



一直有排尿困難的何先生，兩年前開始見泌尿

外科專科醫生跟進問題，雖然醫生建議可接受手術徹底解決問題，但何先生認為未到迫切時期。

「當年我因為心臟問題而做通波仔手術，順道向心臟科專科醫生查問自己的『濕褲』（漏尿）問題，於是轉介我見泌尿外科專科醫生，驗了血發現前列腺抗原（PSA）『超標』，流速測試亦都顯示我的尿道有明顯阻塞情況，最好做手術。但我當時要通波仔，所以先處理心臟問題，前列腺方面就先服藥咯……」何先生說。

男士面對這些事情，自然有其想法。況且他當時已經八十歲，也不想再做手術承受風險。如是者，何先生兩年來靠服藥控制及改善，希望平平安安終老。可是九月他卻經歷一場腎尿風暴。

「上兩個月我到加拿大旅遊，期間小便困難，於是在當地求醫，見的是一位骨醫，他按壓我背脊後指我的膀胱很脹，尿排不清，又說我尿酸過高，給我處方藥貼敷肚皮，並說三星期後才

谷尿一公升 前列腺增生

男士到了一定年紀，或會感到排尿困難，經常有尿急之意，但當衝入廁所後，卻久久未能排尿，又或只有幾滴尿，永遠無法排清尿。

這些男人之苦有口難言，大男有改變生活習慣少飲水，或學習「死忍」。但當膀胱儲滿尿液無法排出，最後可能谷爆！喉放尿，足足放出超過一公升尿液！

撰文：陳旭英 設計：張均賢



陳偉希醫生說，很多有前列腺增生問題的男士，寧願調節生活習慣忍受，也不願求醫。

谷尿腹脹像孕婦

為何先生診治的養和醫院泌尿外科中心副主任陳偉希醫生說，「當時何先生下腹脹大至像二十幾周的孕婦一樣，要緊急放尿。那天，我為他放了超過一公升尿液。」

原來，何先生在二〇一五年求診時，有尿頻、無法排清小便等問題，流速測試顯示排尿有明顯阻塞，而前列腺抗原指數亦略高，這些全是前列腺肥大病徵。「年長男士有前列腺肥大問題很常見，據統計，八十歲男士中有七成都有不

男士如經常感尿急，等衝到廁所時卻久久未能排尿，就可能患有前列腺增生問題。

「在正常情況下，一般男士的前列腺大約有二十毫升容量，如一顆栗子般大，當增生至四十毫升便屬肥大，像一個小桔子；有些個案，前列腺體積增加至二百毫升容量，像一個拳頭或一個柑。」

可以想像，當前列腺肥大像

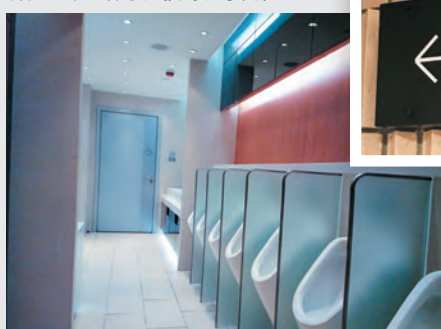
解男士普遍有前列腺肥大問題呢？是正常生理現象嗎？

陳偉希醫生指出，前列腺是

男士生殖器官之一，用來生產精液；前列腺受男性荷爾蒙不斷刺激下會增生、肥大，當肥大至一定程度就會擠壓尿道，引致排尿困難。

程度的前列腺肥大問題，七十歲就有六成，而六十歲就有五成。

▶受前列腺問題困擾的男士，去到哪處，第一件事是搜尋洗手間位置。



個桔或柑的時候，在中間通過的尿道自然會被擠壓，阻礙排尿。不過並非所有前列腺肥大患者都會有排尿困難情況。陳偉希醫生解釋，當前列腺增大時如果向後呈圓形地發展，如果盆腔還有空間，則不一定會阻礙排尿，但如果前列腺是長形增大時並朝向膀胱裏面發展，就會更加壓迫尿管，引致排尿困難。

