

## 1 什麼是攝護腺肥大？

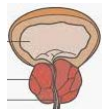
- 一般男性40歲之後，攝護腺就會開始肥大。
- 隨著年齡增長，攝護腺肥大的機率也直線上升。
- 50歲男性五成有攝護腺肥大症狀。
- 70歲以後則七成以上都有攝護腺肥大的困擾。

## 2 攝護腺肥大的症狀有哪些？

- **尿流細小無力**，須花較大的力氣才能解出。
- **解尿不順**:小便時須等待一陣子才能解出、老是覺得膀胱裡的尿液無法完全排空。
- **頻尿**:一小時內要小便2次以上，或是外出經常在找廁所。
- **急尿**:尿急時，會有來不及上廁所的情形。
- **夜尿**:晚上睡覺到天亮起床，需起身小便2次以上。

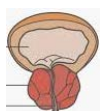
## 3

## 攝護腺肥大的治療



### 改善生活型態

- **喝水不過量**：一天1500～2000毫升；儘量白天喝，晚上喝少一點。
- **避免**食用含有利尿作用或影響前列腺分泌的**辛辣食物及飲料**，例如：辣椒、酒精、濃茶、咖啡。
- 多吃**蔬菜水果**，避免便秘壓迫攝護腺。
- 多攝取**茄紅素**：例如番茄、木瓜等。
- **避免久坐、不要憋尿**、避免長時間騎腳踏車。
- **溫水坐浴**可以舒解肌肉與攝護腺的緊張，因此可以減緩症狀。



### 藥物治療

**5- $\alpha$ 還原酶抑制劑**  
使肥大的攝護腺縮小

**甲型交感神經受體阻斷劑**  
舒緩攝護腺平滑肌  
改善對尿道的壓迫



### 5- $\alpha$ 還原酶抑制劑

成分	英文商品名	中文商品名	藥品圖片
Dutasteride	Avodart	適尿通軟膠囊	
Finasteride	Proscar	波斯卡錠	

## 5- $\alpha$ 還原酶抑制劑 常見副作用

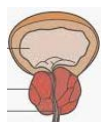
乳房腫脹、性慾減退

## 5- $\alpha$ 還原酶抑制劑

### 注意事項

適尿通軟膠囊須整顆吞服，  
不可咬碎。

孕齡婦女及小孩應避免直  
接碰觸這類藥品。



## 甲型交感神經受體阻斷劑

成分	英文商品名	中文商品名	藥品圖片
Doxazosin	Doxaben	可迅持續性藥效錠	
Terazosin	Hytrin	定脈平	
Silodosin	Urief	優列扶膜衣錠	
Tamsulosin	Harnalidge D	活路利淨D持續釋放口溶錠	

## 甲型交感神經受體阻斷劑常見副作用

姿態性低血壓、心跳加速、眩暈或嗜睡、頭痛。

## 甲型阻斷劑注意事項

- ✓ 平躺或蹲姿改為站立時易低血壓，須緩慢變換姿勢。
- ✓ 可迅應整粒吞服避免咬碎，  
且藥錠若排出體外為正常現象。
- ✓ 活路利淨應置於舌上，等藥品溶解後吞下