

第三章 攝護腺癌症須知

1984年內，約有 76,000 名（美國）男子經診斷患有攝護腺（前列腺）癌，約有 25,000 人死於此症。如能早期發現，攝護腺癌症對於醫藥治療，常有高度感應。不幸的是，大部份此症患者都是“無聲的”，也就是說不發生明顯症狀。

情況既如上述，如果你的年齡在 50 與 80 之間，就屬於攝護腺癌症的高度危險發病群。泌尿科醫師建議，每年定期一次直腸檢查，就像申報所得稅一樣，可為你的健康加一層保障。男子直腸檢查相當於婦女的“子宮頸分泌液抹片”，檢查本身只要 20 秒鐘，70~80% 的癌症可由此發現。

檢查時，醫師戴上手套，用手指伸入直腸，探診攝護腺。醫師探索的目標是（當然希望無所發現）：不尋常的堅硬腫塊，明顯的結節，或是整個攝護腺堅硬如石塊。

醫師發現可疑狀況時，會叫你做“切片檢查”，就是從可疑腫塊部份切下小片組織，在顯微鏡下觀察。到現在為止，切片檢查仍然不很簡單。據芝加哥大學醫療中心的泌尿科醫師 Gerald Chodak, M. D. 說，攝護腺切片檢查，需要住院一日，麻醉，還要相當高的費用。最近在瑞典發展成一種新技術，稱為“吸出式切片檢查”，將複雜的手術簡化為 5 分鐘門診，無需麻醉，也減低了費用。

此項檢驗對於年過 40 的男子，患有原因不明的背痛者，最為重要。

理療師 Lawrence Prokop, D. O. 在美國理療學會年會演講中說明，攝護腺癌是癌性腫瘤中第一號引起背痛的因子。如果泌尿科醫師在檢查中發現，你的攝護腺上有硬化結節，通常即為癌症之信號，X 光可以查出是否為背痛之病源，血液檢驗則可查出是否已由攝護腺向外擴散。

攝護腺癌症進行中，顯出下列症狀：尿中有血，夜尿頻繁，排尿疼痛或任何排尿習慣之突然變更——當然，BPH（良性攝護腺肥大）也可能發生上述狀況。

攝護腺癌症篩檢：病患年齡分佈

年 齡	篩檢人數	攝 護 腺 癌 人數（及%）
41~45	23	0
46~50	127	0
51~55	159	0
56~60	179	2（1.1）
61~65	136	2（1.5）
66~70	98	2（2.0）
71~75	63	3（4.8）
76~80	21	2（9.5）
80以上	5	0
總 數	811	11（1.4）

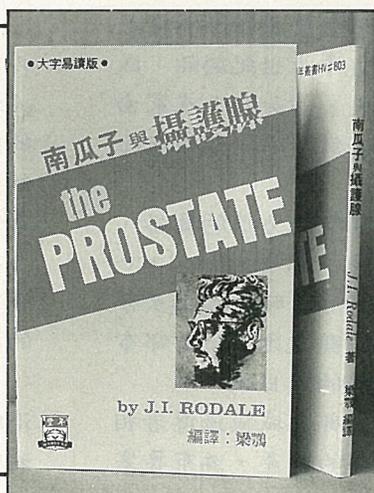
南瓜子與攝護腺

J.I. Rodale 原著 梁鸞編譯
定價：120 元（掛號郵資 45 元）

男子中年以上，常有攝護腺腫大的情形。夜晚小便 1~2 次，就是紅燈信號！

豐年社

台北市溫州街 14 號
郵政劃撥 0005930-0 豐年社
電話 (02) 3628148



本書內容

1. 何謂攝護腺？
2. 動手術？
3. 診斷
4. 南瓜子
5. 鎂元素
6. 維他命 F
7. 胺基酸
8. 鋅元素
9. 種子——營養上的奇蹟
10. 咖啡與糖
11. 性與攝護腺
12. 何時動手術

淡味啤酒 風行西德

愈來愈多重視健康的西德消費者要求食品與飲料趨向“清淡”，也就是說這些產品儘可能少含脂肪與調味料等添加物。因此，酒精含量低的淡味啤酒與不含酒精的啤酒也變得更風行。1988年西德啤酒總消費量為8,800百萬公升，其中淡味啤酒的消費量計有150百萬公升，是5年前的5倍，所占比率快速增加。

以重量計，傳統啤酒與生啤酒含3.5~4.5%酒精，而淡味啤酒與不含酒精啤酒其酒精含量僅0.5%，約略等於果汁、過熟水果與精製麵粉做成白麵包的酒精含量。

生產低酒精含量淡味啤酒的方法有3種，最簡單的方法是以不含糖的麥芽來釀造，發酵時自然不會產生酒精。

來源：Inter Naciones, W. Germany
譯者：葉似芝



西德食品農林部部長 Ignaz Kiechle
品嚐巴伐利亞生產的淡味啤酒。

根據上表分析：從此項 811 位男子篩檢的結果可以看出，你與攝護腺癌症打交道的機率，隨着年齡而穩定的上升。

攝護腺癌症如何治療？此種癌症的許多病例都進行緩慢，患者無需憂慮。因此，醫師對於老年患者，常採取聽其自然的辦法。在較為年輕的患者而腫瘤迅速生長者，則選用手術治療。

感謝 Dr. Walsh 開發成功的新式手術，在許多病例中，可望完全復原，但要在癌症早期

治療——即仍限於腺體局部時。手術一年後評估，他發現86%的病患康復。

油脂的影響

低 脂肪飲食能夠防止攝護腺癌症的發生嗎？科學家在肯定答案以前，還需要更多的研究。目前僅獲得下述知識。

根據在亞洲及南非的研究顯示，這兩個地區的人民食用脂肪極低的飲食，男子患有攝護腺肥大及癌症之危險率較低。

美國加州 Loma Linda 大學的科學家研究，男性安息日會教徒（Seventh - Day Adventists），食用大量脂肪食物如肉類，乳酪與雞蛋者，與不以此類食物為主之素食教徒比較（多數安息日會教徒為素食者），肉食者發生致命性攝護腺癌症為素食者之3.6倍。此項研究同時顯示，肥胖男子易於患此種癌症，為體重接近標準者之2.5倍。 <全文完>

原文由美國 Rodale Press 發行之 Men's Health 雜誌編輯人員撰著，版權所有者 The New York Times 特例同意本刊中譯轉載。 執筆：林果