



臺北醫學大學醫療體系

2016
Vol. 02

中年男性健康管理手冊

衛教資訊 歡迎免費索取



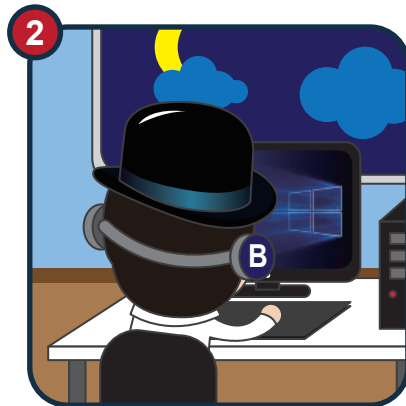
爸爸的♂

紅攝警戒





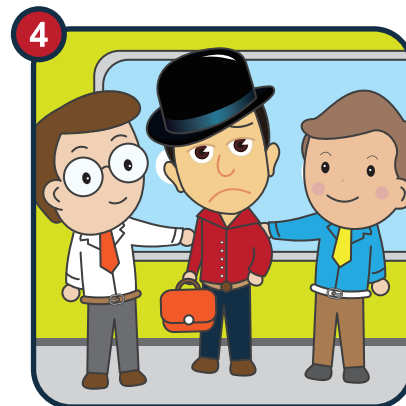
1 我是大 P，今年 20 歲，是個前途無量的大學生！！



2 白天忙著課業社團，晚上也忙著打網路遊戲，最愛每天上線解任務



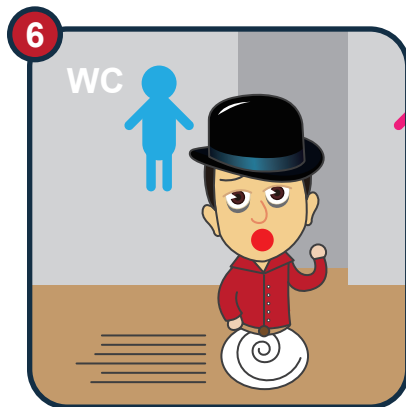
3 畢業後，由於家道中落，加上父母年邁，家中經濟重擔由大 P 一肩扛起



4 朋友 A：賺錢歸賺錢，但身體還是要顧
朋友 B：人生路還很長，能幫上忙的地方儘管說不用客氣



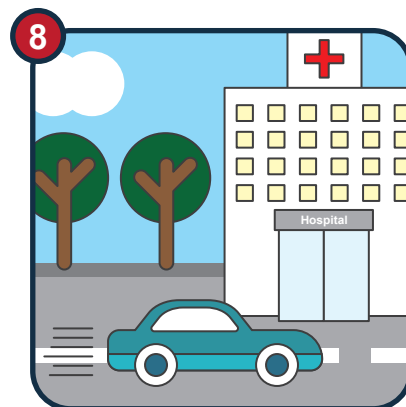
5 某日豔陽高照的夏日正午，大 P 喝了一杯清涼解渴的西瓜汁



6 尿意湧現的大 P 連忙奔往最近的洗手間



7 解放後的大 P 看到自己的尿液呈紅色，嚇得六神無主！



8 嚇出一聲冷汗的大 P 跳上車，火速趕往萬芳醫院尋求專業醫師協助

一、何謂「血尿」？

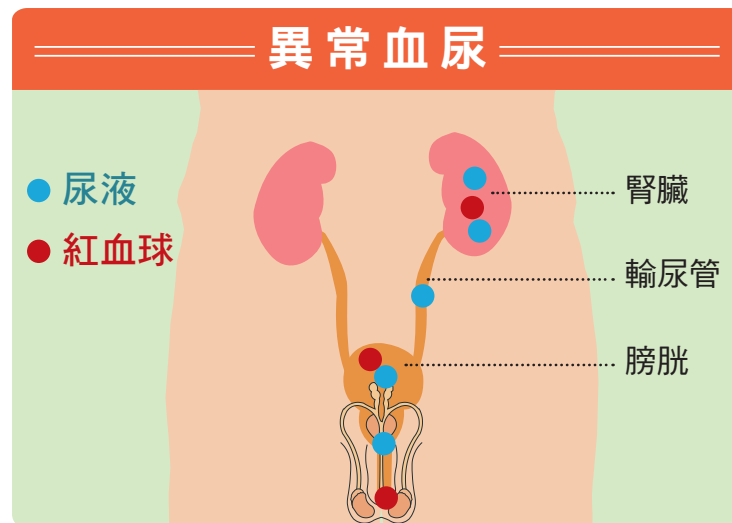
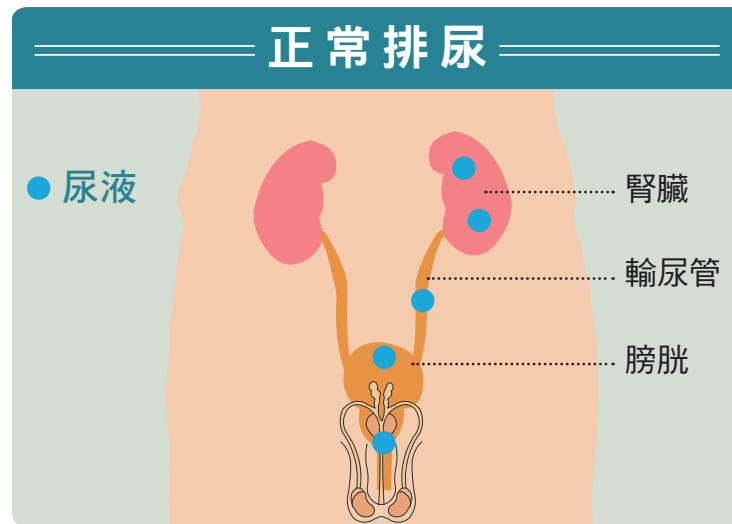
