

## 硒和維他命 E 不能預防攝護腺癌？ (PC-015)

2018 年更新

台大醫院雲林分院泌尿部主任 黃士維醫師

台大醫院泌尿部主任 蒲永孝教授

攝護腺癌(前列腺癌)是男性特有的癌症，發生率隨著年紀的增加而逐漸上升趨勢，過去常見於 60~80 歲左右的男性。根據國民健康署 2015 年度攝護腺癌為男性癌症第 5 名，死亡率為第 7 名。過去 15 年間，攝護腺癌是所有癌症發生率中，增加幅度最快的癌症。

過去曾有研究發現，血液中「硒」濃度較低的病人，比較容易得攝護腺癌，因此認為對此類病人補充硒，可能預防攝護腺癌；另外，過去也認為維他命 E 這個抗氧化劑，能夠降低罹患攝護腺癌的風險。不過，2011 年「美國醫學會雜誌」(JAMA)發表的一項報告，卻提出了完全不同的看法，研究結果顯示，男性每日服用維他命 E 補充劑，比起沒服用者，罹患攝護腺癌的機率，反而增加 17%。該研究也顯示，硒或維他命 E 對攝護腺癌，並沒有降低的效果。

這項研究始於 2001 年，研究對象為美國、加拿大及中美洲，逾 35,000 位無攝護腺癌的成年男性，參加本研究，隨機分為 4 組，每組約九千人，A 組的人，每日服用四百國際單位維他命 E 補充劑；B 組每日服用兩百微克硒元素補充劑；C 組維他命 E 及硒元素兩者兼用，D 組兩種僅只吃到安慰劑。計畫原本要追蹤 7 至 12 年，預定到 2011 年結束，但是到了 2008 年，就決定不再繼續追蹤下去，因為當時已經發現維他命 E 及硒，不但不能減少攝護腺癌發生率，相反地，服用維他命 E 的這一組人，得到攝護腺癌的機率，相對於安慰劑組，反而增加了 17%，研究結果跌破眾人眼鏡，研究也因而提前停止。

這是一個相當完整的大型臨床試驗，可說是「判定」了維他命 E 及硒，在預防攝護腺癌，並沒有助益。這個研究提醒我們，許多微量元素，對體內缺乏的人，在預防疾病可能是有幫助的。但是，原本體內就已有足夠微量元素的人，再補充的話，反而可能造成傷害。

另外，對於醫學真理，不能夠根據小型臨床試驗，或者動物實驗，就下定論；應該要經過大型、雙盲、隨機分組、安慰劑控制的臨床試驗，才能夠有定論。對於民眾而言，花大錢補充微量元素或維他命，是否真的可預防疾病？還是反而造成傷害呢？還是要三思而後行。

