

泌尿外科专家何华东：难言之隐别忍 定期体检早发现



扫码看视频

名医讲堂



何华东

浙江大学医学院附属杭州市第一人民医院泌尿外科主任、主任医师,中国医师协会泌尿外科医师分会委员,浙江省医学会泌尿外科分会副主任委员,杭州市医学会泌尿外科分会主任委员,浙江省抗癌协会泌尿男生殖系统肿瘤专业委员会副主委。

本报记者 林乐雨

几乎每一位老年男性可能都会面对关于前列腺的难言之隐。

前列腺炎、前列腺增生和前列腺肿瘤如何预防及治疗?针对这些问题,记者专访泌尿外科专家何华东。

两种情况容易混淆

三伏天将至,随着天气逐渐炎热,身体里的水分随汗液大量排出,尿液减少。此时,如不及时补水,熬夜、多饮酒,同时伴有憋尿的习惯,容易导致高浓度尿液返流,刺激前列腺,产生炎症,引发感染。如果感觉自己精神状态差,小便次数多,有时候尿量特别少,尿道还有火辣辣的感觉,会阴部胀痛,可能就是前列腺发出警报。



前列腺炎和前列腺增生是大多数男性都会发生的疾病,会引发一系列症状,包括排尿费劲、小便滴沥、尿线变细变短等排尿期症状,以及尿频、尿急、夜尿增多等储尿期症状。

前列腺炎和前列腺增生临床症状相近,不但容易混淆还可能并存。看诊时,医生除了通过患者年龄进行判断,还会观察前列腺大小加以区分。

良性前列腺增生是中老年男性最常见的排尿障碍性疾病,一般发生在40岁以后,超过一半的60岁以上男性存在良性前列腺增生,80岁以上男性良性前列腺增生的比例高达83%。

何华东提醒,单纯的前列腺良性增生可以没有症状,无症状增生不需要治疗。但一旦出现排尿困难,务必及时就医。有症状的增生如不及时治疗,可能会引发尿潴留、膀胱结石、血尿、尿路感染、肾功能不全等并发症。

定期体检至关重要

在欧美国家,前列腺肿瘤发病率高。在美国,它位于男性恶性肿瘤第一位。近年来,我国前列腺肿瘤发病率呈上升趋势。何华东表示,2000年,杭州三甲医院一年的前列腺肿瘤手术平均一家不过10台,如今,仅杭州市第一人民医院,一年就要开展数百台前列腺肿瘤根治手术。

何华东告诉记者,这与前列腺肿瘤的体检普及密切相关。

前列腺肿瘤具有发病慢、病程隐秘的特点。在疾病前期,患者可以完全没有特殊症状。而到了疾病晚期,前列腺肿瘤可能发生转移症状,出现骨痛、脊髓压迫神经、病理

性骨折、贫血、消瘦等,此时已经错过手术根治的最佳时机。

若想及时发现,定期体检至关重要。如今,前列腺肿瘤筛查已被浙江各大医院和多数社区医疗卫生机构纳入基础体检。

体检时,只需要通过抽取静脉血进行化验,观察前列腺特异性抗原(PSA)指标。如果该指标数值明显超出正常范围,就需要到正规医院专科进一步检查。

何华东提醒,前列腺肿瘤与前列腺炎、前列腺增生并无直接关系,但它有家族发病倾向。有家族病史并且PSA指标异常的患者,要高度警惕,及时到正规医院就诊。

养成良好生活习惯

几乎每名男性都会遭遇前列腺疾病,有哪些治疗手段可以应对?

前列腺炎和早期前列腺增生多用药物保守治疗。前列腺炎会搭配西药与中成药;前列腺增生早期用药能缩小前列腺体积,延缓生长速度,舒张膀胱颈口,减少膀胱出口压力,让尿液更容易排出。当增生患者出现反复尿潴留、反复尿路感染、血尿等症状时,则需要通过手术进行治疗。

对于能够及时发现的早期前列腺肿瘤,医生通常会选择通过手术根治。何华东介绍,随着科技进步,

目前可通过先进的第四代“达芬奇机器人手术”进行治疗。若前列腺肿瘤出现进展,在治疗过程中,除了手术之外,还需要搭配阻断雄激素水平的内分泌治疗、放疗、化疗等综合治疗手段。如果前列腺肿瘤能够早发现、早治疗,可以大大降低治疗成本,减少患者病痛,提高治愈率。

此外,何华东提醒,良好的生活习惯可以很大程度上延缓前列腺疾病临床症状发生时间,减轻排尿不适程度。日常,尽可能少吃辛辣刺激食物,少饮酒,避免久坐,保持心情舒畅,切忌憋尿。

一张评分表可自测

何华东还分享了一张自测评分表,可评估泌尿系统症状的严重程度。总分数0-7分为轻度,8-19分中度,20-35分重度。

但需注意,此测试并非诊断方法,无法确定是否患有前列腺疾病,可带上测试结果,到正规医院咨询专科医生。

国际前列腺症状评分						
在最近一个月中 是否有以下症状	无	少于一次	少于半次	大约半次	多于半次	几乎每次
是否经常有尿不尽感	0	1	2	3	4	5
两次排尿间隔是否经常少于两小时	0	1	2	3	4	5
是否曾经有因勃起排尿	0	1	2	3	4	5
是否有排尿不畅等尿道感	0	1	2	3	4	5
是否有尿流变细或变慢	0	1	2	3	4	5
是否需用力或挤压才能开始排尿	0	1	2	3	4	5
从入睡到二便一般需更起夜排尿几次	没有	一次	二次	三次	四次	五次以上
症状总评分:	0	1	2	3	4	5