

原作者/Steven Lally 譯者/林果  
Reprinted by permission of PREVENTION.  
Copyright 1992 Rodale Press, Inc.  
All rights reserved.

# 如何克服攝護腺的頭號困擾？〈上〉

## Overcoming

## The #1 Prostate Problem

最新發展的醫療技術，  
足可解救50歲以上男子  
經常遭受的一種折磨。

**年**青的多半還沒有聽說過，許多男子却因它而受苦。如果你是50歲以上的男子，你已經有此困擾。如果你還不到50歲，那也是早晚會發生的問題了。

這是什麼？醫生稱它為“攝護腺良性腫大”，通常用BPH三個英文字母，代表這病症的名稱（Benign Prostatic Hyperplasia）。這是無可避免的一種現象，有時却會引起大麻煩。即使如此，仍有許多種有效的辦法可予舒解，包括幾種嶄新的治療法。

對於攝護腺的特殊問題，也許你很少聽說過，因為從人生開始的50~60年間，這種約有胡桃大小的腺體，存在你身體內，位置在膀胱的下面，一直保持彬彬有禮的君子作風。它的僅知功能，只是分泌一種“體液與酵素”的混合體，使精虫在游向卵子的受精作用途中，得以保持健康而活動。當你到達中年時，攝護腺仍然維持它的功能，但有一部份開始腫大，就是前面所說的BPH來臨了。這雖然不是癌症，但具有類似的嚴重性。

過了50歲的男子，半數以上

患有嚴重的攝護腺腫大症，其餘的或多或少也會發生腫脹。因為腺體所在的“戰略位置”，使此種腺體的過度生長引起問題。它圍繞在部份尿道的周圍，那是尿液排出的必經通路。攝護腺的生長腫大常發生於內層核心部份，其結果逐漸束緊了尿道。腫大的攝護腺到了惡化的程度，尿道完全阻塞，尿液無法排出。

BPH的早期症狀包括頻尿，常伴有驟然尿急的現象。此種情況如發生於夜間，即稱為“夜尿症”。有些男子在黎明之前，要起床小便4~5次以上。排尿時“起尿”延緩，尿流衰弱無力或有間歇斷續情形，都是攝護腺問題的象徵。剛從洗手間出來，常會又有尿意。此種病徵可能為泌尿系統的另一困擾之顯示，但對50歲以上的男子而言，多半還是攝護腺腫脹。

### 攝護腺為什麼會腫大？

**美**國R.P.癌症研究所泌尿腫瘤科主任（R.P.Huben, MD）說：“這個問題問得很好，可是我們就是不知道。多數研究人員認為，有一種荷爾蒙引發了這種不受欢迎的生長。此說還沒有確

實可靠的證明足以支持。因此，我們只能告訴你，當年齡增長時，你無法阻止它的進行。”

但是，也有人攝護腺腫得很大，却並無主訴症狀。威州大學的外科教授R.C.Bruskewitz說：“事實上，並非人人需要治療。所有80歲的男子，攝護腺都會腫大，但每4人當中，只有3人當作是問題。3人中的2人無法肯定是否需要尋求醫治，其中只有1人，確實需要治療。”

由此看來，每一位50歲以上的男子需要自行解答的問題，並不是“你的攝護腺有否腫大？”“何時腫大？”或是“腫大了多少？”而是“你腫大的攝護腺有否引起困擾，是否需要矯治？”或是“如何醫治最為妥當？”本文作者求教於美國一流的泌尿科專家，綜合探討現行的標準治療，以及試驗中的最新方法。如果你的攝護腺發生問題，你還是要去泌尿科醫師處診治，才是正當的途徑。

### 最新外科手術

**目**前，BPH的標準治療法是穿過尿道的攝護腺切除術，簡稱TURP，美國每年手術約

400,000次，在最常見醫療保險給付項目中占第二位，僅次於白內障摘除手術。

這兩種手術的性質大致類似，但TURP是用“旋轉切除法”切除攝護腺。施行手術的主要工具是一種細長管狀的切除儀（Resectoscope）。醫師為你局部麻醉或脊椎阻塞式麻醉，然後將切除儀從你的尿道中插入，直至達到攝護腺部位。然後刺穿尿道管壁，利用儀器最前端的電動環狀物，切除四周的攝護腺組織。

這項手術聽來就很不好受，可是手術後的效果却很不錯。68歲的鮑伯先生，油井鑽探工程承包商，目前已經半退休，在接受TURP手術後表示：“他們在加護病房中給我幾顆止痛藥，但我覺得並不需要。”鮑伯照例還要在病房裡住兩天，主要的原因是：當他的尿道創口開始恢復時，他還需要插入導尿管。鮑作出院以後，幾天以內會感覺輕微的不適，還有一些點狀出血，這些都在預料之中，他在一個月之內要避免腹部過份用力的活動，禁止舉重，騎腳踏車，甚至高爾富。

TURP的最大優點，就是立即顯示效果。鮑伯說：“大體來說，我對於手術結果很高興，尤其是在白天，我在辦公室裡坐到中午，也沒有去過洗手間，不像以前…”可是，夜間的效果就不很理想。鮑伯訴說：“我仍然要一夜起床4次之多。”我們約在手術後2個月，再度探詢鮑伯。有的醫師認為，手術的結果是好是壞，需要3個月才能完完看出。以鮑伯的情況來說，可望逐漸