正常尿液中沒有紅血球，所以尿液中出現紅血球即是血尿。由於紅血球非常小，有些血尿看起來與正常尿液無異。血尿可能是鮮紅色、暗紅色、茶色、正常色，需驗尿才能斷定是否血尿。

二、為什麼會血尿呢？

人體每天攝入許多水分與養分，經過身體代謝，水分會經由腎臟、輸尿管、膀胱，最後經過尿道排出體外。有時候可能因為某些器官出血、膀胱感染、尿道結石等造成尿液有紅血球的情形。

三、由外觀上分類

肉眼可見性血尿	顯微性血尿
短時間內出血量較大或持續出血	出血量並不多
排尿時眼睛可看到	需藉助顯微鏡查看



有症狀的血尿

患者症狀

- ◎血尿
- ◎腰痛
- ◎腰痠
- ◎下腹痛
- ◎排尿困難
- ◎灼熱感



常見的可能原因

- ◎攝護腺肥大
- ◎感染
- ◎結石
- ◎創傷

無症狀的血尿

患者症狀

- ◎血尿
- ◎沒有明顯不舒服



常見的可能原因

- ◎腫瘤
- ◎腎臟免疫發炎
- ◎未知原因與其它
(需進一步檢查才能
確定原因)

血尿好發族群

每個族群發生血尿的原因可能不同。

- 20-40 歲女性：由於尿道較短，所以較容易細菌感染。因此容易因泌尿道感染或是性行為不當造成血尿。
- 停經後女性：由於荷爾蒙變化，間接造成容易有血尿。
- 男性：無論年紀，雖然男性尿道較長，所以較不容易尿道感染，但發生血尿時，若無明顯發炎症狀，則需考慮是否結石。
- 50 歲以上男性：可能由於攝護腺肥大，造成尿液排不出來引發感染。也需考慮是否是泌尿系統相關腫瘤。
- 經常使用染髮劑與有吸菸習慣者：其中所含的化學物質容易刺激尿路上皮引發腫瘤，如有相關病史更需謹慎。

