

男人50歲後的健康警訊 攝護腺、性功能障礙、男性更年期



黃志賢醫師

國立陽明交通大學附設醫院 院長

國立陽明交通大學附設醫院 醫學院 教授

臺北榮總 泌尿部 特約主治醫師

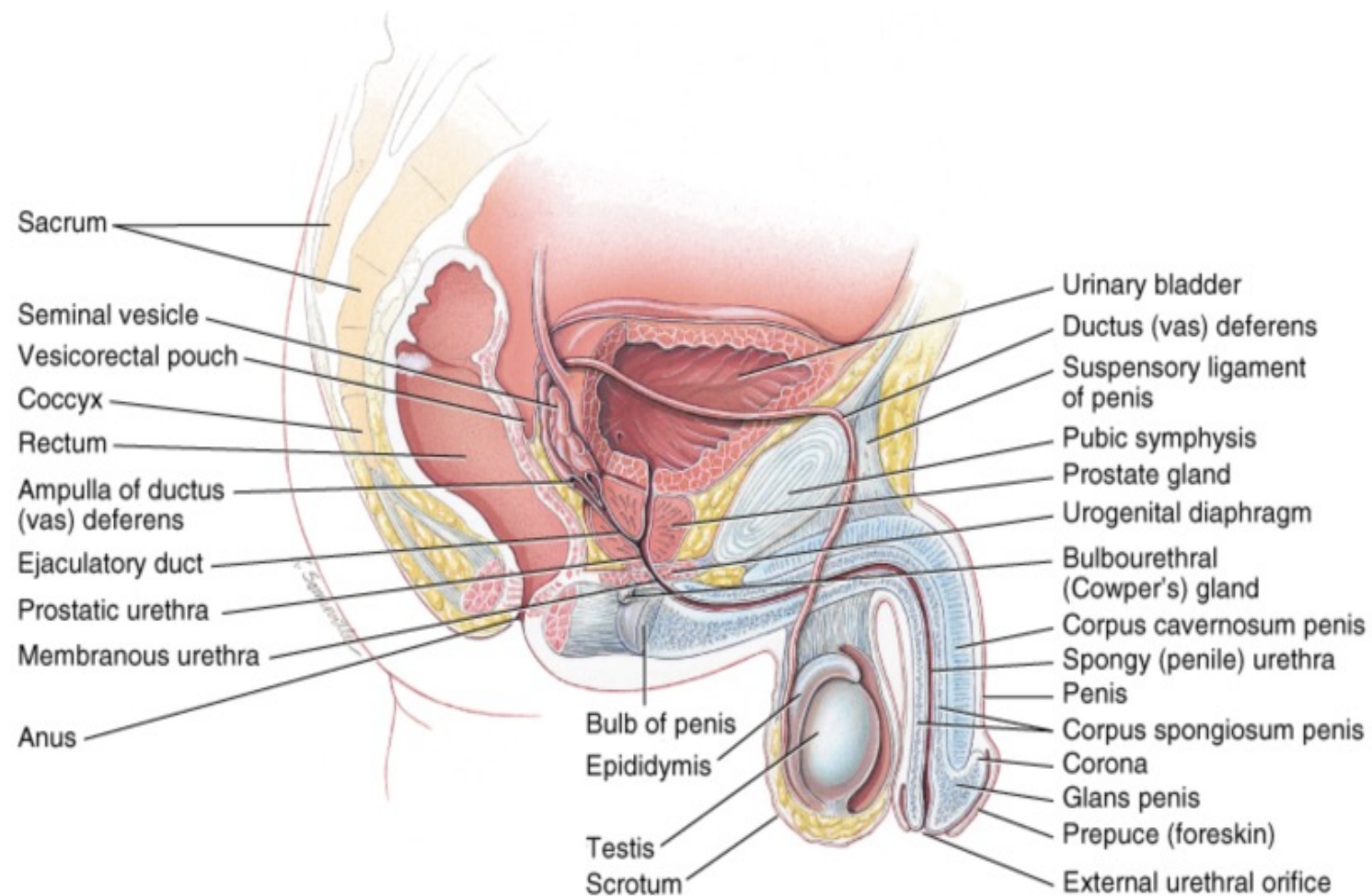
- 少年放尿放過溪，老人放尿滴到鞋

- 總有一天等到你

迷思？

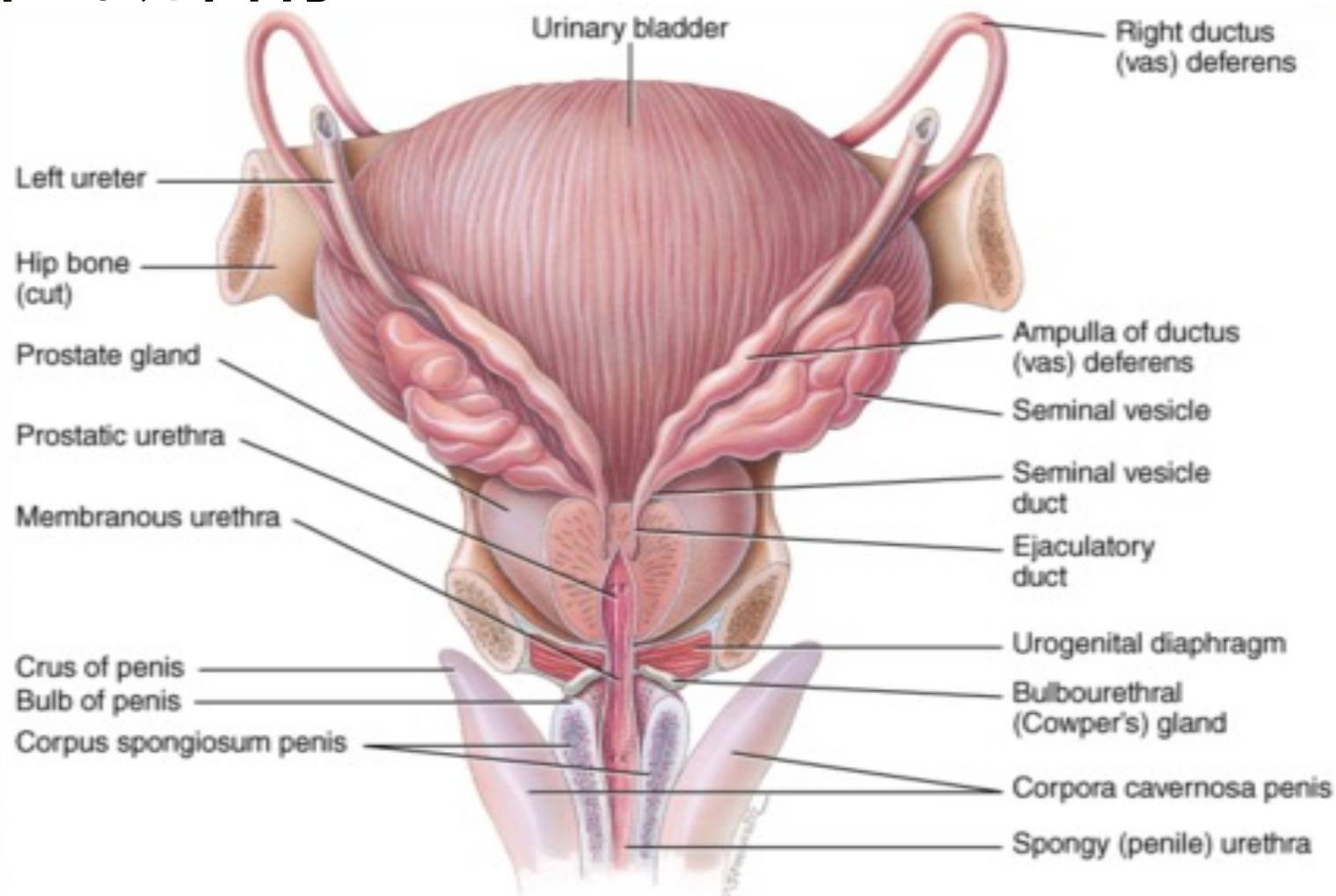
- 排尿不順要去看醫生，否則拖久了會變攝護腺癌
- 我排尿很順，不可能得攝護腺癌
- 我夜尿很嚴重，是因為攝護腺肥大
- 為什麼攝護腺肥大的人不適合吃感冒藥？
- 攝護腺手術後，勃起會受影響