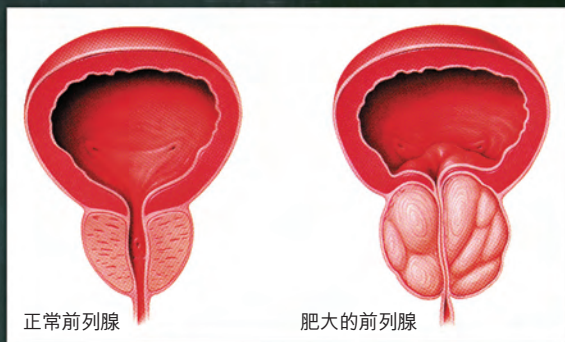
兩類藥物 雙管齊下

當前列腺肥大引致排尿困難，就需要治療。治療分藥物及手術。

「藥物主要有兩類，第一是放鬆前列腺肌肉藥物，如甲型受體阻斷劑 (alpha blocker)，這類藥物效果快及明顯，副作用是頭暈及影響勃起或射精功能。」

第二類是抑壓男性荷爾蒙藥物，例如5 alpha還原酶抑制劑，令前列腺慢慢縮小，效果較長

認識前列腺



前列腺是男性生殖器官一部分，是一種腺體，生產前列腺液與精子混合。

前列腺大小如一顆栗子，一般容量為二十毫升大小，它包圍了尿道，如果前列腺受荷爾蒙刺激增生肥大，就會壓迫住尿道，令排尿困難。

如前列腺增生至四十毫升大小，大約等於一個小桔或荔枝，如達至二百毫升，則相等於一個柑或橙。



▲健康前列腺應如一顆栗子般大小。





久，但需要時間較長，最少服用半年至一年才見效。」陳偉希說。

為了盡快為病人解決問題，一般會同時處方兩種藥，大型研究亦確認兩種藥物同時使用能有效控制症狀及可避免日後繼續發作、增加造成併發症以及要做手術的機會。

何先生在兩年前求診後，先服用肌肉放鬆藥及抑制荷爾蒙藥，但覆診時進行尿速測試，結果不理想，陳醫生勸他考慮做手術。但他個人意願不想做手術，惟有繼續服藥，再次覆診時向醫生表示藥物效果滿意；而在持續觀察中，何先生前列腺抗原（PSA）沒有上升反而有的更下降。

手術切除 一勞永逸

當藥物無法改善前列腺肥大引起的症狀後，手術是唯一之途。有排尿困難男士，可回答IPSS問卷，評估受影響情況。

國際前列腺症狀評分表 (I-PSS)

姓名：
年齡：
電話：

請回答以下問題，按程度及選定的醫生。

問題	無	少許	中等	多	非常
1) 有尿意但尿流緩慢	0	1	2	3	4
2) 尿流緩慢（每小時內又更慢）	0	1	2	3	4
3) 尿流緩慢（每小時內又更慢）	0	1	2	3	4
4) 尿流緩慢（每小時內又更慢）	0	1	2	3	4
5) 尿流緩慢	0	1	2	3	4
6) 需要用力及推擠才能開始排尿	0	1	2	3	4
7) 日間頻數（每小時內又更慢）	0	1	2	3	4

總分：0-7分 0-7分 8-10分 11-15分 16-20分

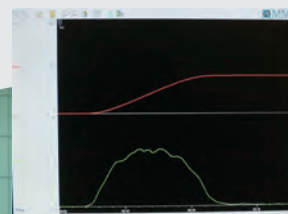
根據系統性疾病的症狀影響了生活的質量

問題	無	少許	中等	多	非常
8) 因頻尿而睡眠中醒來次數	0	1	2	3	4
9) 因頻尿而睡眠中醒來次數	0	1	2	3	4

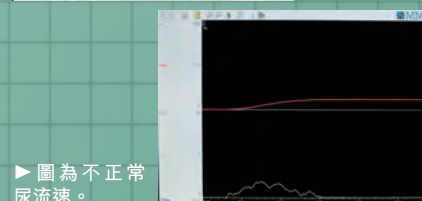
總分：0-7分 0-7分 8-10分 11-15分 16-20分



▲年長男士有前列腺增生問題十分普遍。



◀圖為正常尿流速。



▶圖為不正常尿流速。



◀進行尿速測試，如每秒排出尿液少於十毫升（正常是每秒十五毫升以上），便屬明顯阻塞。

徑嗎？

陳醫生說，病人如有以下的症狀，必定要做手術：「第一是無法排小便，需要插喉放尿；第二是小便無法排出，積尿的壓力影響腎功能甚至引致腎臟積水；第三是經常小便帶血，即有腎石或膀胱結石；第四是長期谷小便至膀胱出現小泡，即是憩室；第五是長期腎尿至形成疝氣（小腸氣）。