尿液顏色檢查表

	透明無色 正常。或許可以稍微少喝點水。
	米黃色 正常。健康且水分充足。
	淡黃色 正常。
	暗黃色 正常。多喝一點水會更好。
	琥珀色 / 蜂蜜色 您的水分喝太少。建議馬上喝水。

	棕色 / 茶色 您的水分真的喝太少！ 或者可能有血尿、肝臟相關的疾病，若是這種顏色持續下去，建議尋求醫師協助。
	粉紅色 / 鮮紅色 (血尿) 可能是食用火龍果、甜菜或是藍莓導致。 如果沒吃以上食物，可能就是血尿了！血尿有可能是腎臟癌、腫瘤、泌尿道發炎、攝護腺疾病、汞中毒或是其他情形，建議尋求醫師協助。
	橘色 您喝的水可能不夠多，可能是血尿 也可能是肝或膽管出狀況或吃到橘色食用色素， 建議尋求醫師協助。
	藍色 / 綠色 您可能患有一種罕見的疾病，這種疾病會讓您的尿液變成藍色或綠色。或者可能有細菌正在感染泌尿道、某些食用色素造成、或是藥物代謝導致。 如果持續這種狀況，建議尋求醫師協助。
	起泡 如果只是偶爾起泡，別擔心，它是無害的。如果總是這樣，可能是腎臟出狀況或是飲食中出現過量的蛋白質，建議尋求醫師協助。

➡ Q. 要是反覆的血尿怎麼辦呢？

A: 當重複多次患有血尿，就該考慮其他因素。建議民眾前往醫院作進一步的腎臟超音波與 X 光檢查，檢查是否有泌尿道結石的情形，此時通常也會伴隨單側腰特別痠、解尿困難、排尿滴滴答答等症狀。若醫師判斷為結石，只有將結石排除，才能減少泌尿道反覆感染以及血尿再次發生。

年長者若有無痛的持續性血尿，需特別當心是否為腎臟、膀胱或是男性特有的攝護腺癌。

➡ Q. 為什麼會經常泌尿道感染呢？

A. 如果一年內感染 3 次以上的民眾，需特別注意自己的生活習慣與身體狀況。我們大致歸納出以下幾種可能造成尿道經常感染的情形。

●性行為：性行為過程可能會把細菌帶到原本無菌的泌尿系統中，造成感染。

- 基因：某些研究顯示，部分人的膀胱壁上含有某種受體，該種受體會導致細菌更容易黏附在膀胱上。
- 節育措施：部分節育措施可能會造成賀爾蒙失調，進而影響免疫力，造成感染。若在服用避孕藥期間反覆泌尿道感染，建議盡快尋求醫師協助調整節育措施。
- 性別：由於女性尿道較短，泌尿道較容易感染。醫師通常會利用抗生素讓你遠離感染。建議平時多飲用蔓越莓汁或是蔓越莓補品，可大大降低泌尿道感染的機會。
- 其它：有可能是水喝太少、太常憋尿或是穿太緊不透氣的褲子導致。也有可能是其他未知的因素，需由醫師進一步檢查才能確定。





1 大P接受治療後恢復正常人的生活，擁有幸福美滿的家庭



2 重拾健康的大P卻也因事業有成得經常面對各種交際應酬



3 即便到了凌晨1點，仍須因商品瑕疵向海外客戶道歉



4 為了展現誠意，一夜沒睡的他搭著早班飛機前往國外拜會客戶



5 為了搏感情拚業績，少不了與客戶在飯局場合把酒言歡



6 不知不覺酒喝多了，突然一陣劇痛襲來，大P只能強忍不適前往廁所



7 醫師：你有糖尿病史，看起來你的攝護腺跟膀胱都發炎了



8 大P：現在起，我要調整生活步調，少喝酒多運動，Be a healthy man！



血尿需要治療嗎？

血尿是癌症常見的警訊之一，也是身體在提醒你有些地方出狀況了。因此，若肉眼可見尿液顏色異常，不要驚慌，建議立刻尋求泌尿科醫師的協助。尤其是無痛性血尿，千萬不可以為無痛就沒關係。