下尿路的解剖



(a) Sagittal section

下尿路的解剖

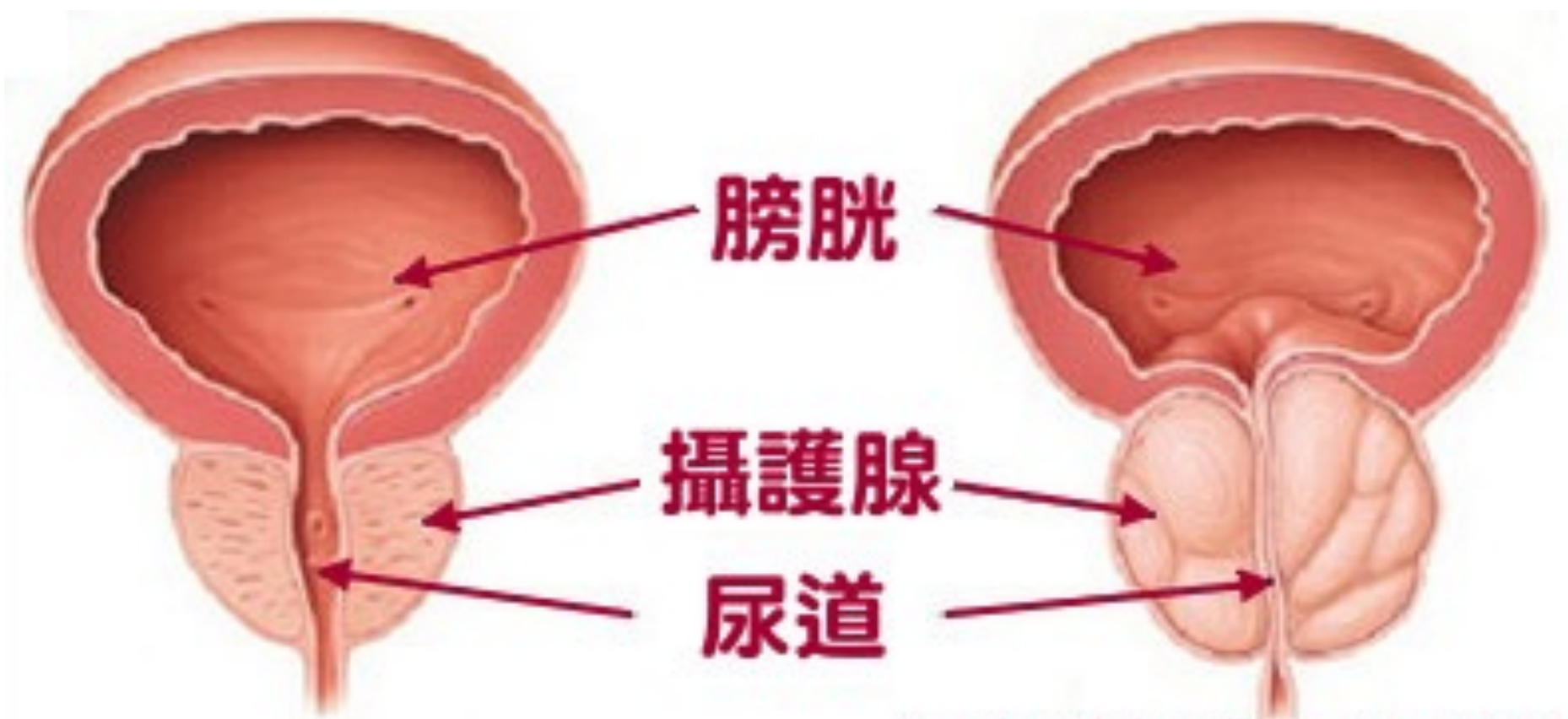


Posterior view of male accessory organs of reproduction

男人的甜蜜負擔 攝護腺

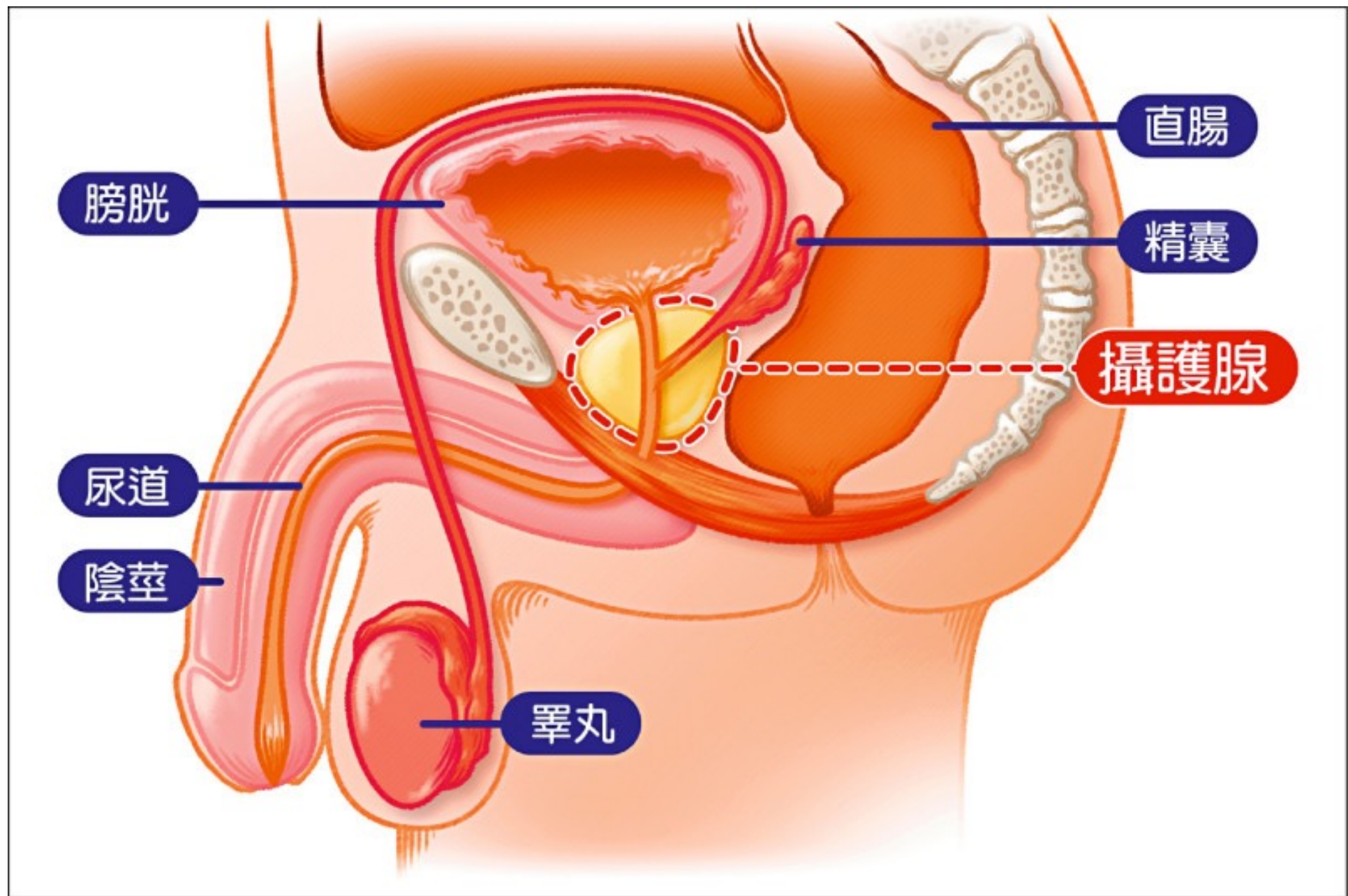
攝護腺肥大與攝護腺癌





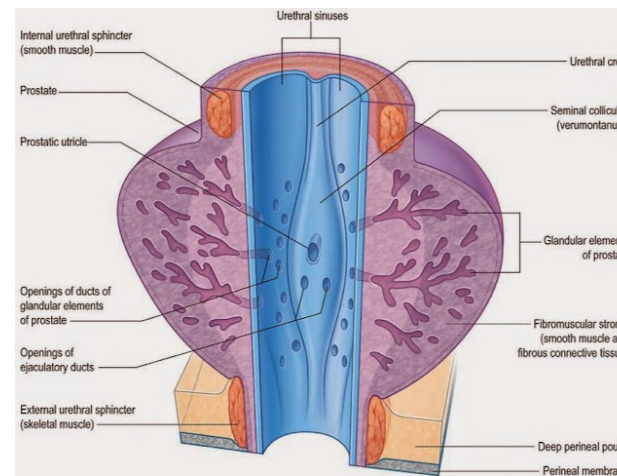
正常攝護腺組織

壓迫膀胱及尿道
增生攝護腺組織

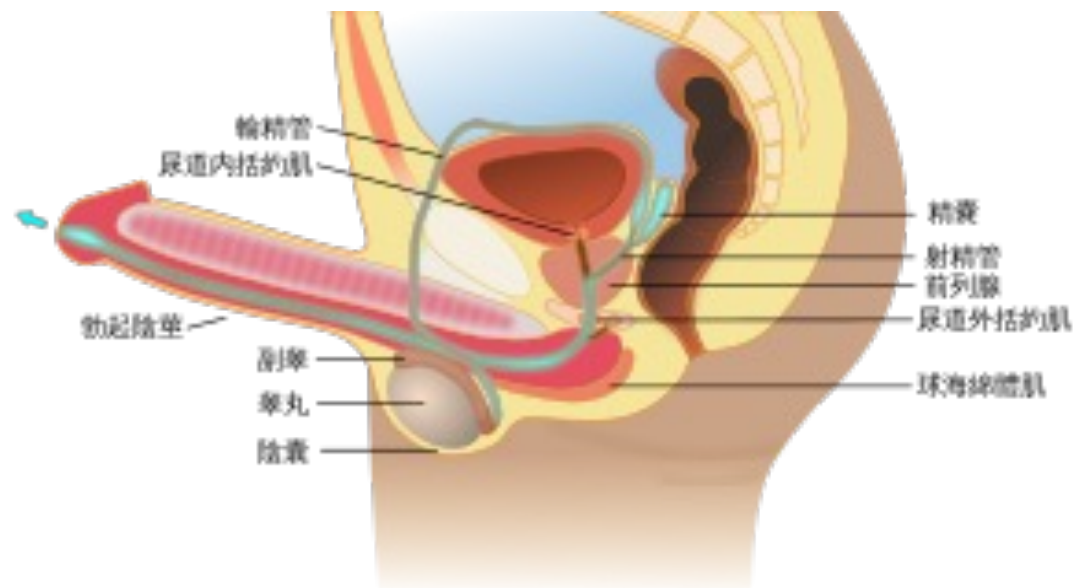
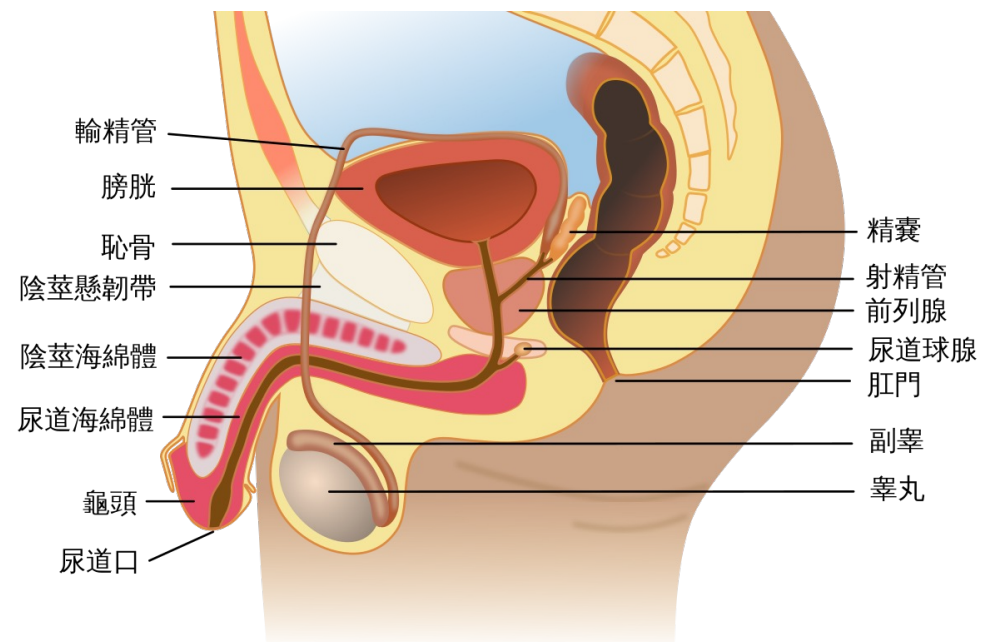


