

常見的下泌尿道排尿障礙

三軍總醫院 國防醫學院
泌尿外科 曹智惟

排尿功能障礙

佔總人口5%-20%



Incontinence

尿失禁

Retention

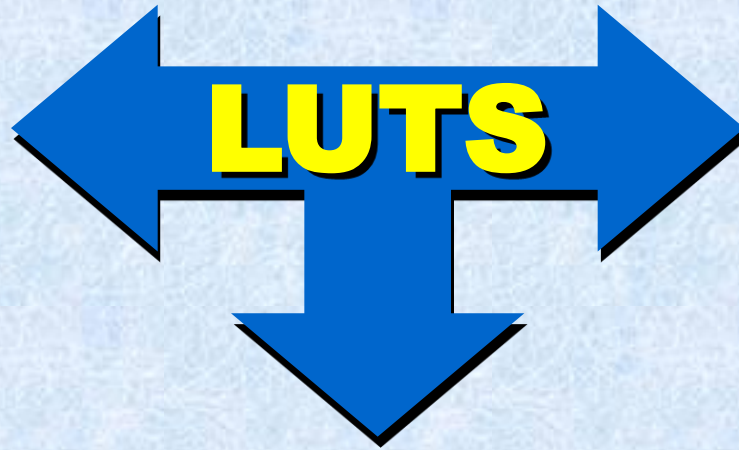
尿滯留

下泌尿道症狀

Lower Urinary Tract Symptoms

儲存方面

頻尿
小便量少
尿失禁，
尿急性，應力性，
滿溢性，夜尿。
解小便完滴尿
夜間尿床...



排尿方面

小便無力
小便延遲
小便需用力
尿排不乾淨
尿滯留...

其他症狀

下腹部疼痛不適
排尿疼痛
多尿
其他原因引起的失禁

什麼是“頻尿”、“尿急”？

*頻尿——每天大於或等於 8 次小便
夜尿——每晚大於 2 次小便

*尿急——感覺強烈的尿意感或排尿感

*尿急性尿失禁
(有尿意感時，來不及到廁所就尿出來)

什麼是“尿失禁”？

尿液發生不自主的外漏情形，而且對於個人衛生或其社交活動上造成困擾者稱之

國際制尿協會, ICS

尿急性尿失禁(膀胱過動症)

- 定義：當病人有強烈尿意感時合併不自主的尿液外漏現象。
- 男多於女
- 常見的原因
 - 膀胱、尿道發炎
 - 尿路結石
 - 攝護腺肥大
 - 情緒緊張、焦慮
 - 環境或生活習慣等因素：天氣寒冷、冷飲

應力性尿失禁

- 定義：當病人腹部壓力增加，如用力咳嗽、打噴嚏或運動時合併不自主的尿液外漏現象。
- 女多於男
- 常見的原因
 - 多產婦
 - 肥胖
 - 婦女停經後
 - 攝護腺或尿道手術後

滿溢性尿失禁

(膀胱逼尿肌收縮不全)

- 定義：當病人腹部壓力增加，如用力咳嗽、打噴嚏或運動時合併不自主的尿液外漏現象同時合併有膀胱無法排空尿液且餘尿過多。
- 男女比例相當
- 常見的原因
 - 糖尿病自律神經病變
 - 嚴重膀胱出口阻塞併尿滯留
 - 神經性膀胱病變（鬆弛型）

尿失禁的治療原則

- 生活飲食習慣的調整 --- 避免冰冷飲料、睡前少喝水
- 膀胱訓練 --- 適度喝水與定時排尿
(100-200ml/小時、定時每2-3小時排尿)
- 行為治療 --- 骨盆底肌肉收縮運動、電刺激
- 藥物治療 --- 尿急性尿失禁/膀胱過動症

