

前列腺增生：令人烦恼的“男题”

专家：50岁以上男性都应定期进行前列腺体检

记者 秦聪聪

50岁以上男性 半数有前列腺增生

“随着人均预期寿命的延长和代谢相关危险因素的增加，前列腺增生的发病率呈上升趋势。”刘斌介绍，前列腺增生是一种与年龄相关性疾病，在50岁以上男性人群中，大约有50%会表现出前列腺增生的症状；在80岁以上男性人群中，大约有80%会表现出前列腺增生的症状。

当然，并不是所有男性患者随着年龄增长都会出现前列腺增生。其高危因素分别是年龄超过50岁、肥胖、有心脏病、II型糖尿病等慢性疾病以及不良生活习惯，如酗酒、久坐、熬夜、精神紧张和缺乏运动等。

“多种因素叠加，会导致前列腺增生的发病时间提前，或者症状加重。”刘斌提醒，对于有高危因素的患者，要积极治疗慢性疾病，减轻体重，改变不良生活习惯，有可能降低前列腺增生发生的概率。

出现尿频、排尿困难 要及时就诊

刘斌介绍，前列腺增生的典型症状分为储尿期症状、排尿期症状和其他症状。

其中，储尿期的主要症状包括尿频、尿急、夜尿增多以及急迫性尿失禁等。尿频是最早出现的症状，夜间更为明显，如果伴有膀胱结石或合并感染，尿频会更加明显，并且伴有尿急、尿痛。

排尿期的主要症状包括排尿等待、尿线分叉、排尿困难以及

壹点问医

前列腺增生是中老年男性的常见病，虽然它是一种慢性进展性疾病，但带来的症状会严重影响患者的身心健康。如何正确认识前列腺增生？发现前列腺增生应该怎么办？日前，山东大学第二医院介入医学科副主任、泰山学者青年专家刘斌做客《壹点问医》，就前列腺增生的防治问题与大家进行了分享。




●急性尿潴留和肾损伤，在前列腺增生的并发症中，对健康的威胁最大。

●对症下药，才能更好地预防前列腺增生。

预防前列腺增生

- ① 防止受寒
- ② 绝对忌酒
- ③ 少食辛辣刺激食品
- ④ 不可憋尿
- ⑤ 不可过度劳累
- ⑥ 避免久坐
- ⑦ 避免连续长时间骑车



扫码看视频



及排尿滴沥等，进行性排尿困难是前列腺增生最重要的症状；其他症状包括血尿、尿路感染、膀胱结石、肾积水、痔疮等。

“50岁以上的男性都应该定期进行前列腺体检。如果出现尿频、尿急、夜尿增多等症状，就应该及时去医院就诊，千万不要擅自用药。”刘斌透露，他曾接诊过一名患者，在出现排尿困难症状后，自己根据网上搜罗的信息，自我诊断为前列腺增生，自行服

药一段时间后效果不好，结果到医院就诊，发现是前列腺癌。

据悉，前列腺癌和前列腺增生属于两个独立的疾病，目前，没有充分证据证实前列腺增生和前列腺癌的发生有相关性，但是，前列腺增生与前列腺癌都可以引起排尿困难。

刘斌提醒，如果检查显示前列腺有结节、质地硬，或血清前列腺特异性抗原升高，应该进行前列腺磁共振检查或者穿刺活

检，明确是否有前列腺癌。

除此以外，前列腺增生也要注意和膀胱颈挛缩、膀胱癌、神经源性膀胱和尿道狭窄等区分，通常需要做前列腺超声、前列腺特异性抗原、尿流率、尿动力学和尿道膀胱镜等检查。

治疗因人而异 忍着不治会延误病情

至于前列腺增生的治疗，刘斌介绍，应根据患者的症状、梗阻程度及并发症情况选择治疗方案。如果症状较轻，不影响生活和睡眠，一般不用特殊治疗，但需要密切随访，一旦出现中重度的尿频、尿急、尿痛等症状，就应该积极治疗。