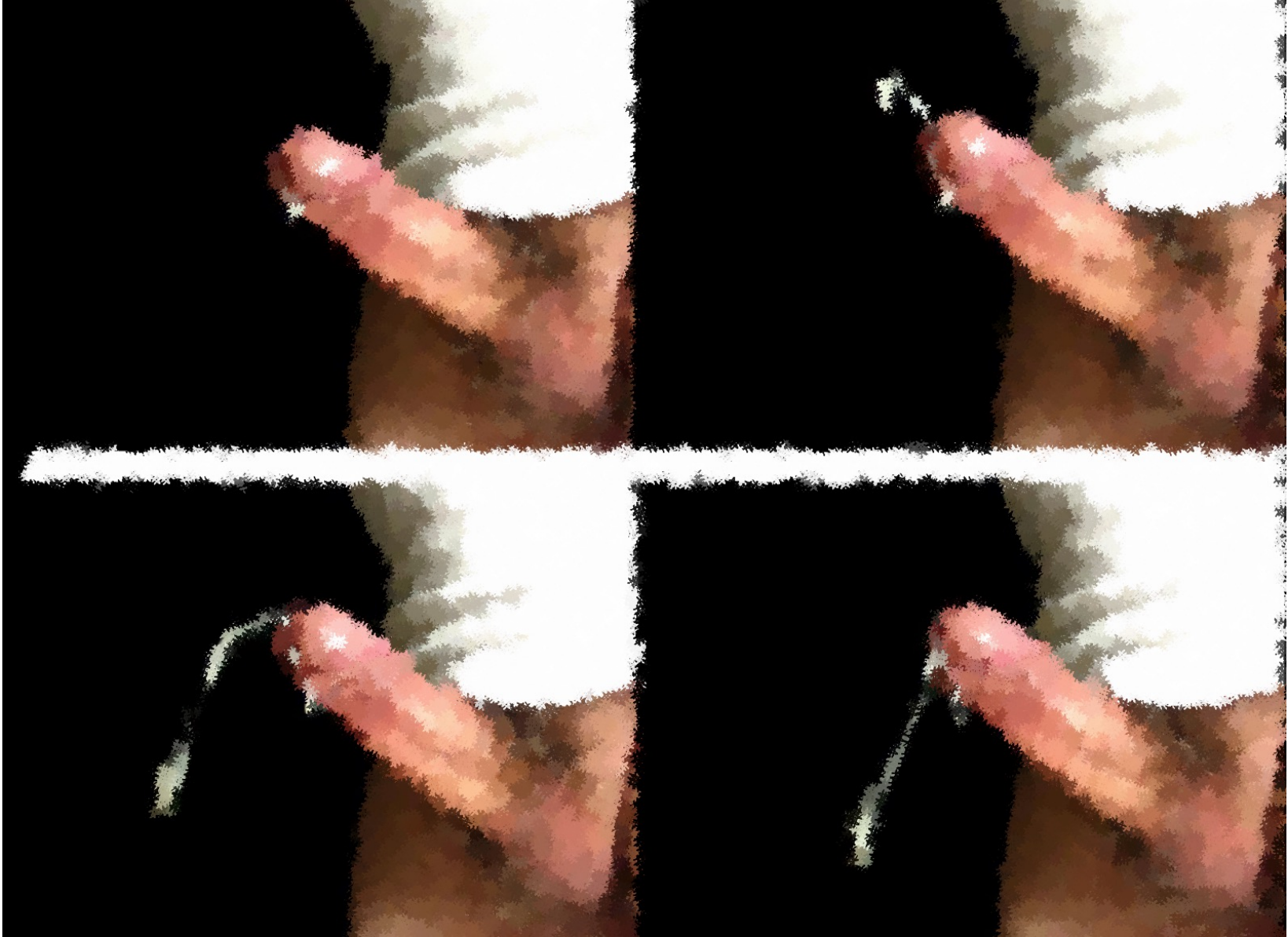
攝護腺

- 會收縮（平滑肌）
 - 貢獻1/3的精液（腺體）
 - 提供液化精液的酵素（腺體）
 - 參與尿控的角色（平滑肌）
-
- 受睪固酮的調控（腺體）
 - 受交感神經系統的控制（平滑肌）



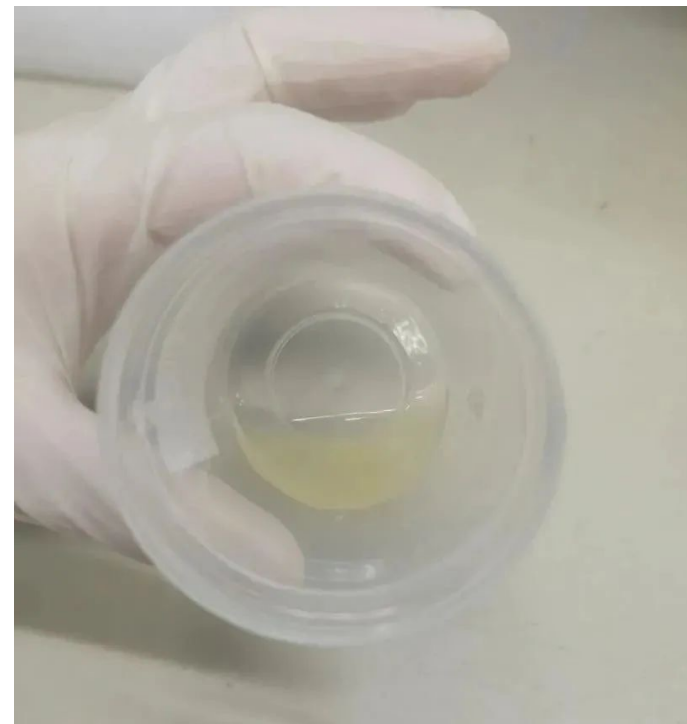
攝護腺的功能







精液液化



PSA

- Prostate Specific Antigen
- 攝護腺特異抗原
- 酵素-液化精液
- 精液組成
 - 精子+儲精囊液+攝護腺液
 - 以咖啡為例

精液



哪一杯有牛奶？



哪一杯有加糖？



PSA與攝護腺癌的關係

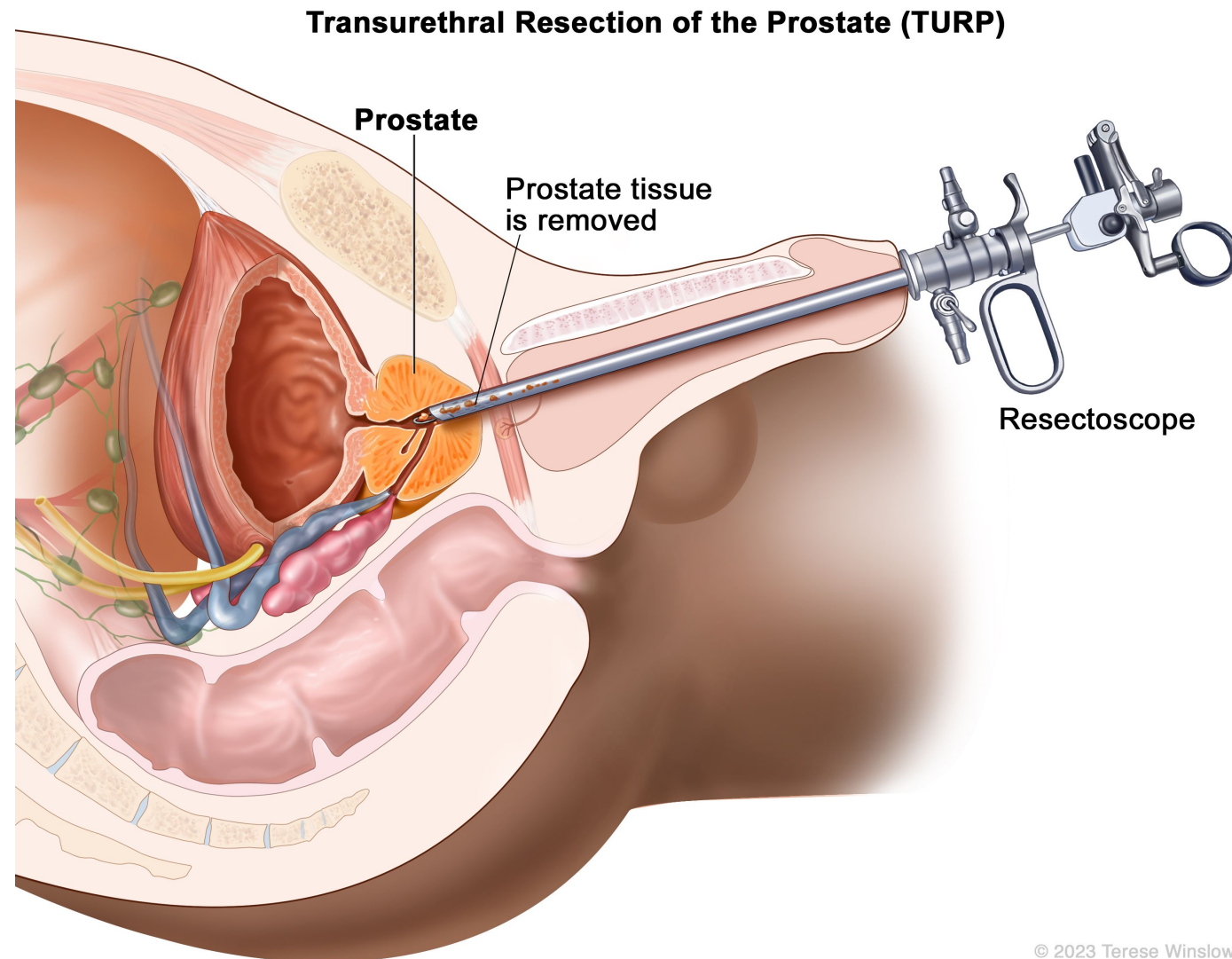


攝護腺肥大的症狀

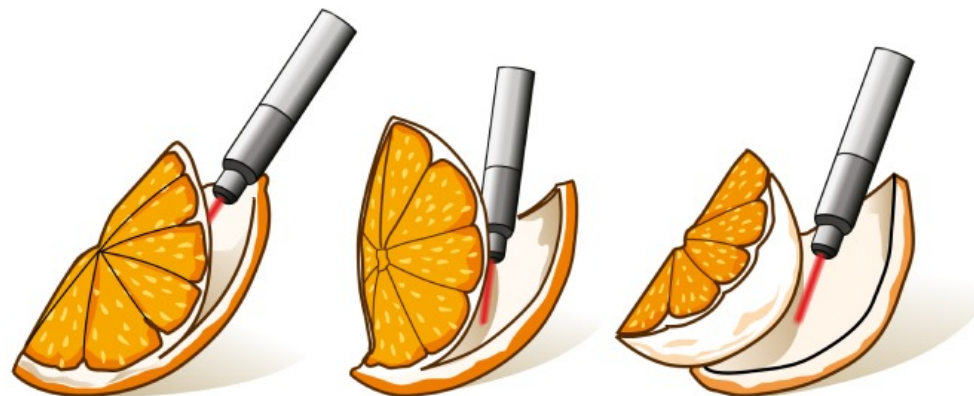
- 尿無力
- 尿間斷
- 尿遲滯
- 殘尿感
- 尿末滴尿
- 頻尿
- 尿急
- 夜尿