其他情況，如症狀嚴重，病人長期生活受困擾，就應考慮手術治療。」

以何先生的情況，是一次嚴重的尿瀰留，這次插喉放尿後，日後復發率高，如下一次未能及時放尿，有機會破壞腎臟，所以手術可說是刻不容緩。

前列腺手術如何進行？

陳偉希醫生說，前列腺手術是利用內窺鏡進行，逐少切走肥大增生的前列腺組織，無需整個切

除。他解釋：「很多男士擔心前列腺手術會影響神經，以致勃起功能受損及日後容易失禁，但是由於現時手術技術先進，將手術風險減至最低。」

目前數據是，手術影響排尿肌肉及勃起神經機會極低，術後失禁機會只是百分之五。

手術有標準做法，我們可在內窺鏡認清精管出口，以下位置不越界線，就不會影響忍尿肌肉，導致術後失禁。」

前列腺功能是生產液體儲存精液，對於七十、八十歲長者來說，切除整個前列腺對生活沒有影響。但由於前列腺附近有重要神經，故除非病人所患的是前列腺癌而需要全切除，否則前列腺增生患者只需要局部切除增生的

▼香港泌尿外科學會提醒男士要注意前列腺健康，包括前列腺癌及前列腺增生。



部分。

切除後會再次增生嗎？陳偉希醫生說，大部分患者的前列腺增生速度緩慢，歷時數十年，所以在切除後，再次增生至擠壓尿道的機會很微。研究顯示，八成患者在手術後，沒有再出現排尿問題，甚至藥物也不用再服用了。

排尿暢順 感覺回春

至於有病人擔心術後會失禁，陳偉希醫生解釋這是有機會出現的情況，但與手術無關。

「研究數據指百分之五病人術後失禁而當中大多是暫時性，因為男士長期受困擾已經十多二十年，膀胱肌肉長期受壓尿之苦，因而失去彈性及增厚，到手術後排尿暢通，膀胱一下子沒有前列腺的阻力谷住的壓力，便很容易鬆弛令所有尿放出，形成失禁。病人毋須擔心，膀胱經過一段適應期後，會重新回復彈性，失禁情況便會改善並逐漸消失。」

何先生於今年九

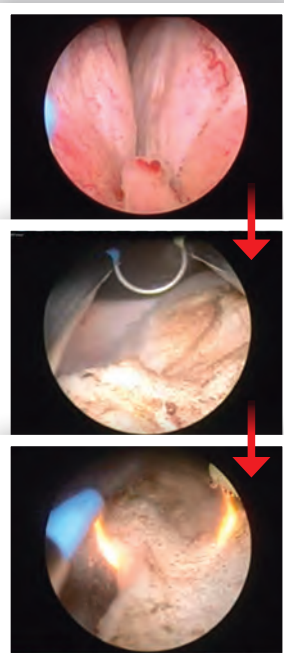
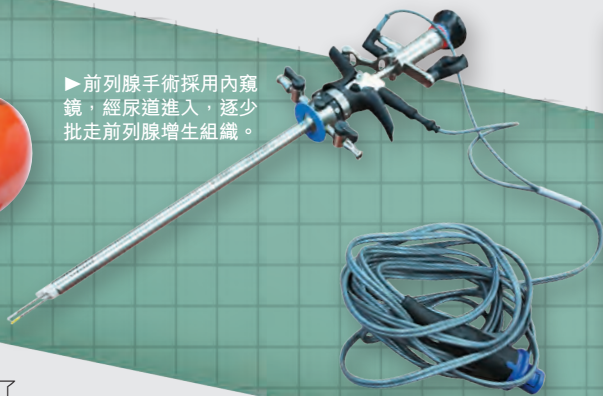
►服用抑壓男性荷爾蒙藥物，可令前列腺收細，但需時半年以上才見效。



▼男士平日注意飲食，多進食含茄紅素的番茄，保護前列腺。



►前列腺手術採用內窺鏡，經尿道進入，逐少批走前列腺增生組織。



►前列腺手術採用內窺鏡，經尿道進入，逐少批走前列腺增生組織。

月接受前列腺增生切除手術，術後向醫生表示小便感覺像回復年輕時的暢順，濕褲問題已大大改善。但現在仍有極輕微漏尿，相信是膀胱長期谷尿而失去彈性，需要時間適應。

「我現在感覺像年輕了數十年！手術前我不敢遠行，不敢去旅行，每次一下車便要視察四周，找尋哪處有洗手間，每半小時一定要上一次廁所！」

現在，不用再擔心廁所問題，可以安心去旅行。」

陳醫生說，前列腺肥大不單是前列腺問題，而是影響整個下尿道，包括膀胱、尿管，會引致膀胱過度活躍及壓力太高問題。所以他提醒男士如排尿不暢順，應及早求醫正視問題。東