

# 男性無聲殺手 - 如何維持攝護腺癌生活品質

吳俊德<sup>1</sup>、曾欽元<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup> 基隆長庚醫院泌尿科，基隆，台灣

<sup>2</sup> 國泰綜合醫院病理暨檢驗醫學部，台北，台灣

<sup>3</sup> 社團法人台灣分子醫學會，台北，台灣

男性年紀大了，除了攝護腺肥大之外，攝護腺癌是悄沒聲的殺手，因為通常不太會有明顯的臨床症狀。關於攝護腺癌，有哪些風險因子需要注意？那些是必要的檢查？由基隆長庚醫院副院長泌尿科吳俊德醫師，和國泰綜合醫院病理暨檢驗醫學部主任曾欽元醫師來和各位讀者說明。

國人被診斷出攝護腺癌的平均年齡是七十三歲，年紀越大，得到攝護腺癌的機會就越大，因此年齡是個風險因子。另外，臨床上近幾年經常發現有父子檔或是兄弟檔的患者，因此遺傳或飲食也屬於高風險因子，特別是西化的飲食，曾有一個針對夏威夷日裔美籍第二代移民的研究，傳統日本人攝護腺癌罹患率不高，但移民到美國後，攝護腺癌發生率卻顯著增加，在這族群中的基因並沒有變化，是環境的變化造成的，在這群移民第二代中有很高的比例改為西方飲食，其中高脂肪的食物佔相當高比重，因此研究顯示常吃紅肉、燒烤類或高脂肪食物等，皆會增加罹患攝護腺癌的風險。至於補充男性賀爾蒙會不會增加攝護腺癌發生

的機率，到目前為止醫學界尚無明確定論。

由於早期攝護腺癌沒有明顯症狀，因此國內泌尿科醫學會也建議五十歲以上男性，在做攝護腺肥大檢查同時，一併進行攝護腺癌特異性抗原 (PSA) 的檢查，以達到早期預防。若指數偏高，則可以透過肛門指診、超音波或 MRI 的檢查來進一步確認攝護腺是否發生癌變，需要進行切片檢查。



通訊作者：吳俊德副院長  
電話：(02)2431-3131  
地址：基隆市安樂區麥金路 222 號  
E-mail：chuntewu@cgmh.org.tw

攝護腺癌生長的速度相對其他的癌症較為緩慢，早期攝護腺癌平均可能要花兩年到四年的時間大小才會倍增。但早期攝護腺癌若放任不處理，根據最新英國的文獻報告顯示，十年內會有超過兩成會轉移到身體其他器官，因此及早發現，及早進行根治性手術或放射治療，能避免攝護腺癌轉移風險。

晚期的攝護腺癌有一個臨床特色，九成以上的會轉移到骨骼，主要以中軸骨骼，例如脊椎或骨盆，特別腰椎是最常轉移的部位。患者經常會主訴下背痛而前往骨科求診而被發現。少部分患者會發生淋巴結轉移，也有可能轉移到肝臟或肺臟，隨著時間的經過，轉移的比例也會隨著提高。目前一旦發生骨轉移，預後都不良好，現有新一代荷爾蒙治療藥物合併骨轉移標靶治療，可以延緩疾病進展，改善生活品質。

攝護腺癌的治療會隨期別不同，而有所不同，在第一、二期治療的目標是以根治性手術為主，攝護腺癌的手術方式大概可分為三種：一、傳統開腹手術，二、腹腔鏡手術，三、達文西機械手臂手術；自 2000 年達文西機械手臂手術發明之後，因為達文西機械手臂結合微創及傳統手術的好處，越來越多患者接受這樣的治療方式，以美國最近的統計，傳統開腹手術僅佔不到三成，而腹腔鏡手術更不到百分之一，超過 7 成以上的患者都選擇達文西機械手臂手術。在台灣目前已有超過 40 台的達文西機械手臂安裝於台灣各大醫學中心，而國內每年施行達文西前列腺癌手術更超過 1000 例，佔所有攝

護腺癌患者數近九成。

在進行攝護腺癌手術時，因為攝護腺是屬於男性的性器官，因此術前有三個角度必需要思考，第一就是癌症的控制，第二就是排尿的控制，第三個就是性功能。可以把攝護腺想像成一個蘋果，果皮上面就是性功能相關的神經跟血管，要保留性功能，就得要把蘋果皮留下來，但是假如皮留的太厚，裡面藏有癌細胞的果肉也有可能留下來。以目前開刀的技術，維持排尿功能沒問題，但維持性功能以目前醫學的技術來講差異很大，主要牽涉到病患個別疾病狀況，手術時組織沾黏的狀況，以及攝護腺的結構，因人而異，需要與主治醫師充分討論。

但攝護腺癌到第三期手術可能就無法完全切除腫瘤，這時會依照患者的年齡與腫瘤是否有生長超過攝護腺的包膜來決定治療方式，會個案不同決定採取手術治療或放射線合併荷爾蒙治療。一旦病程較晚，到了第四期，已經發生轉移，這時治癒性的療法已不可行，就會採取控制性的療法，就是荷爾蒙療法合併骨轉移標靶治療。

至於攝護腺癌的患者在生活上需要注意兩部分，第一部分就是跟所有的癌症患者一樣，一、均衡飲食，二、充足的睡眠及作息，三、攝取足夠的水分，這會讓整個泌尿系統的保健會更好；第二部分，攝護腺癌患者接受過不論是開刀或是放射線治療，在排尿功能上面會有很大的轉變，可能有尿急或是尿失禁的問題，

通常會建議病人水分的攝取要足夠以外，再做一些有助膀胱肌肉訓練控制力的活動，包括一些緩和的運動，例如散步、游泳等。晚期的攝護腺癌的病人，接受荷爾蒙的治療後，可能會產生男性更年期的症狀，這時需要預防骨質的流失，包括補充維他命 D 及鈣，多去曬太陽及多做運動，另外在情緒上的變化，或是一些更年期的症狀可以尋求醫師協助。

由於攝護腺癌的發生與西化高脂飲食有高度相關，建議男性長輩可以多攝取富含茄紅素的飲食，研究發現地中海國家攝護腺癌發生率相當低，因為地中海飲食中，番茄與橄欖油的食用可能可幫助降低攝護腺癌發率，另外則是減少燒烤油炸食物或紅肉的攝取，以維持健康。

BIOMEDICINE  
生物醫學