5.血尿。

有上述症狀者並不一定是攝護腺肥大，請至泌尿科門診就醫。

## 三、攝護腺肥大治療方法：

- 1.藥物控制：依攝護腺肥大程度及影響解尿的嚴重度，視病情給予藥物控制。
- 2.經由尿道攝護腺切除手術。
- 3.鐳射治療。

## 四、居家自我保健原則：

- 1.避免憋尿。
- 2.避免飲酒。
- 3.避免服用含抗組織胺(抗過敏)的藥物。
- 4.晚餐後減少飲水量，以減少夜間頻尿的情形。
- 5.注意個人衛生：採淋浴、保持會陰部清潔。
- 6.保持身心愉快，並依自己體能狀況適度運動。
- 7.請按時門診追蹤及服藥。
- 8.若突然解不出尿液或有急性閉尿或膀胱脹、血尿等異常現象，請立即就醫治療。

## 參考資料

- 1.Foster, H. E., Dahm, P., Kohler, T. S., Lerner, L. B., Parsons, J. K., Wilt, T. J., & McVary, K. T. (2019). Surgical management of lower urinary tract symptoms attributed to benign prostatic hyperplasia: AUA Guideline Amendment 2019. *The Journal of urology*, 202(3), 592-598.  
<https://doi.org/10.1097/JU.0000000000000319>
- 2.Rastrelli, G., Vignozzi, L., Corona, G., & Maggi, M. (2019). Testosterone and benign prostatic hyperplasia. *Sexual medicine reviews*, 7(2), 259-271.  
<https://doi.org/10.1016/j.sxmr.2018.10.006>

3.Vickman, R. E., Franco, O. E., Moline, D. C., Vander Griend, D. J., Thumbikat, P., &Hayward, S. W. (2019). The role of the androgen receptor in prostate development and benign prostatic hyperplasia: A review. Asian Journal of Urology.<https://doi.org/10.1016/j.ajur.2019.10.003>

所提供之資訊不能取代醫師之治療及醫師與病人之關係  
(資料來源取自臺北榮民總醫院健康 e 點通)

臺北榮總員山分院 關心您

市區門診諮詢電話:03-9373939 轉 107

諮詢電話:03-9222141 轉 6119 或 6120

### 良性攝護腺肥大症之照護之個別護理指導單張

病歷號:\_\_\_\_\_

姓名:\_\_\_\_\_

於下述就醫日期至台北榮總員山分院（門診、住院、急診室）經醫師或護理人員說明解釋以瞭解。

衛教日期	家屬及病人簽名	指導者簽名