如果沒有明顯症狀，則建議每年定期進行健康檢查，看是否有潛血或是顯微性血尿的發生。尤其當您有血尿病史的話。

血尿是個重要的警訊，告訴我們身體有可能出了狀況。一旦有血尿，一定要找泌尿科醫師做必要的檢查，找出病因並加以治療。

※ 確切的治療方法需經由專業醫師診斷後才能確定。

	因感染導致血尿 施打抗生素治療
	因結石導致血尿 依結石大小或部位決定治療方式
	因腫瘤導致血尿 依器官及癌症期別決定治療方式
	腎臟本身的免疫發炎病變 (如：腎絲球腎炎、IgA 腎病變) 須進一步由醫師診治並考慮腎臟切片診斷
	未知原因 定期追蹤

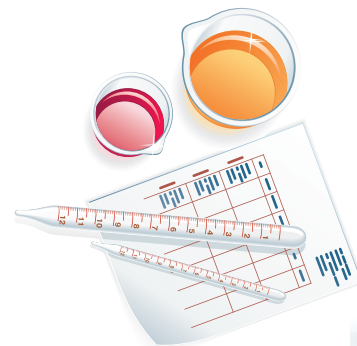
血尿要做什麼檢查？

- ✦ 詳細詢問病史。
- ✦ 是否有發燒、腹部腫塊、腰側有敲痛、外生殖器官異常、攝護腺肥大或腫塊。
- ✦ 實驗室：尿液分析、尿液細胞學檢查。檢查有無不正常惡性細胞。
- ✦ 血液檢查：凝血功能、攝護腺特異性抗原 (PSA)(年紀大者)。
- ✦ 影像學：腎臟及膀胱超音波、靜脈注射腎盂輸尿管攝影、電腦斷層及攝護腺超音波。
- ✦ 經尿道膀胱內視鏡：偵測過度細微或扁平狀腫瘤。這種經由手術者直接目視檢查的方法，雖然為侵入性，但敏感度卻是最高的。它可在局部麻醉之下進行，以減輕患者不適。此項檢查手術時間很短，不需住院。

※ 若以上所有檢查皆正常，血尿也沒有再發生，那泌尿道有問題的機率將非常低，只需定期追蹤即可。

當健康檢查報告指出：我的尿液有潛血，建議至醫院作進一步檢查。我該怎麼辦呢？

潛血不一定等於血尿，有時候運動過度導致的橫紋肌溶解症也會被檢驗出潛血反應。血尿與潛血的原因有很多，千萬不要因為肉眼看不見鮮紅的尿液而忽略，過去的研究指出，經由尿液篩檢而發現膀胱癌的機會是 3-8%，所以一旦得知有血尿或潛血反應，就算身體沒有其他病痛，或是只篩檢出尿液潛血，仍建議立刻到醫院進行檢查。



1 排尿正常



5 頻尿

膀胱炎
攝護腺肥大



2 尿液混濁

尿道炎
膀胱炎



6 尿液顏色加深

流汗多
喝水少
藥物影響



3 尿量增多

糖尿病
尿崩症



7 茶色血尿

肝炎發作厲害
嚴重肝硬化
膽道阻塞



4 尿量減少

喝水少
腎臟衰竭



8 血尿

腎臟炎
腎臟或輸尿管結石
泌尿系統腫瘤
攝護腺疾病



★攝取足量水份



★切勿憋尿



★維持良好生活習慣



★定期檢查





萬芳醫院父親節慶祝活動集點卡

1
2
3
4
5
兌獎

臺北市立萬芳醫院
-委託財團法人臺北醫學大學辦理

團隊介紹



●李良明 Liang-Ming Lee

- ◎攝護腺疾病◎尿路結石◎男性不孕症◎男性性功能障礙
- ◎一般泌尿系統障礙

●林克勳 KE-HSUN LIN

- ◎各種尿路結石之處置與預防◎攝護腺疾病之診斷與治療
- ◎婦女尿失禁手術◎泌尿系統腹腔鏡手術
- ◎一般泌尿系統疾病之治療與諮詢◎男性性功能障礙
- ◎腎臟疾病之診斷與治療

