

良性攝護腺肥大

一、認識攝護腺肥大

攝護腺又稱前列腺，位於男性膀胱出口處，包圍著尿道，攝護腺的功能是分泌部分精液，幫助精子排入尿道，一般超過五十幾歲以上之男性，幾乎都會有某些程度之肥大，這是一種良性增生的變化，主要是因為老化過程及男性賀爾蒙刺激引起的。

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:小便次數增加，半夜也要常常起床解尿。
3. 滴尿:小便解完後還會滴滴答答流個不停。
4. 急性閉尿:膀胱脹卻突然解不出來。
5. 血尿:因攝護腺肥大且用力解尿將微血管撐破或泌尿道感染所致。

三、如何診斷攝護腺肥大：

1. 尿液檢查、經直腸攝護腺指診、抽血檢驗攝護腺特異抗原(PSA)。
2. 依病情需要進一步安排的檢查:膀胱尿道功能檢查、靜脈注射尿路攝影、超音波、膀胱鏡檢查…等。

四、攝護腺肥大治療：

1. 藥物治療:依攝護腺肥大的程度以及影響解尿的嚴重度，視病情程度給予不同的藥物治療。
2. 手術治療:經尿道攝護腺切除手術。

五、居家保健：

1. 白天盡量多喝水，如有心臟病或腎臟病者則依醫囑限量。晚上酌量少喝，睡前避免飲用含利尿成份的飲料。如咖啡、茶或啤酒。
2. 避免便秘，因用力解便容易造成出血現象。
3. 避免憋尿。
4. 避免抽煙、喝酒，因煙酒會使攝護腺更充血、浮腫，使症狀更嚴重。
5. 避免服用鎮定劑或感冒鼻塞藥物，可能會影響解尿情況。
6. 避免刺激性食物或活血補品，如酒類、辣、薑、人蔘、麻油、當歸等。
7. 如果發燒、解血尿、解尿困難、脹尿、解不出小便時，請立即回醫院處理。
8. 按時服藥並定期返院複診。