“千万不要觉得不好意思，以为忍一忍就过去了，这样只会延误病情，严重情况下，还会导致肾积水，影响肾功能。”刘斌强调，一定要重视前列腺增生的治疗。

据了解，对于有中重度尿频、尿急、尿痛的患者，有两种方法可以选择。

第一种是药物治疗，包括α受体阻滞剂、5α还原酶抑制剂、M受体拮抗剂和植物制剂，常见的药物包括坦索罗辛、非那雄胺、托特罗定和普适泰等。

对症状严重、存在明显梗阻或有并发症的患者，可以选择手术治疗，经尿道前列腺切除术是目前最常用的手术方式。

“很多老年人心肺功能不佳，脑血管条件也不好，往往无法耐受麻醉和手术，以往有很多人因此失去了治疗机会。”刘斌坦言，传统外科手术需在全身或椎管内麻醉下进行，不适用于高龄、合并有心肺等重要脏器功能不全的患者，而且创

伤较大、出血量多，临床应用受到了一定限制。

治疗前列腺增生 微创介入成为新选择

现代医学技术的发展，为老年前列腺增生患者带来了福音，前列腺动脉栓塞术就是其中一项代表性技术。

刘斌介绍，前列腺动脉栓塞术是一种新兴的治疗前列腺增生的微创技术，可以在局麻下进行，对心肺储备功能的要求比较低，创伤小、恢复快，更适用于不适合进行外科手术的患者，比如年龄大、前列腺体积过大、合并心脏、肺病和脑血管病患者。

“手术过程非常简单，患者平躺在床上，用上局麻药物之后，在右侧大腿根部穿刺，插入一根导管，沿着血管，找到双侧的前列腺动脉，应用合适的微球进行栓塞。栓塞完成之后，撤出导管，大腿根部加压包扎，手术就结束了。”刘斌说，选择栓塞前列腺供血的责任动脉，阻断血液供应，就可以使增生、肥大的前列腺缺血、萎缩，从而改善排尿困难等症状。

总体来看，前列腺动脉栓塞之后，不会影响前列腺的功能，而且具有保留性功能的潜在好处，尤其适用于有生育要求的患者。

刘斌提醒，对于前列腺增生患者，生活中还要注意避免或限制使用抗胆碱和抗组胺药，它们会收紧尿道周围的肌肉，使排尿更困难；锻炼盆底肌肉，少喝咖啡、少饮酒，晚上适当少喝水，有尿意的时候及时小便，不要憋尿。另外，天气寒冷容易导致尿潴留，增加排尿的紧迫性，因此要注意保暖。

影像学检查 DR、CT、MRI该咋选

记者 韩虹丽

随着科学技术的发展，影像学检查在疾病诊断过程中发挥着重要作用。不过，很多病人在检查中，对于DR、CT、MRI这些常用的影像学检查分不清楚。

我们邀请山东大学附属儿童医院医学影像科医生给您聊聊DR、CT、MRI这些检查有什么区别，如何选择等问题。

DR其实就是拍X光片

说起DR，或许大家比较陌生，但一说拍X光片，可能就恍然大悟了。

DR是英文Digital Radiography的缩写，中文名称为数字化X线摄影。山东大学附属儿童医院医学影像科医生崔若棣表示，这是利用X线特性穿透人体成像的技术。

“DR就是过去我们说的拍X光片，特点是快捷、经济，因曝光时间极短，仅为千分之几秒，所以辐射量微乎其微。但它是一种二维平面成像，成像效果受外界影响较多，如拍摄角度、病变易重叠等。”

CT对疾病诊断价值较大

说到CT大家不陌生，但CT的中文名字您知道吗？CT是英文Computerized Tomography的缩写，中文称计算机体层摄影。是利用X线穿过人体到达探测器接收射线信息，通过计算机处理后二次成像成断面分层显示。

