



前列腺肥大



前列腺在哪裡？

前列腺又稱攝護腺，位於膀胱下方，直腸之前，縱徑3cm。橫徑約3.5cm，重20~25gm，被尿道及左右輸精管貫穿。

前列腺扮演什麼角色？

其分泌為乳白色漿液體，為精液主要成份，呈鹼性，可使精子，在酸性之男性尿道與女性陰道中受到保護，增強精子活力。

前列腺肥大原因

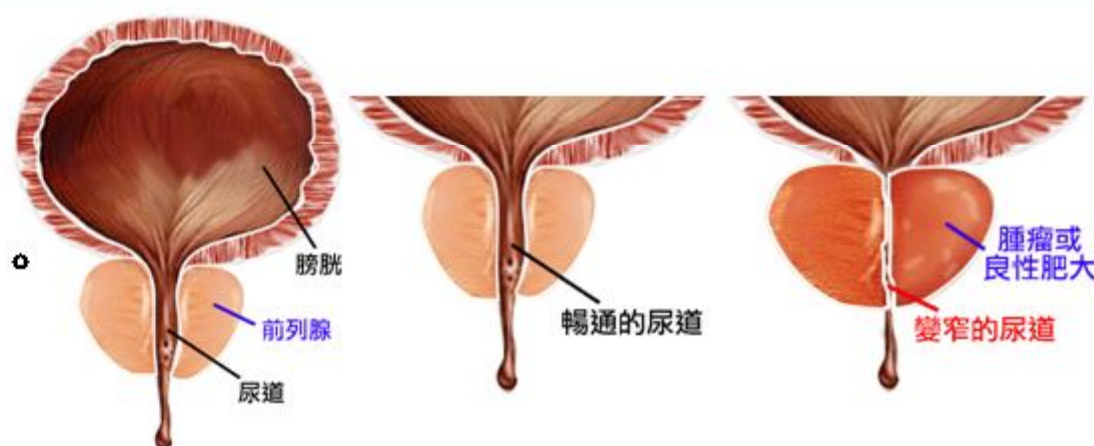
一種細胞增殖，與普通良性腫瘤一樣，原因尚未確定，可能是性荷爾蒙不平衡所引起，但也有人說與細菌有關。

前列腺肥大症狀

初期：頻尿、排尿慢、尿柱細小。

中期：急迫性尿失禁、排尿不乾淨，有餘尿，餘尿多而引起的膀胱發炎、夜尿次數增。

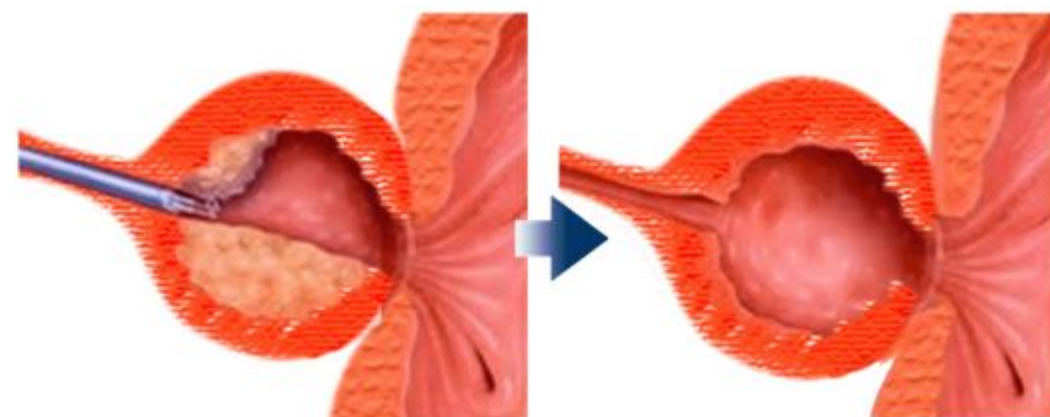
末期：腎功能障礙、慢性腎盂腎炎、尿毒症。



前列腺肥大怎麼治？

保守療法：初期，如排尿功能正常餘尿不多，沒有尿路發炎，就無須治療，需追蹤檢查前列腺肥大的變化，並注意日常生活保健。

外科治療：可分為經尿道切除(密閉式)及開腹式兩種，醫師會決定最適合您的手術方法。



經尿道前列腺切除術

前列腺肥大術後怎麼辦？

術後二或三天每小時收縮腹肌及會陰肌12~25次。就像尿急想小便卻沒地方解。出院後1~2星期要返院做追蹤。每天尿量維持2000cc以上。食用新鮮蔬果，高蛋白質。勿食刺激性食物、勿抽菸、勿喝酒。出院後小便如有鮮血的顏色或發燒、解尿痛或解困難，應即刻回院治療；如果尿液是暗紅色的，表示是舊血，此時要多喝水，把舊血塊沖出。

日常保健定期體檢瞭解生殖泌尿系統情況

- 多走動，避免久坐、憋尿
- 短時間內避免攝取過量液體，但一天水分攝取應2~3公升以上
- 避免喝酒及咖啡
- 飲食清淡、避免高膽固醇食物
- 多吃青菜水果保持腸胃道通暢
- 溫水坐浴緩解前列腺充血現象
- 適度性生活緩解前列腺充血現象
- 感冒藥或胃腸藥中的部份成份影響膀胱收縮功能，須注意
- 若已服藥物治療，如 α -Blocker 藥物可能出現暈眩、低血壓，改變姿勢時動作勿過快
- 膀胱漲、痛而無法解小便、發燒、解尿燒灼感或混濁，尿滯留、血尿時快就醫

手術後三個月內注意

- 不劇烈運動
- 至少半小時換一次姿勢
- 暫時不要有性行為
- 勿用力解大便，預防再度出血
- 按時服用消炎藥
- 提重不超過1公斤
- 洗澡用淋浴