使用 **抗乙醯膽鹼素**

此類藥物作用機轉主要在緩解膀胱平滑肌，降低逼尿肌收縮，以減輕尿失禁的情形。

oxybutynin or tolterodine

solifenacin or propiverine

尿失禁的治療原則

- 手術治療

尿急性尿失禁/膀胱過動症

膀胱擴大重建手術

逼尿肌肌肉切開術

膀胱神經切除及膀胱剝離術等

應力性尿失禁

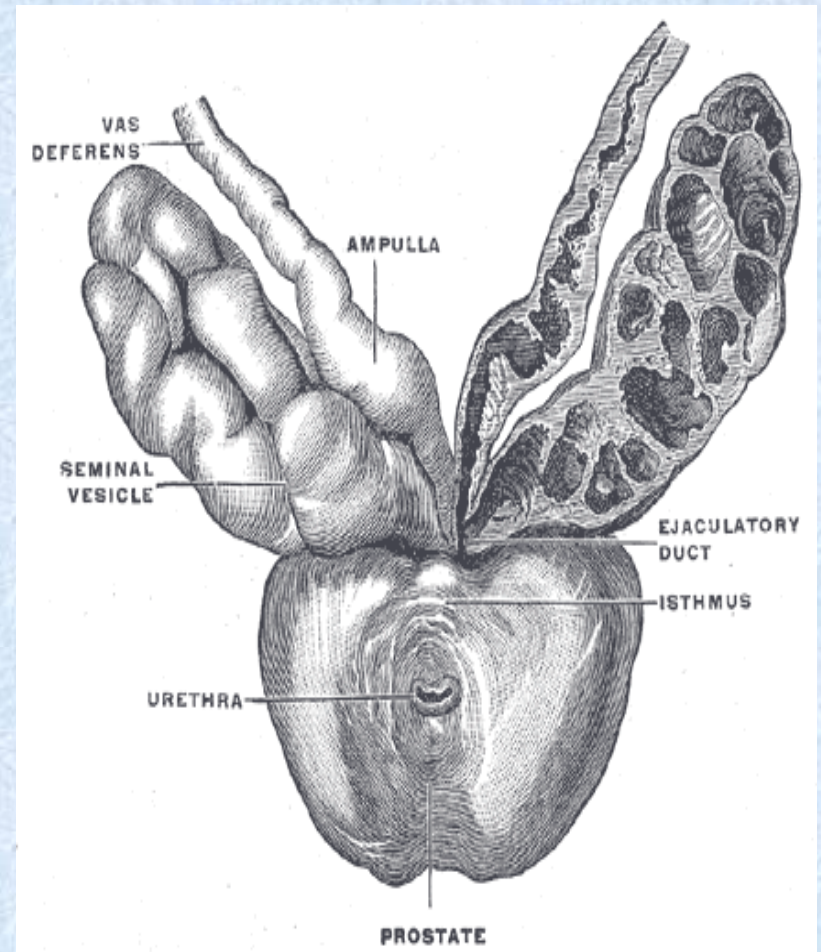
尿道懸吊重建手術

什麼是攝護腺？

- 攝護腺也叫前列腺。
- 男人特有的腺體是一種大小與形狀和胡桃類似的腺體，位於膀胱頸的正下方，包圍在尿道和膀胱交接處。

攝護腺的生理功能

- 尿流的控制。
- 導引精液射出方向及力量。
- 攝護腺的分泌液是精液的重要成分，與生育有某種程度關係。
- 有男性荷爾蒙的作用。



良性攝護腺肥大(BPH)

- “良性”則表示這些細胞並非癌細胞。
- BPH並不是癌症，而且也不會導致癌症，是一種自然且正常的老化現象，常發生於50歲以上的男性。
- 沒有人確知導致BPH的原因，但看來似乎與體內荷爾蒙平衡因老化而發生改變有關。
**在60歲以後，一半以上的男性會罹患BPH。
到了80歲，10位男性中大約就有8位患有此症。**

如何診斷攝護腺肥大(BPH)?

