

下泌尿道症狀和性功能障礙有關嗎？



恩主公醫院泌尿科 王炯琨副院長

在門診經常有病患用台語抱怨：「才六十歲本來整組傢伙祇剩小便功能，現在連小便都有困難了。」意思是說原本祇有勃起功能有障礙不會翹而已，心理想一想，可能是年紀大的關係，反正沒有性需求沒關係，但是最近怎麼會有頻尿、尿不乾淨，尿的很慢這些下泌尿道症狀呢？男人最在意的下半身功能到底怎麼啦？

的確，近年來愈來愈多的研究顯示，**下泌尿道症狀和性功能障礙隨著年紀增加而罹病比例上昇**。在美國麻薩諸塞州（Massachusetts）一項研究顯示40歲至70歲的男人平均52%有性功能障礙，其中40歲是39%而70歲增加至69%。在美國巴爾地摩(Baltimore)另一項研究報告，百分之二十六40~50歲的男人和百分之七十九70~80歲的男人，診斷有攝護腺肥大相關的下泌尿道功能失調。



老化是解釋這兩種問題的唯一答案嗎？根據一個研究約一萬四千個男人在六個歐洲國家和美國的調查，將他們分成50幾歲、60幾歲和70幾歲這三組，不僅愈老的這組下泌尿道症狀和性功能障礙愈嚴重、在各組內發現性功能愈差的男人下泌尿道症狀也愈嚴重（圖一）所以這發現告訴我們不能單純用年紀來解釋這現象。

下泌尿道症狀嚴重度和性功能障礙互相影響主要有四個原因，根據這四個理論去治療就有機會同時改善這兩個擾人的問題。這四項包括：(1) 一氧化氮（NO）理論、(2) 自主神經過度活動和新陳代謝症候群理論(Autonomic hyperactivity and metabolic syndrome)、(3) 攙激酶(Rho-kinase)理論、(4) 骨盆動脈血管硬化(Atherosclerosis) 理論。

1.一氧化氮理論：一氧化氮是身體很重要且具多生理功能的血管擴張劑，我們吃下去的食物含L-Arginine(精氨酸)，在三種一氧化氮合成酶的催化下就會產生。一氧化氮可以促進陰莖海綿體平滑肌和血管的放鬆以促進並維持勃起，另外，在攝護腺肥大的病人，攝護腺內的一氧化氮神經傳導變少，所以攝護腺平滑肌張力變緊，進而阻礙到小便的順暢。



2.自主神經過度活動和新陳代謝症候群理論:現代人生活過度緊張，體內腎上腺素分泌過多，造成自主神經過度活動、動不動就血壓上昇、心跳加快、焦慮、失眠等。另外，西化飲食、高熱量、高脂肪食物吃太多，造成糖尿病、肥胖、高血脂等新陳代謝的疾病，這兩個原因都容易造成性功能障礙和加速攝護腺增大。

3.攣激酶理論:這個作用機轉較複雜，簡單來講，在正常情況下，陰莖海綿體和攝護腺的平滑肌收縮必需靠鈣離子的活化才可以達成，但是當攣激酶活性增強時，不需要鈣離子，平滑肌也會自行緊張收縮，就像我們上述所提到的平滑肌不放鬆，就容易有下泌尿道的問題。

4.骨盆底動脈血管硬化理論:造成血管硬化的原因主要包括了抽煙、高血壓、高膽固醇血症、糖尿病等。血管硬化後周邊器官如腳趾、陰莖最容易缺血、缺氧，血流不足平滑肌就會硬化失去彈性，「大丈夫能屈能伸」的功能就喪失許多。



以上這四個理論提供了治療性功能障礙和攝護腺肥大的新方向，很多藥物就可以根據上述原理製造出來，一箭雙鵰同時治療兩個疾病。此外病患也必須留意自己的生活作息，**適度的運動，合宜的飲食、控制體重**，以減少許多文明病的產生，也可以讓下半身下半輩子更幸福。



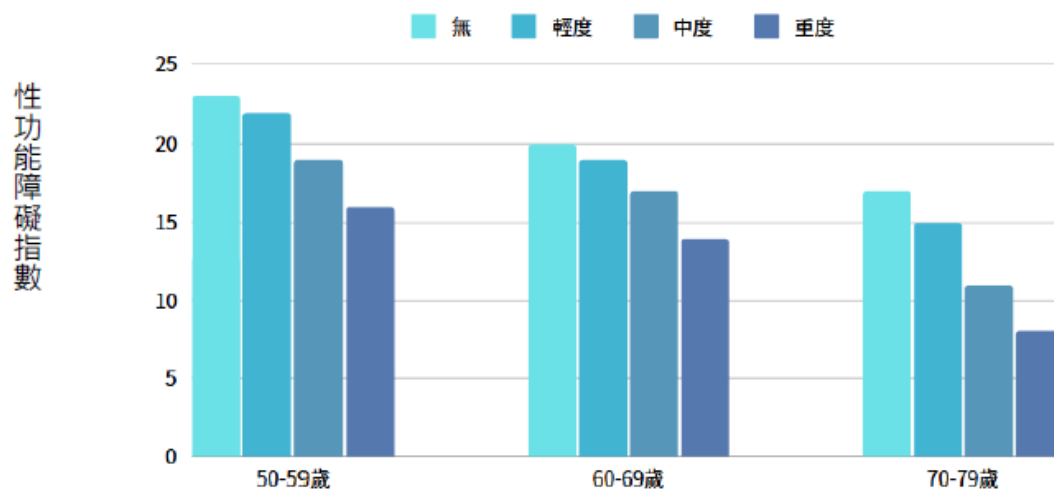
適度運動



健康飲食



體重控制



下泌尿道症狀嚴重度

圖一、不管年紀多老，下泌尿道症狀越嚴重的男人，性功能愈差。

 [前往掛號](#)

 [醫師介紹](#)

“

「年紀增長是自然的過程，照顧自己，是智慧的選擇」

”