●溫玉清 Yu-Ching Wen

- ◎泌尿系統疾病◎泌尿系統腫瘤
- ◎泌尿道腹腔鏡，內視鏡及微創手術◎婦女尿失禁
- ◎機械手臂輔助腹腔鏡手術：泌尿道之良性及惡性腫瘤◎男性不孕症

●林雍偉 Yung-Wei Lin

- ◎機械手臂輔助腹腔鏡手術：泌尿道之良性及惡性腫瘤
- ◎攝護腺肥大鐳射手術
- ◎泌尿道（腎臟，輸尿管，膀胱）結石◎泌尿道腹腔鏡，內視鏡及微創手術
- ◎婦女尿失禁◎腹腔鏡腹股溝（鼠蹊）疝氣及精索靜脈曲張

●蕭志豪 Chi-Hao Hsiao

- ◎尿路結石、泌尿道腫瘤、感染、阻塞、創傷◎尿路功能障礙
- ◎老人泌尿科疾病◎男性性功能及生育障礙◎疝氣、精索靜脈曲張
- ◎其他一般泌尿科疾病◎男性無刀口結紮手術



臺北市立萬芳醫院

掛號網址：wfh.tmu.edu.tw

語音掛號：02-2930-7930#6666

地址：臺北市文山區興隆路三段 111 號

泌尿科簡介：

目前科內編制專任主治醫師 5 名、住院醫師 5 名、專科護理師 2 名、技術員 3 名。本院為醫學中心，並為泌尿科專科醫師訓練醫院，設有二診泌尿科診間、內視鏡及膀胱功能室、超音波室、體外震波碎石室及各種先進的手術治療設備，另有影像尿路動力學檢查設備、達文西機器手臂泌尿科手術、攝護腺雷射手術，並設有性福門診，提供病患規格化、精緻化、人性化的最高品質之完備醫療服務。



臺北醫學大學附設醫院

掛號網址：61.220.119.14/newreg.php

語音掛號：02-2738-0032

地址：臺北市信義區吳興街 252 號

泌尿科簡介：

目前科內編制有 6 位專任主治醫師、2 位兼任主治醫師、4 位住院醫師及 2 位專科護理師。現有體外震波碎石治療中心、下泌尿道功能檢查室及腹腔鏡手術中心。因應臺北醫學大學附設醫院將朝醫學中心邁進，本科期許未來在臨床上能提供病人最專業、最高品質、最溫馨的醫療服務。



衛生福利部雙和醫院

掛號網址：shh.tmu.edu.tw

語音掛號：02-2248-0098

地址：新北市中和區中正路 291 號

泌尿科簡介：

目前科內編制有 6 位專任主治醫師、1 位專科護理師及 3 位技術員。現有體外震波碎石治療中心、下泌尿道功能檢查中心及內視鏡手術中心。本院泌尿科之首要工作在全面提升醫療服務品質，針對目前最新先進的治療，如達文西機器手臂泌尿科手術、雙極攝護腺氣化術、雷射內視鏡尿路結石治療手術等，提供病患另一種治療方式選擇。



編輯群

總編輯：臺北市立萬芳醫院 泌尿科主任 李良明

編輯委員：萬芳醫院泌尿科醫師群

企劃與發行：臺北醫學大學公共事務處

萬芳醫院秘書室公共事務組

台商資源國際集團 · 台商國際傳媒



攝護最前線

Be a Healthy Man !



臺北醫學大學醫療體系



攝護最前線 · Be a Healthy Man!