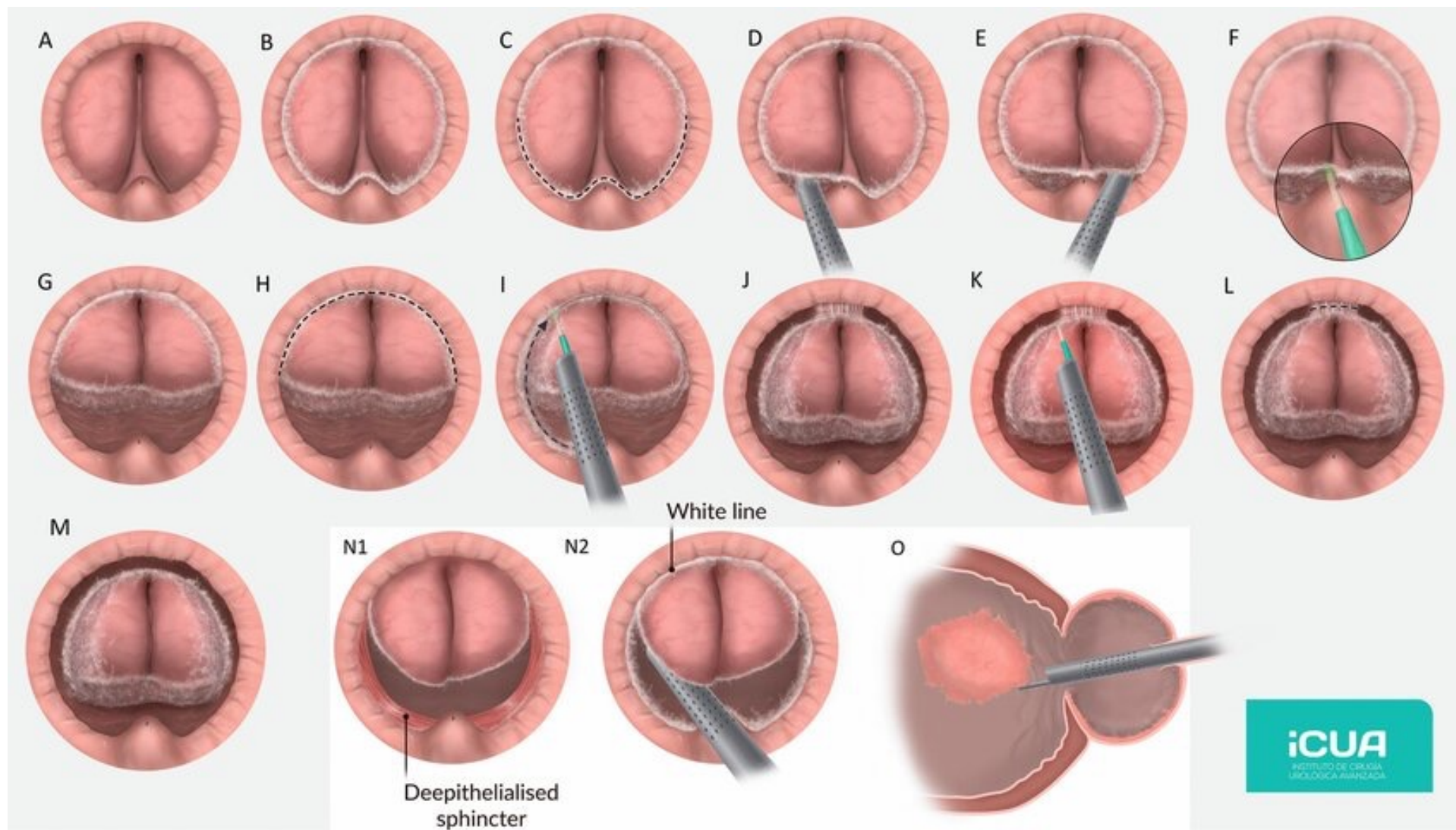
電刀切除



雷射切割剷除



雷射切割剷除

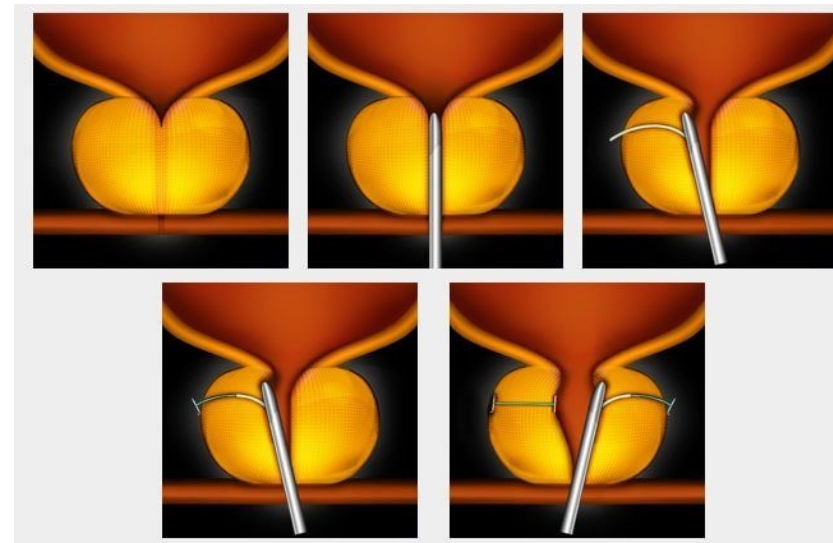
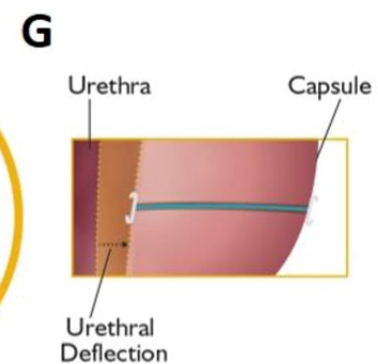
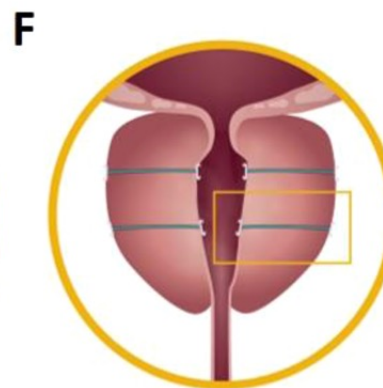
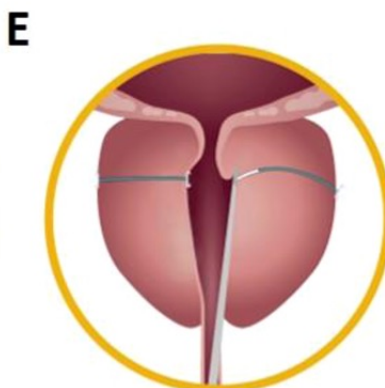
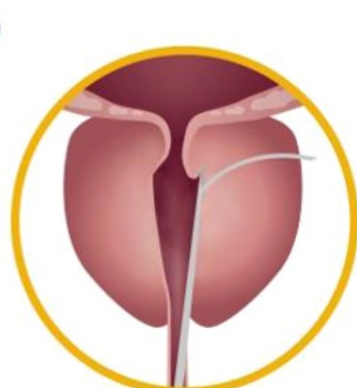
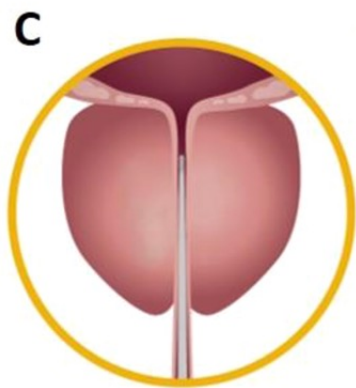
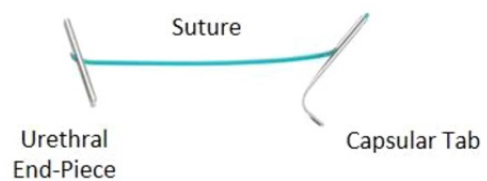