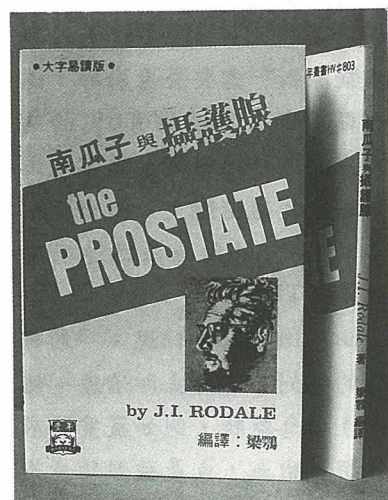
的改善。

據Mayo醫學院的泌尿科副教授兼Mayo診所泌尿科顧問J. E. Oesterling, M.D.說：“接受此項手術的病人，每5人中的4人都是效果良好。”但那不幸的第5位，有時並無顯著改善，甚至還有嚴重的後遺症。約有2~4%的病人，失去膀胱的控制能力。5~10%成為性無能。還有幾種副作用引發的問題，原是希望經由手術治好的：所有手術的3~5%會產生顯著的疤痕或是縮緊尿道，其結果是尿流緩慢；還有2~3%是使膀胱的出口變小，以致尿液殘留。鮑伯有輕微的殘留尿，但情況並不嚴重，並在排尿時有刺痛感。醫師發現他有輕微的疤痕，其後自動消失。

TURP手術後最常見的後遺症是“逆向射精”，即在達到性高潮時，並無（或極少）液體由生殖器流出。此種情況並無危險性，也不致影響男性性高潮的快感。但需要逐漸適應。這是因為從睪丸分泌出來的精液先要輸入尿道。在正常男子性高潮時，尿道的一端，即流向膀胱的開口，此時自然關閉，使流向生殖器的通道暢行無阻。據Dr. Oesterling說，經過TURP手術後，75~80%的病例，在性高潮中膀胱頸不能完全關閉。此時，精液有兩個出口，由於較近的關係，全部（或一部份）射入膀胱。如此，自然造成不孕症，但對於50歲以上的男子而言，多數也無意於增添家庭人口了。

美國愛荷華大學的泌尿科主任 R. D. Williams. M.D. 說：“雖

## 南瓜子與攝護腺



J.I. Rodale原著 梁鵬編譯  
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！

### 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



Since 1951

## 豐年社

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

然有這些後遺症，但在男子發生攝護腺嚴重困擾時，TURP仍不失為一種良好的治療法。”雖然同樣是切除部份組織，但與攝護腺摘除術相比，TURP較為溫和；“摘除術”需要全身麻醉，還要剖開腹部。目前仍有6%的病例，需要施行摘除術，通常是由於攝護腺的過份腫大，超出正常大小的5倍，此時無法迅速而安全的施行TURP。

Dr. Bruskewitz說：“約有25%的病例，需要立即治療。他們發生緊急症狀，例如嚴重的尿液殘留，出血，或是強烈的感染等等。這也並不是說，此外的75%就不需要任何治療。許多情況並不嚴重的病例，他們還可以等一等再說。

實際上，目前可行的辦法之一，就是“注意下的等待”。意思是說暫時不必治療，但有一位醫師，隨時注意情況的變化。Dr. Williams說：“過去，我們對於任何病例，都是迅速處理，因此，我們只看到醫療的效果，而忽視了此項疾病的自然發展情形。”

事實如何？據Dr. Oesterling報告：“根據研究推算，約有30~50%的病人，症狀和緩或中等程度的，經過3~5年後，會自行改善。此類病例中的20~25%維持穩定狀況，其餘的則愈為惡化。”

### 低科技式治療

**BPH**的早期患者，似可考慮外傷性較低的治療法。許多新的治療技術，經初步觀察後，效果都還不錯。但與長久以來有高度成功比率的TURP相比，是否能夠相當？老實說，我們還不知道。為了獲得答案，美國泌尿醫科協會，美國衛生研究總署，甚至聯合國的衛生組織都在衡量此類治療技術。此類治療之優點在於安全而易於獲得。

TURP以外的一項手術，由於簡單迅速，為美國食品藥物局(FDA)所認可，這就是“攝護腺切開術”。進行此項手術時，仍然是用同樣的管狀切除儀，在攝護腺上切開1~2道傷口，使腺體向兩邊裂開，以減輕尿道承受的壓力。

切開術效果如何？在多數病例中，對於排尿困難或頻尿症狀，都能戲劇性的解除。盧寨先生，72歲，曾任一所中學校法律顧問，據他表示：“我現在像小孩子一樣的排尿通暢，也不必經常的跑洗手間了。手術才一個月，我感覺很好。”手術當天，盧寨要在醫院裡住一夜，還要插上通尿管，但比起TURP要住院2~3夜，算是好多了。談到痛苦，他說：“第一夜，他們給我兩粒止痛丸，吃了就沒有什麼感覺。第二天，準備手術，他們為我做脊椎阻斷麻醉，注射時有點不舒服，此外都還好。”

切開術的另一戲劇性效果，就是“逆向射精”的發生率極低，只有15~16%受影響。有關其他後遺症尚無充份記錄，但許多醫師都作較低的估計。Dr. Oesterling說：“攝護腺的單純切開術，目前尚少應用，但有許多病患可能受益於此項手術。”對於攝護腺腫脹很大的患者，切開術可能不是最佳選擇，但對於早期患者，切開術有成為標準治療方式之可能。 ◆

96位油脂專家，30道品管，21年專業製油經驗

# 一點一滴不簡單

## 統一壹沙拉油

清清如水.....



統一小格言：乾淨的心靈，是健康的第一步。

常用者服務專線：(02)7582855-(06)2535064  
服務信箱：台南縣永康鄉德行中正路301號



統一企業公司  
PRESIDENT ENTERPRISES CORP.

飛向健康快樂的21世紀