

頻尿、夜尿該處理攝護腺肥大，而不是吃膀胱丸

攝護腺肥大是一種病嗎？

嚴格來說，攝護腺肥大確實是一種疾病，醫學上有很明確的診斷定義，治療原則和追蹤的方式，但臨床上，我習慣用「老化」來跟病人說明攝護腺肥大，因為隨著年紀的增長，位在膀胱出口處的攝護腺會慢慢的增生肥大，而肥大的部分會逐漸壓迫尿道，造成膀胱的出口變得狹窄，而引起一系列排尿症狀！（請看[動畫說明](#)）

攝護腺肥大是一種「老化造成的疾病」，它並不會致命，但會帶來困擾和不適。

每個男性都會攝護腺肥大嗎？

因為攝護腺肥大是一種老化所造成的疾病，所以，每一位男性只要年紀夠大，都應該會有攝護腺肥大的症狀。然而，攝護腺肥大在男性族群中存在相當的「個體差異」。基本上，五十歲過後，攝護腺肥大所造成的症狀就可能慢慢出現，只是有些男性症狀來得比較早，有些卻是年紀很大才慢慢出現困擾，這就是我所說的「個體差異」，更簡單的說，就是有些人攝護腺增生的速度較快，有些人較為緩慢！這跟遺傳有比較大的關係。

所以，每一位男性只要年紀夠大，就會面臨攝護腺肥大，並且遭遇它所帶來的臨床困擾。

攝護腺肥大的症狀就只有解尿困難嗎？

如果從發生的原因來看，攝護腺肥大造成的是膀胱裡尿液的出口變窄，自然「解尿困難」就是他最常見症狀，而解尿困難也可被描述為：尿流變小、解尿延遲、解尿中斷及殘尿感。

除了因為尿液出口狹窄造成的「解尿困難」之外，攝護腺肥大也可能刺激膀胱而造成「膀胱儲存尿液的功能不穩定」，膀胱不穩定的症狀包含：頻尿、急尿和夜尿。解尿困難或尿流細小可能讓解尿的時間拉長解尿需要額外用力，但膀胱不穩地的症狀更令人不悅，不少病患睡眠時間需起床解尿四五次，嚴重影響睡眠，也有人白天解尿頻繁不敢出門，生活品質受到很大的影響。

攝護腺肥大的症狀主要是：排尿困難、排尿延遲、排尿中斷、尿流細小、殘尿感、頻尿、急尿和夜尿。

攝護腺肥大一定要治療嗎？

攝護腺肥大在臨床醫學上有一定的定義，也就是經由超音波測量攝護腺的「體積大於 20 立方公分」，但攝護腺肥大造成的臨床症狀是由壓迫尿道造成狹窄，與整個攝護腺體積並不一定有完全正向的關係，所以很多人可能在健康檢查被告知有攝護腺肥大的問題，但臨床上並沒有任何解尿的困擾，這種狀況並不需要接受治療！

攝護腺肥大並不一定會有臨床的症狀，所以不是攝護腺有肥大就一定要接受治療，治療與否的關鍵在於有沒有臨床症狀「造成你的困擾」。

在治療方面，藥物治療或手術治療該怎麼選擇？

臨床上，當發現有解尿的困擾，包含解尿困難或頻尿等症狀，經醫師評估確診為攝護腺肥大造成，就可開始治療，治療的原則通常以「藥物治療」開始，使用的藥物包含三類：a. 將攝護腺放鬆讓解尿順暢，b. 將攝護腺縮小，c. 讓膀胱穩定減少頻尿。這三類藥物均可在醫師評估後第一線使用，可單獨使用亦可合併使用，治療後若症狀得到改善，持續使用是必要的。

如果第一線的藥物治療效果不佳，經由醫師調整後仍無滿意的效果，「手術」的介入就必須考慮，目前以內視鏡手術為主，手術技術相當成熟，併發症發生率不高，是有效的治療方式。

治療方面還是建議先以藥物治療為主，如果症狀改善不如預期才考慮手術的介入。

攝護腺肥大最需要被澄清的迷思

在我的臨床經驗裡，攝護腺肥大最需要被澄清的迷思就是「老化」，很多長者認為攝護腺肥大造成的解尿困擾是因為老化，年紀大就該是這樣，無法治療或者不願意治療，而任由急尿、夜尿甚至尿失禁讓他們睡也睡不好，也不敢出遠門，生活品質相當的差！其實，只要願意接受治療，都會有不錯的改善，回復良好生活品質。

資料來源：照護線上 2017年1月18日 劉育志醫師