攝護腺拉開術 UroLift

A UroLift® Delivery Device

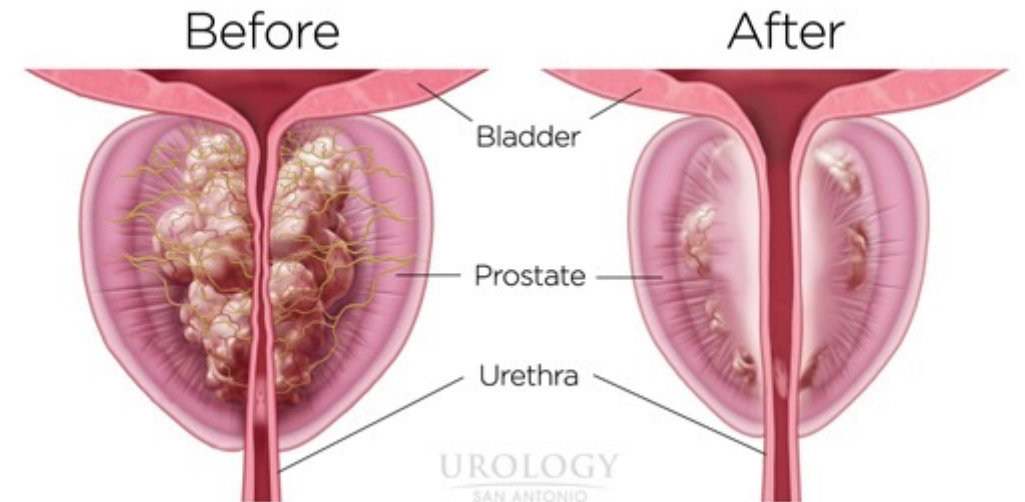
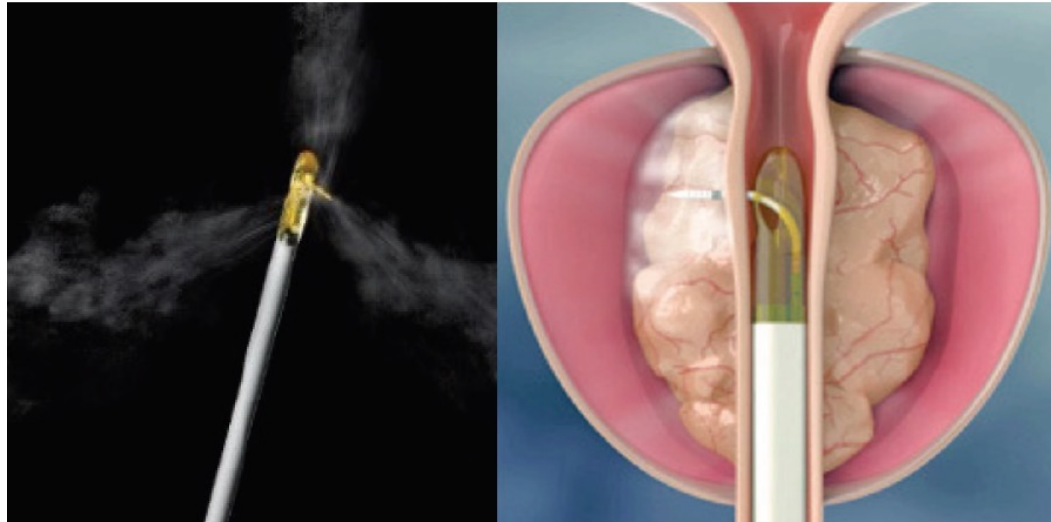


B UroLift® Implant



蒸氣熱銷融

Rezum



攝護腺癌

攝護腺(前列腺)

ICD-O-FT	T-185
ICD-O-3	C61
ICD-9	185
ICD-10	C61

民國111年，攝護腺(前列腺)惡性腫瘤發生個案數占全部惡性腫瘤發生個案數的6.96%，當年因此惡性腫瘤死亡人數占全部惡性腫瘤死亡人數的3.52%。發生率的排名於男性為第3位；死亡率的排名於男性為第6位。民國111年初次診斷為攝護腺(前列腺)惡性腫瘤者共計9,062人，占男性生殖器官(ICD-O-3 C60-C63)個案數的95.35%；當年死因為攝護腺(前列腺)惡性腫瘤者共計1,830人。

項 目	發生個案	項 目	死亡個案
	男性		男性
個案數(人)	9,062	個案數(人)	1,830
年齡中位數	72	年齡中位數	82
粗率(每10萬人口)	78.81	粗率(每10萬人口)	15.91
年齡標準化率 ² (每10萬人口)	35.13	年齡標準化率 ² (每10萬人口)	6.13
年齡標準化率 ³ (每10萬人口)	41.62	年齡標準化率 ³ (每10萬人口)	7.97

註：1. 自 96 年癌症登記報告起，惡性淋巴瘤從各部位獨立出來計算發生率，並納入排名。

2. 3.年齡標準化率²係使用 1976 年世界標準人口為標準人口，年齡標準化率³係使用 2000 年世界標準人口為標準人口。

111 年癌症個案數增加最多前 5 名

癌症部位	發生數		增加數	增加百分比
	110 年	111 年		
1.女性乳房	15,448	17,366	1918	12.42%
2.攝護腺(前列腺)	7,481	9,062	1581	21.13%
3.結腸、直腸、乙狀結腸連結部及肛門	16,238	17,643	1405	8.65%
4.肺、支氣管及氣管	16,880	17,982	1102	6.53%
5.甲狀腺	4,626	5,601	975	21.08%

*增加百分比= (當年發生數 - 前一年發生數) ÷ 前一年發生數 ×100%

111 年癌症個案數增加比例最多前 5 名

癌症部位	發生數		增加數	增加百分比
	110 年	111 年		
1.攝護腺(前列腺)	7,481	9,062	1581	21.13%
2.甲狀腺	4,626	5,601	975	21.08%
3.女性乳房	15,448	17,366	1918	12.42%
4.子宮體	3,181	3,541	360	11.32%
5.腎	1,735	1,904	169	9.74%

*增加百分比= (當年發生數 - 前一年發生數) ÷ 前一年發生數 ×100%

*111 年個案數超過 1,000 例(含)以上

攝護腺癌診斷

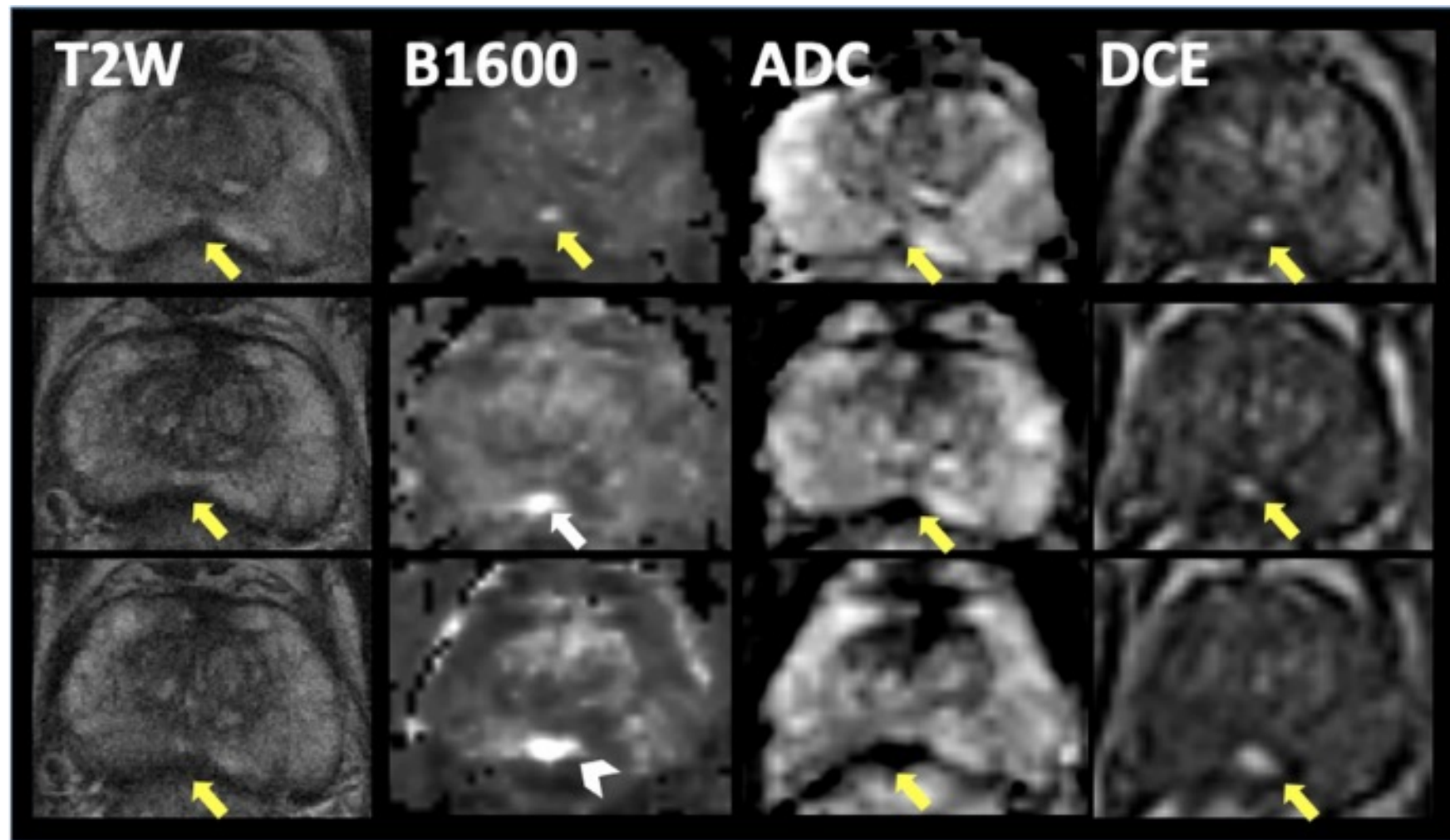
- 定期篩檢

肛門指診（DRE）：每年進行一次，特別是50歲以上或有家族病史者。

PSA 檢測：檢查攝護腺特異性抗原，早期發現癌症風險。

攝護腺磁共振造影 mpMRI

- PI-RAD score



攝護腺癌

達文西機器手臂攝護腺根除手術



攝護腺根除手術標本



重粒子（碳粒子）放射治療



重粒子癌症治療優勢

體外放射治療主要種類

光子治療

X光

歷史悠久、全球最普遍療法；
射線進入人體後隨行進遞減，
在抵達腫瘤的過程中可能傷害
經過的正常組織

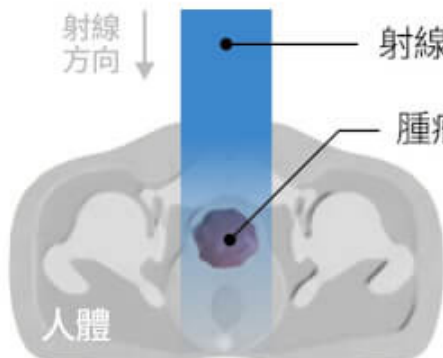
粒子治療

質子

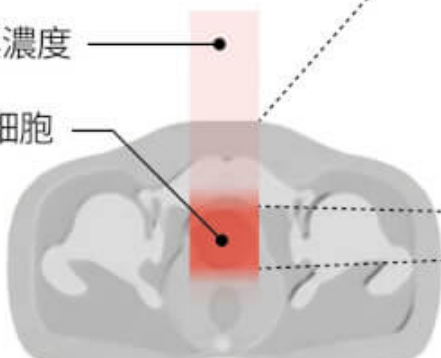
重粒子

質子、重粒子射線具有「布
拉格峰」物理特性，可將能量釋
放集中於腫瘤部位，減少對鄰
近正常組織的傷害

光子治療示意



重粒子治療示意



重粒子放射治療劑量 與其他射線比較

■重粒子 ■質子 ■光子

射線百分深度劑量

0% 50 100

體表

人體組織深度
淺
深

布
拉
格
峰

腫瘤
區域

如何降低攝護腺癌的風險

- 飲食建議

1. 多吃蔬果：如番茄（含茄紅素）、花椰菜等十字花科蔬菜，有助於降低風險。
2. 減少紅肉與高脂肪攝取：選擇魚肉或植物蛋白替代，避免燒烤肉類。
3. 補充維生素D：經常曬太陽或補充維生素D。
4. 多吃大蒜與洋蔥：研究顯示可降低罹癌機率。

