

男人有什麼，也別有攝護腺炎，攝護腺肥大！

每日頭條

什麼東西只有男人有，而女人沒有？

答案是：攝護腺！

攝護腺（英文：**prostate**）是男性特有的性腺器官。攝護腺如栗子，底朝上，與膀胱相貼，尖朝下，抵泌尿生殖膈，前面貼恥骨聯合，後面依直腸。攝護腺腺體的中間有尿道穿過，扼守著尿道上口，所以，攝護腺有病，排尿首先受影響。



作為男性特有的性腺器官，給男人帶來了快樂也給男人帶來了很多痛苦。尤其是年過四十的男人，經常出現尿頻，尿急，尿等待，排尿不暢，排尿困難，尿痛等，這些問題不僅給生活和工作帶來尷尬，還可能影響男性性能力，讓男人痛苦不堪！

這些問題一旦出現，可能意味著你的攝護腺開始肥大了，或者得了攝護腺炎，嚴重的將影響男性性功能或者發展成攝護腺癌。

所以說，男人有什麼也別有攝護腺炎、攝護腺肥大。因為攝護腺的治療無特效的西藥，手術治療則費用高，風險大。

攝護腺增生、肥大，攝護腺炎等都是慢性疾病，發病率高，但治療見效慢。然而民間用南瓜籽油或者南瓜籽治療和預防男性攝護腺問題，卻很有效果。

維護男人攝護腺健康的食物不多，南瓜籽油就是其中最重要的一種。

歐美一些國家的男人習慣吃南瓜籽油，每天服用 5 毫升左右，就能起到很好的預防作用，因此歐美男性不僅攝護腺問題比較少，而且性能力也比較強。這和他們注重用南瓜籽或者南瓜籽油來保健有很大的關係。

南瓜籽油中含有一種植物甾醇，對前列腺增生等有很好的預防和緩解作用。服用南瓜籽油比較方便，一次 5 毫升可以直接口服，也可以參到果汁裏，或者拌酸奶服用，如果拌酸奶服用還能改善腸道菌群，對健康最有益處。

同時南瓜籽油具有比較好的堅果風味，可以用來拌蔬菜沙拉或者水果沙拉，也有用南瓜籽油做冰淇淋等吃法。用好南瓜籽油能預防攝護腺增生，緩解攝護腺引起的尿頻尿急、排尿不暢等問題，可以說南瓜籽油是男性攝護腺的好朋友。

原文網址：<https://kknews.cc/health/28bpyg.html>