1. 病史及直腸指檢 (DRE)
2. 血液篩檢(攝護腺特異性抗原，PSA)
3. 經直腸前列腺超音波(TRUS)
4. 尿路動態功能檢查(UDS)
5. 經靜脈尿路攝影術(IVU or IVP)
6. 排尿膀胱攝影圖(voiding cystourethrography, VCUG)。

攝護腺特異抗原 (Prostate Specific Antigen, PSA)

- 與攝護腺癌或攝護腺發炎、增生肥大有關
- 每年增加速度：0.75 ng/ml
- 數值越來越高需考慮攝護腺癌之可能性
- 不是偏高異常就是癌
- 參考值： < 4.0 ng/ml (隨年齡增加而提高)

臨床意義：

應用於前列腺疾病的初步篩檢、
病情監控與治療追蹤

攝護腺肥大的治療原則

- 良好生活習慣的建立
 - 養成正確的排尿習慣
 - 適度的補充水分
 - 避免刺激性食物或冷飲或飲酒
- 適度的運動
- 觀察與定期追蹤
- 藥物治療
- 自助導尿的施行
- 手術治療
 - 膀胱鏡前列腺刮除術
 - 雷射前列腺手術

攝護腺肥大的藥物

甲型腎上腺素抑制劑

這種藥可讓膀胱出口緊縮的平滑肌肉鬆弛，改善排尿困難的症狀。但這種藥物並不能縮小肥大的攝護腺。使用此種藥物少數人可能會有頭暈目眩及下肢水腫的副作用。患有低血壓症狀的人，在服用此藥物時，要特別小心注意血壓的變化及減緩姿勢變化的速度。

攝護腺肥大的藥物

男性賀爾蒙抑制劑

這種藥物的原理是抑制男性賀爾蒙生成，讓攝護腺縮小，但可能會產生性功能障礙的副作用(5-10%)。這種副作用在攝護腺縮小、停藥後，就會恢復正常了。但攝護腺又會因停藥而再度發生肥大。若考慮使用這種藥物時，最好與主治醫師及配偶商量後再決定。

需要長期服用

停止服藥後，攝護腺又會變大，因此需要長期服藥。但80歲以後，攝護腺肥大的速度就會變慢，所以服藥的時間長短，可取決於年齡和病症。

攝護腺肥大的手術治療—適應症

- 嚴重的阻塞症狀造成反覆性的尿滯留
- 併發反覆性的尿路細菌感染
- 經藥物治療無效且嚴重影響生活品質
- 產生其他併發症如血尿、膀胱結石
- 影響腎臟功能
- 懷疑有惡性腫瘤

攝護腺炎

- 可分急性或慢性發炎；細菌、非細菌性
- 對象：30歲-50歲男性、性生活頻繁
- 原因：細菌感染或不明原因的發炎。
- 症狀：發冷發熱、小便困難，排尿疼痛、頻尿、骨盆不適。
- 影響：慢性發炎的不適感影響性功能及生活品質

攝護腺癌

- **對象**：好發60歲以上男性
- **原因**：原因不明、可能與攝取過多高油脂食物、體質或環境有關
- **症狀**：早期多無症狀、隨著腫瘤長大可能發生膀胱無力，如：頻尿、夜尿、小便細且慢、小便困難、小便中斷…等症狀
- **影響**：視癌細胞惡性程度及侵犯範圍可以接受觀察、手術、放射線治療、賀爾蒙或化學治療

如何保養攝護腺？

- 長期久坐、騎摩托車、腳踏車等，都會直接刺激攝護腺充血、腫脹不適
- 喝酒、吃刺激性食物也會間接影響攝護腺功能，都要盡量避免
- 服用某些感冒或抗過敏藥物後會加劇攝護腺肥大的症狀，造成排尿困難甚至尿滯留，必須小心避免
- 食物應把握清淡營養為原則，建議的補充品包括南瓜子和茄紅素、蔓越莓、維生素E和鋅片

不正常的排尿習慣

- **錯誤一：**
因為醫師說憋尿不好，所以一有尿意感就趕快上廁所以免發炎感染？
- **錯誤二：**
因為頻尿、尿多，所以要避免喝水？
- **錯誤三：**
因為工作忙，沒有時間上廁所—憋尿？

養成正常的排尿習慣

- 適當的補充水份
1500至2500西西 (100-200ml/小時)
- 養成定時上廁所習慣
2至3小時，以不超過3小時為原則
- 避免刺激性飲料
咖啡、紅茶、酒、辣椒、胡椒、冷飲
- 維持良好生活習慣
- 定期適度的運動
- 年度的健康檢查