- 生活習慣

1. 保持健康體重：透過減少卡路里攝取和規律運動來控制BMI。
2. 減少酒精與菸草攝取。
3. 定期射精：每月至少21次射精可降低33%風險。

- 運動

- 經常進行中低強度運動，如步行或有氧運動，可降低31-37%的死亡風險。

親屬有攝護腺癌時，會增加多少罹癌的風險？

- 若有一等親（如父親或兄弟）罹患攝護腺癌，個人罹患攝護腺癌的風險會增加約2倍。
- 若有兩位或以上直系親屬罹患，風險則會升高至5到11倍。
- 若家族中男性親戚於55歲前發病，風險可能增至5倍

哪些蔬菜最有效降低攝護腺癌風險

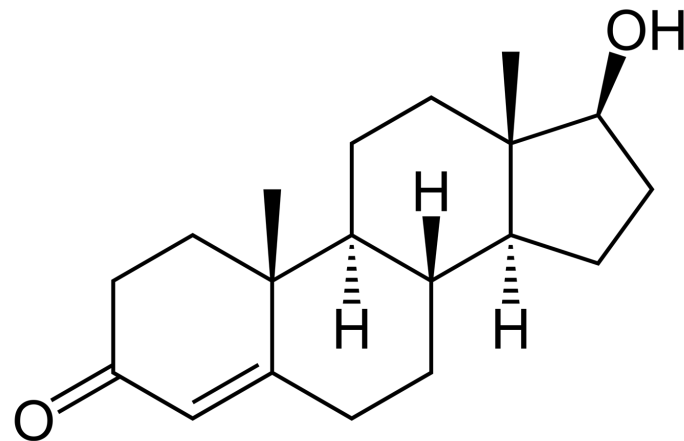
1. 十字花科蔬菜：如花椰菜、甘藍菜、高麗菜、青花菜等，富含吲哚和硫代葡萄糖苷，能抑制癌細胞生長。
2. 蘑菇：每週食用3次可降低攝護腺癌風險17%，即使每週1-2次也有8%的風險降低。
3. 番茄：含茄紅素，有抗氧化作用，建議搭配酪梨以提升吸收率。
4. 南瓜：富含鋅，有助於預防攝護腺病變

咖啡的攝取與攝護腺癌風險

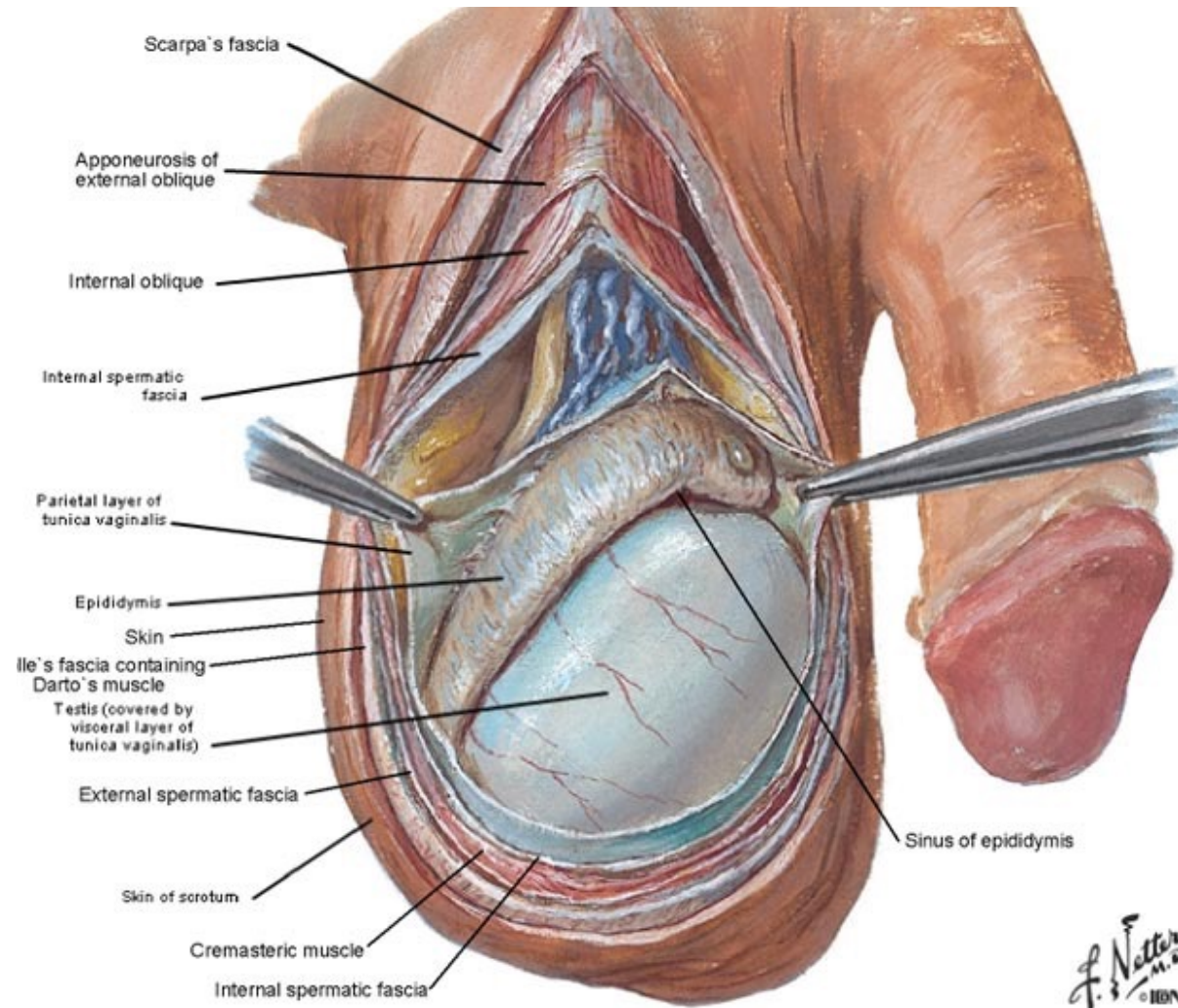
- 適量攝取咖啡可能降低攝護腺癌的風險。每天喝咖啡的人，其罹患攝護腺癌的風險可降低約7%至9%。
- 咖啡中的抗氧化劑（如綠原酸和咖啡酸）具有抗發炎、抗氧化及調節胰島素的作用，這些機制可能干預攝護腺癌的發展。然而，需注意每日咖啡因攝取量不宜超過400毫克（5杯黑咖啡），以避免副作用

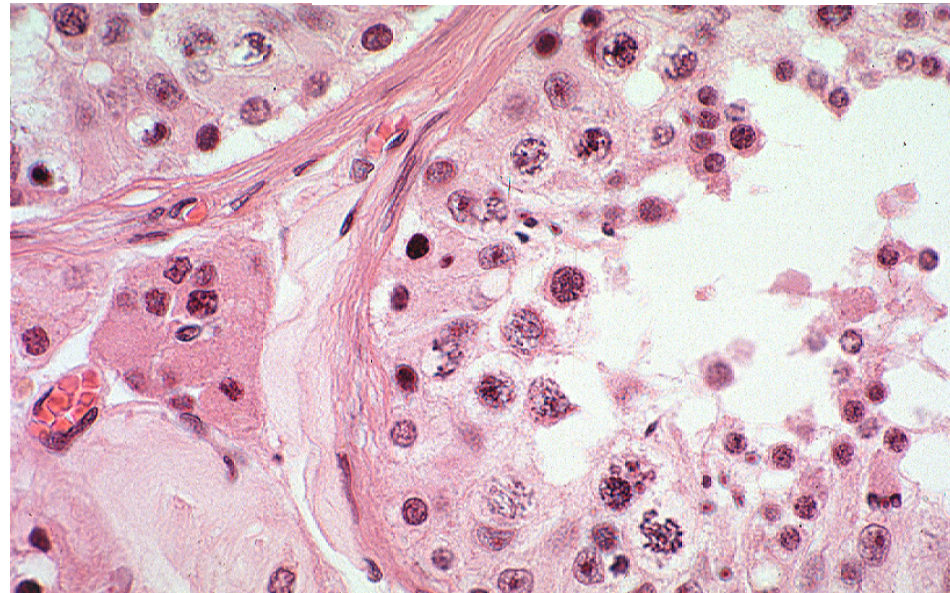
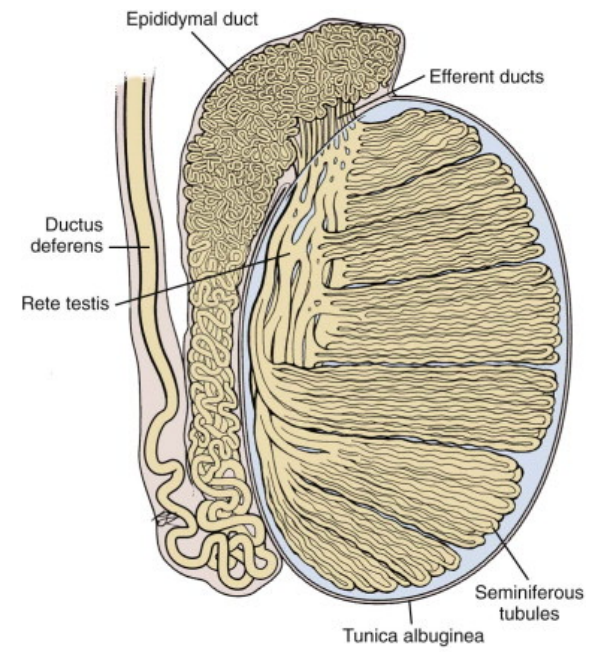
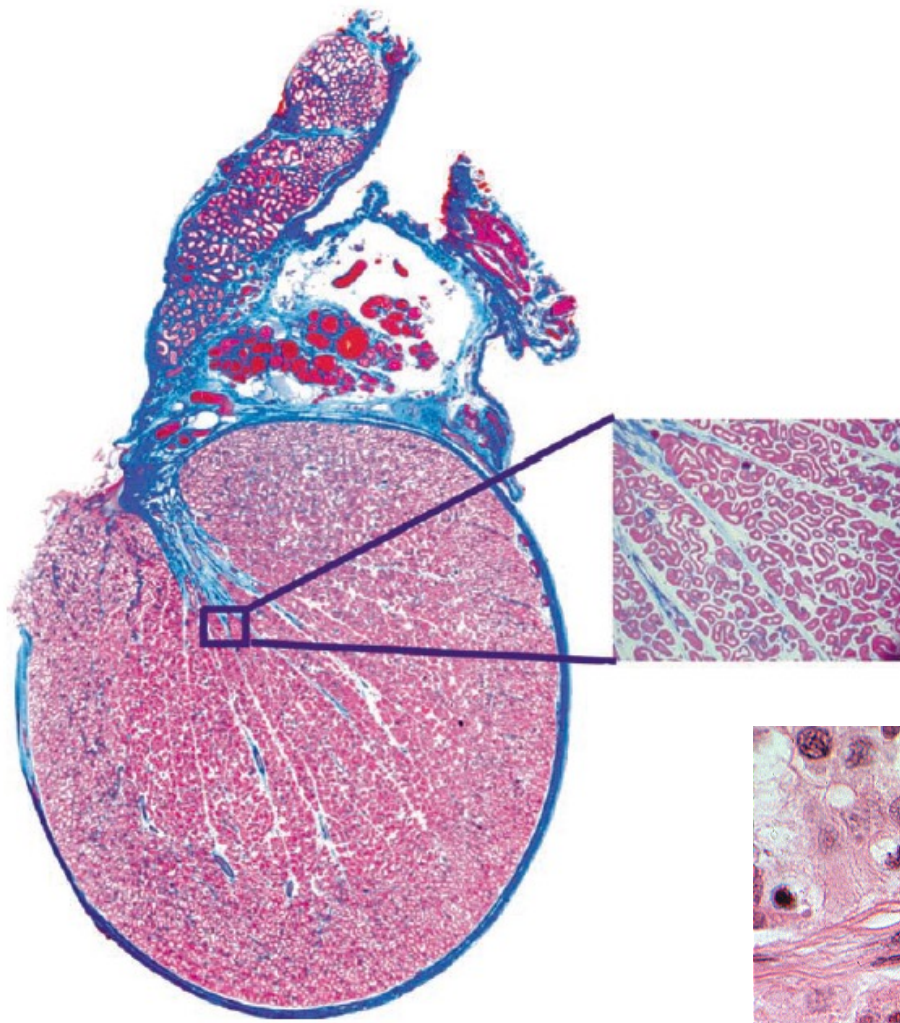
攝護腺癌