“CT特点是密度分辨率高，可显示更多的组织信息，对疾病诊断价值较大。辐射量略高于DR，但在安全范围内。”崔若棣说。

MRI就是磁共振成像

不少人对MRI这个名称很陌生，但说到做核磁，大家都知道。

MRI中文名称为磁共振成像，是英文Magnetic resonance imaging的缩写，它是利用外加强磁场，将人体内氢原子核在磁场中产生的信号，经过计算机重建处理成像的一种检查方式。

“磁共振没有辐射，适合全身各器官检查，尤其对颅内血肿、脑肿瘤、颅内动脉瘤、动静脉血管畸形、椎管内肿瘤、脊髓空洞等神经系统疾病有优势。”崔若棣说，但核磁共振检查也有不足之处，其成像速度较慢，对于肺部检查，准确性相对X线不佳。

应根据病情选择合适的检查

崔若棣表示，DR、CT、MRI自身都有优势和不足。在疾病诊疗过程中，临床医生会根据病情不同，选择合适的检查。

“如呼吸道疾病优先选择胸部DR。观察骨性病变则优先选择DR、CT检查。如四肢外伤疑为骨头损伤，优先选择DR，病变较重或轻微骨折需进一步观察，则应选择CT检查，利用CT计算机三维重建的优势，使诊断更明确。对于中枢神经系统、关节、软组织病变，当然优先选择MRI检查了。”崔若棣说。

对于儿童检查来说，有些家长认为MRI没有辐射，所有检查都要用磁共振，这是不合适的。崔若棣表示，尤其是颅脑外伤病人，如果有骨折情况，CT检查要比MRI显示得清楚。另外，肺部检查也不宜选择MRI。

这些检查怎么选？



脑和脊髓

最常用：CT、核磁
急性中风、脊柱外伤
先做CT，详细分析时可用核磁

脊柱（颈椎、腰椎、胸椎）

最常用：核磁，CT其次

胸部

最常用：X光片、CT
大致了解选X光片，细致分析选CT
肺的检查一般不选核磁

心脏

心脏功能：B超
冠心病：冠脉造影或CT
核磁也可用于心脏检查

食管、胃等

最常用：X光片（确诊用胃镜）
吃钡餐、钡餐、再拍片子，即消化道钡剂造影检查

腹部、盆腔

最常用：B超
除肠道外，一般B超都能查，CT、核磁有时也会用到

骨骼、四肢

最常用：X光片
诊断不明确，可用CT
关节软组织及骨肿瘤检查可以用核磁

生活课堂

红花水可缓解四肢冰凉

中国中医科学院中药资源中心研究员詹志来介绍，红花具有活血通经、散瘀止痛的功能，因此经常加上一些温通的药物，比如艾叶、花椒等，用来泡脚泡腿，既可以很好地活血通经，又起到了温阳作用，对于一到冬天就体寒的人群还是比较合适的。

使用方法：取红花10克、花椒10克、艾叶10克，煮20分钟后用红花水泡水、泡脚，可缓解四肢冰凉。

金银花代茶饮

金银花能够清热解毒，对于治诸疮有一定功效，如疔疮、疖肿等。对于风热感冒或者温病发热阶段，金银花能起到一定作用。

金银花代茶饮：金银花9克、牛蒡子9克、芦根30克、生甘草6克，将4味中草药一起放入养生壶中，加入适量清水，大火煎煮5分钟后，文火再煎煮10分钟~15分钟。

功效：风热感冒在冬季比较常见，主要症状有咽喉肿痛、口干舌燥，在这种情况下，饮用金银花代茶饮，可以有效缓解咽喉肿痛、口干舌燥症状。

注意：金银花是一味苦寒的中药，不能天天喝，否则可能伤脾，对于脾胃虚寒的体质更不能长期喝。

小健



扫码下载齐鲁壹点
找记者 上壹点

编辑：于梅君 美编：陈华 组版：刘燕