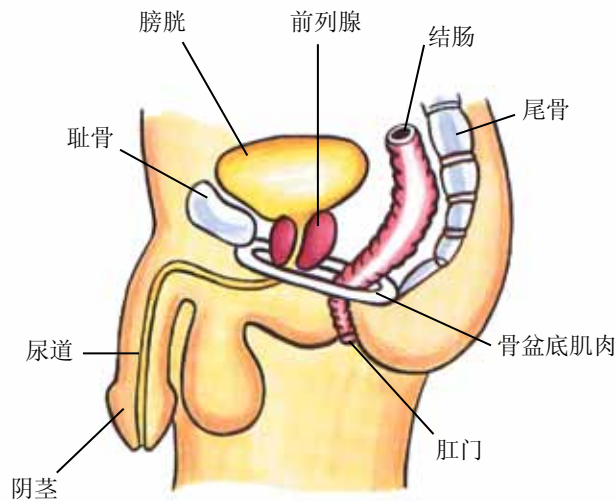




前列腺是男性特有的一种腺体。它位于膀胱颈之下，类似胡桃般大小，环绕着膀胱出口（尿道）。前列腺制造乳状液体，这些液体是精液的一部份，为精子提供营养。

随着男性年龄增大，前列腺越来越大。这种情况一般会多年持续发展，并会导致某些男性排尿障碍。

排尿控制不良还会由其它健康问题引起。排尿控制不良的男性会因为这个问题感到难过及尴尬。如果你感觉排尿控制有变化，或担心你的前列腺有问题，请向医生或排便科顾问咨询。



有哪些常见的前列腺疾患？

- 1 **前列腺肿大及前列腺胀痛**，并且可能由膀胱感染引起。这种情况较常见于年轻男性。
- 2 **良性前列腺肥大（BPH）**是指前列腺逐渐增大，通常在中年开始。大概四分之一男的性需要接受手术治疗这个问题（BPH不会癌变）。
3. **前列腺癌的发现**通常在身体出现任何早期征兆之前。医生可能透过一种血液检验（被称为前列腺特异抗原（PSA）测定）及检查你的前列腺而发现癌症。这是男性最常见的癌症，并且年纪越大患病的机会越大。不过前列腺癌是最容易治疗的癌症之一。

我如何得知自己是否有前列腺疾患？

如果你有一种或多种以下情况，就可能有前列腺疾患：

- 排尿初起有困难；
- 尿流不畅；
- 日间或夜间需要更频繁地排尿；
- 排尿后，或两次去厕所之间漏尿；
- 去厕所后不久又要排尿；
- 感觉尿急；
- 排尿时灼热或疼痛；
- 血尿；以及
- 去厕所后觉得膀胱没有完全排空。

这些问题有时可能与前列腺无关。例如，有些药物会令膀胱积聚尿液。你的医生或排便科顾问可以帮你找出问题的起因。

我的前列腺如何会引起排尿障碍？

堵塞尿道（排尿管）：随着前列腺增大，可能堵塞膀胱出口，阻止膀胱排空。在一些情况下，尿液可能会积聚直至漏出来。如果出现这种情况，要尽快去看医生。

膀胱过度活跃可能是由膀胱竭力将尿液挤出堵塞的尿道所致。过度活跃的膀胱会不受你的控制而收缩，导致急需排尿。透过手术缓解堵塞之后，你可能仍然感到急需排尿，而且情况可能会在数周内变得更坏，直到膀胱恢复正常。

手术治疗前列腺疾患在个别情况下会损伤膀胱出口的肌肉及神经。这会导致排尿控制失常。如果出现这种情况，几乎都是短暂性的，但治疗前列腺癌的大手术会引致长期的排尿控制失常。

如何治疗排尿控制失常？

首先，你的医生或排便科顾问会尝试查出你排尿控制不良的起因，如前列腺病、感染、糖尿病或一些药物。

有一些方法可以治疗由前列腺病引起的排尿控制失常。

1. 请医生检查

跟医生讨论后，你可能觉得不需要接受任何治疗。排尿控制失常会随着时间，或在日常生活习惯作出简单改变后好转（请参阅资料册“每个人都应有的良好排尿习惯”）。

2. 药物

有一些药物有助于排尿控制。请向你的医生查询。

3. 前列腺手术

如果你的前列腺是问题所在，可以做手术切除全部或部分腺体。手术类型取决于前列腺的大小。

4. 排尿锻炼

排尿锻炼计划有助于膀胱储存更多尿液而不会漏尿或有尿急的感觉，甚至对那些膀胱过分活跃的人士也有帮助（请参阅资料册“排尿训练”）。

5. 骨盆底肌肉锻炼

骨盆底肌肉锻炼增强控制顺利排尿及排便的肌肉。手术前了解如何锻炼这些肌肉，并于手术后尽快开始锻炼（请参阅资料册“男性骨盆底肌肉锻炼”）。

6. 排便节制产品

有一系列排便节制产品可以帮助处理漏尿（请参阅资料册“排便节制产品”）。

确保你对问题所在、有哪些治疗方法、各种方法的效果如何，以及可能会出现什么意外等有充分的了解。这样你就可以在医生的帮助下选择最适合你的治疗方法。



寻求帮助

大小便控制失常无论轻微到什么程度，都值得关注。

如果你对前列腺或排尿控制有任何疑问，可以：

致电全国排便节制帮助热线（National Continence Helpline）的专家顾问，免费索取：

- 信息；
- 建议；及
- 资料册。

免费电话* 1800 33 00 66（星期一至星期五上午8时至晚上8时），或

浏览网站：www.bladderbowel.gov.au

帮助热线可通过电话传译服务（TIS）安排传译员。请于星期一至星期五致电 13 14 50，并要求转接帮助热线。

前列腺问题会引起排尿控制失常。

*用手机打出会收取相应费用。