- 與攝護腺肥大沒有因果關係
- 與遺傳有關聯性
- 發生率超過你的認知
- PSA與攝護腺癌的關係
- 攝護腺癌與荷爾蒙治療



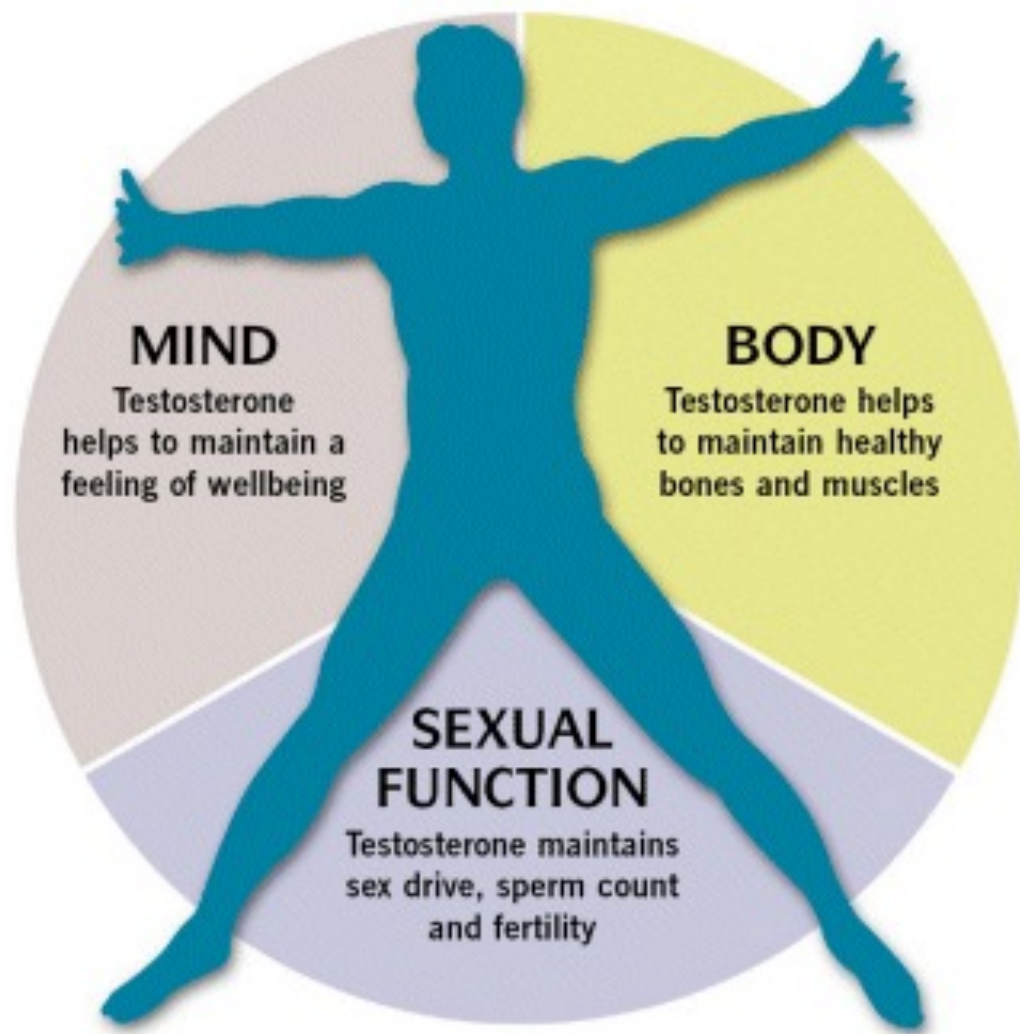
睪丸與睪固酮
男人的青春泉源





睪固酮的作用器官

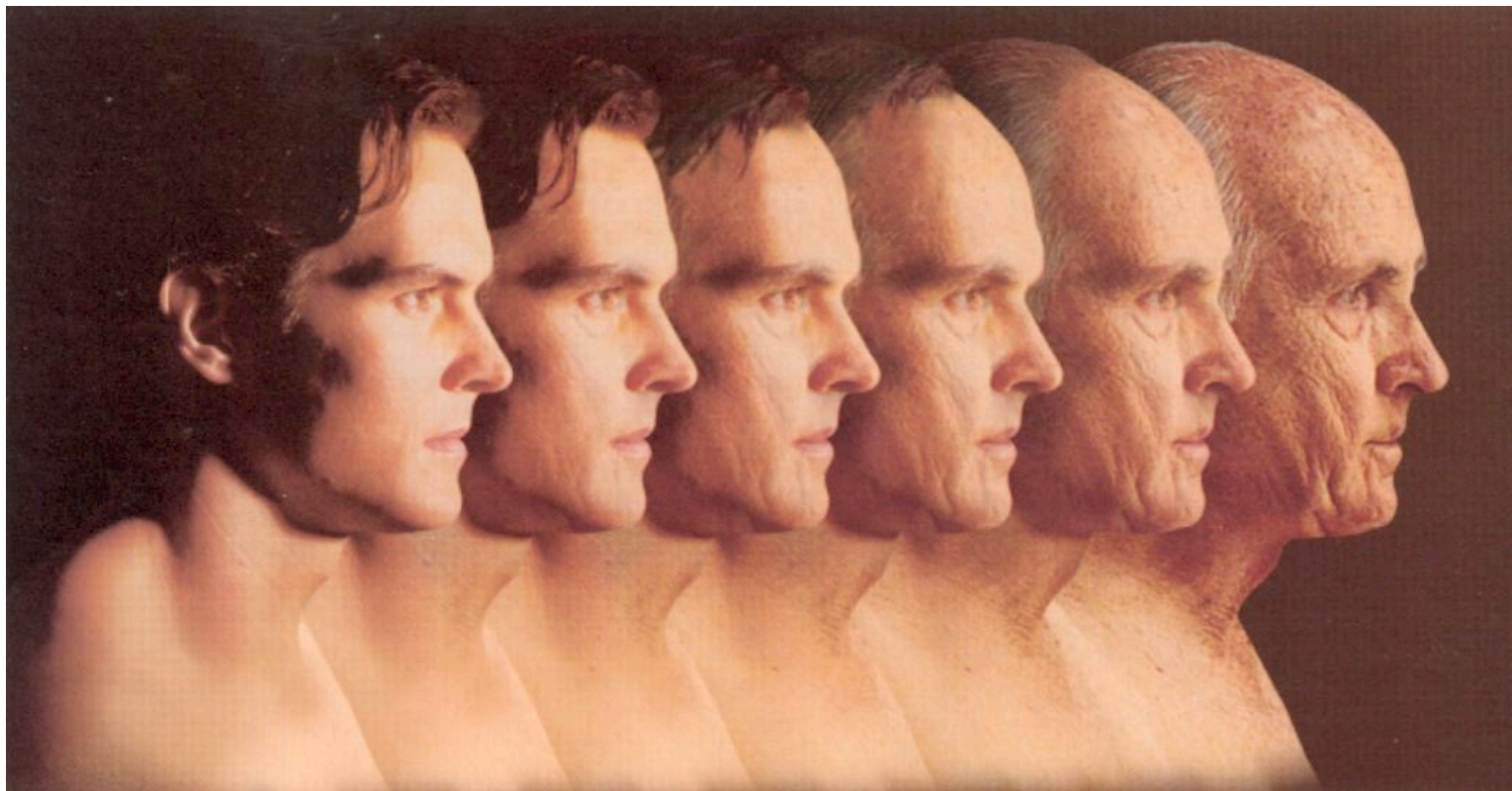
- 生理
- 認知、心理
- 性慾、性功能
 - 勃起
 - 性徵
 - 生理性峰值



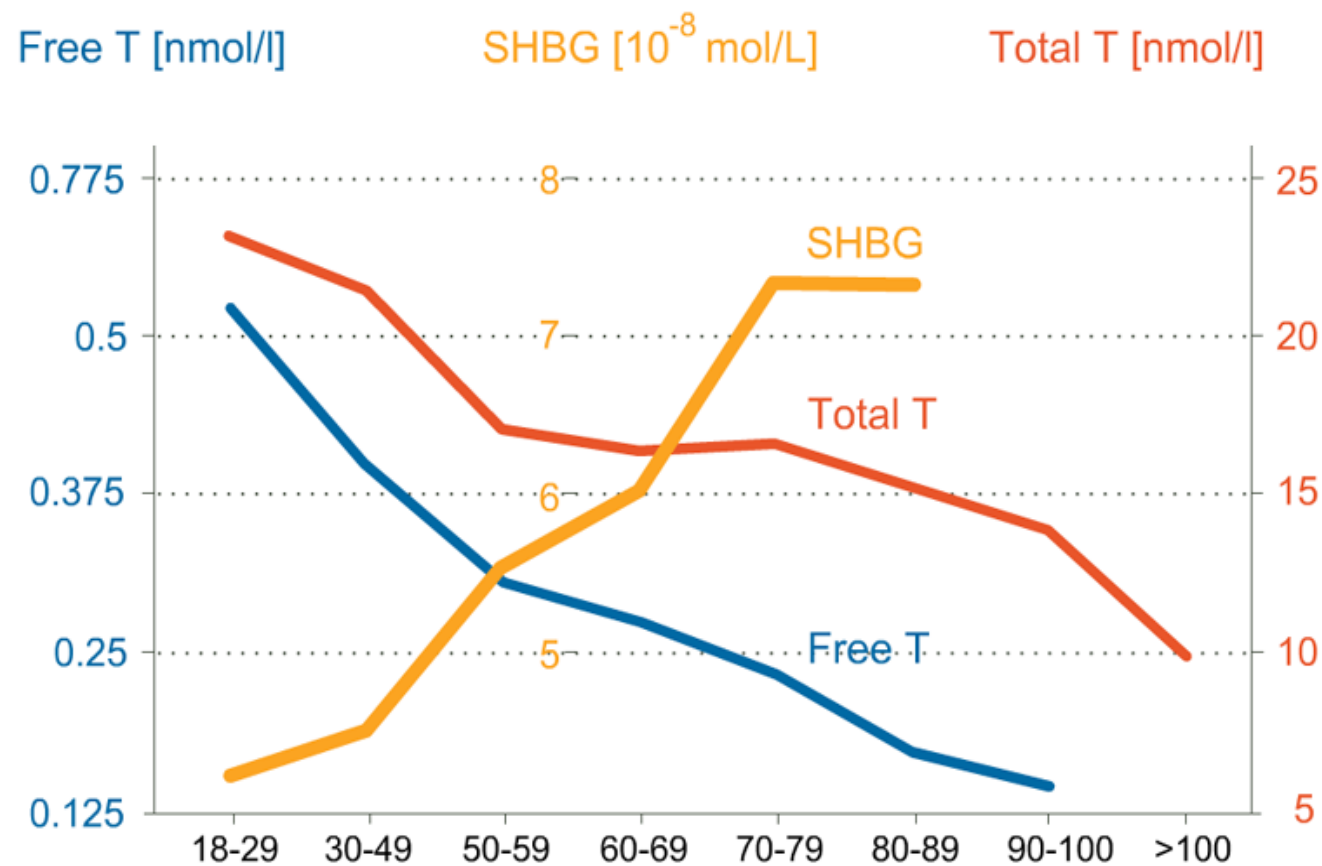
太監與人妖



男性更年期



睪固酮隨年齡增加而下降



醫師，為什麼威而鋼沒效？

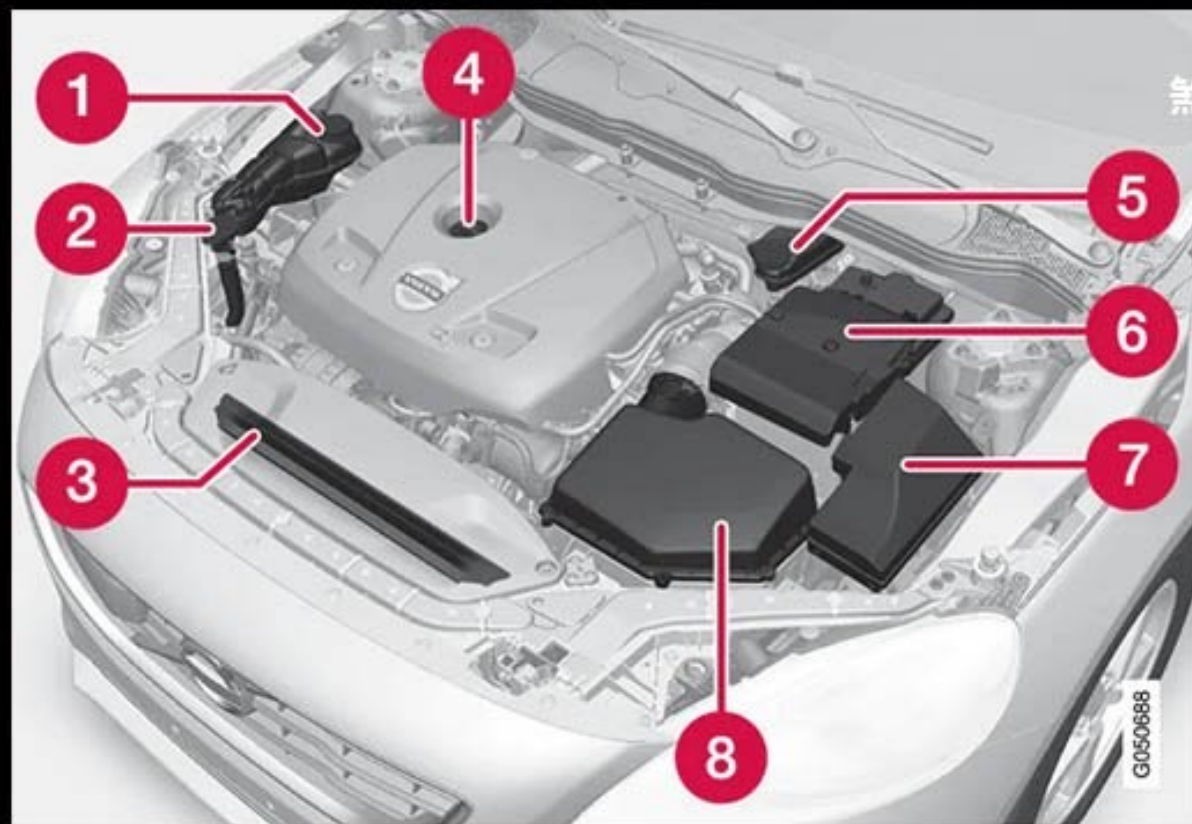


機油填充管

冷卻液副水箱

清洗液填充管

水箱



煞車油與離合器油儲液筒

(位於駕駛人那一側)

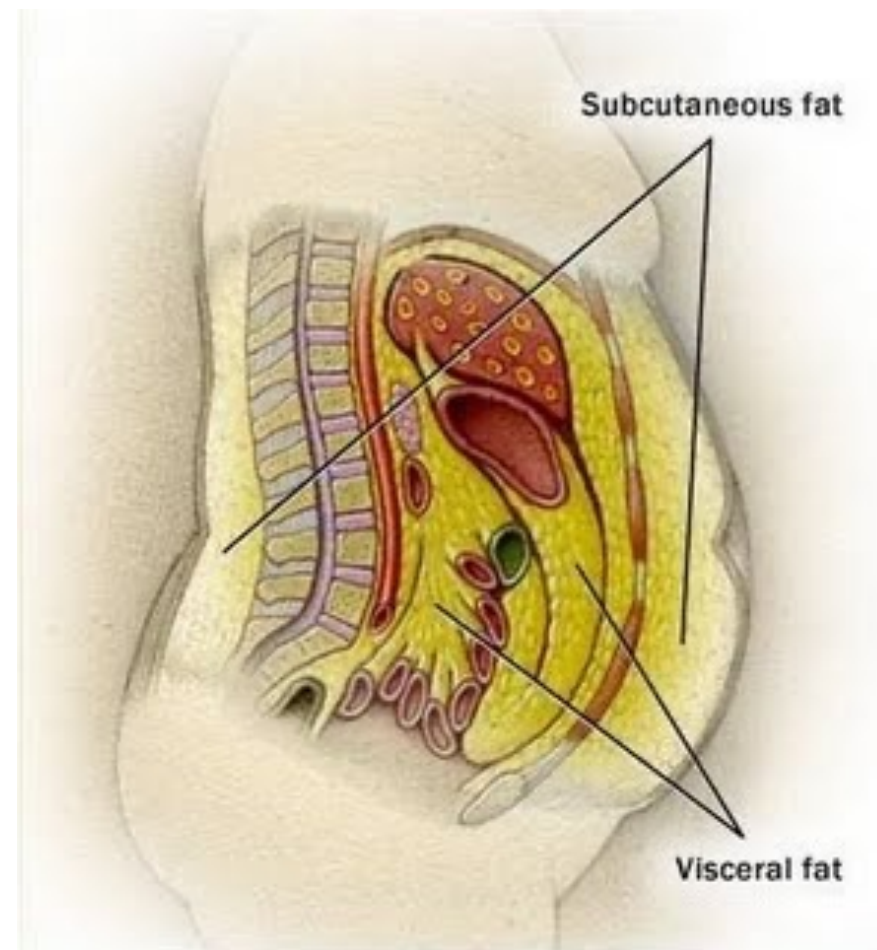
電瓶

繼電器和保險絲盒

空氣濾清器

睪固酮與雌激素

- 芳香酶
- 中廣身材



睪固酮與生殖功能

- 睪丸內的濃度
- 健美先生



低羣固醇與致死五重奏



迷思？

- 排尿不順要去看醫生，否則拖久了會變攝護腺癌
- 我排尿很順，不可能得攝護腺癌
- 我夜尿很嚴重，是因為攝護腺肥大
- 為什麼攝護腺肥大的人不適合吃感冒藥？
- 攝護腺手術後，勃起會受影響



謝謝您的聆聽!



黃志賢院長
國立陽明交通大學附設醫院
williamjshuang@gmail.com