

低能量震波治療

男人“難忍”的痛——

慢性攝護腺發炎

慢性骨盆腔疼痛

泌尿科主治醫師 葉亭均



37歲的陳先生是一名工程師，整天必須長時間坐在電腦前寫程式，常常一整天下來沒喝幾口水，也沒去上廁所。這三個月來常感到尿尿不太順暢，下腹到會陰部酸脹不舒服，有時兩側鼠蹊部位還有抽痛感，這種不舒服的感覺越來越頻繁，讓他在工作時坐立難安、無法集中精神，於是他終於下定決心抽出時間來看醫生。一開始，醫生幫他驗尿、照X光，甚至做超音波檢查都沒有發現特別異常，開藥吃了之後有好一點，可是過一陣子，症狀又復發，讓陳先生不堪其擾、身心俱疲。後來他輾轉來到我們診間，再次仔細問診，又做了一系列完整檢查包括攝護腺觸診之後，終於確診為慢性攝護腺發炎（現在漫稱為慢性骨盆腔疼痛症候群）。

慢性攝護腺發炎與常聽到的老年人攝護腺肥大不同，常見於中壯年男性。根據統計，20歲以上的男性盛行率約為5-8%，台灣估計有20萬左右的人有此疾患。目前關於此疾病

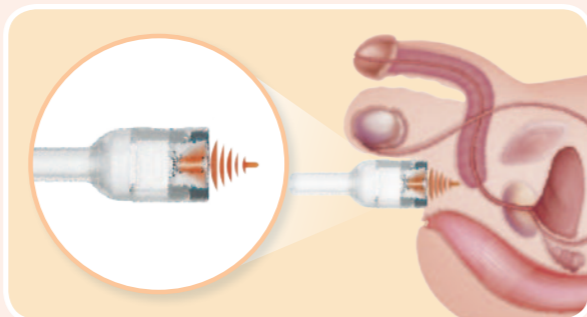
的致病機轉尚不甚清楚，推測跟攝護腺或是骨盆腔組織的炎症反應有關，可能是之前曾經有過泌尿道的細菌感染後，有殘存細菌藏在身體最深處的攝護腺反覆發炎，其他像是骨盆腔肌肉協調功能異常、自體免疫功能異常、自律神經失調或憂鬱症、壓力過大等一些心理因素，也是導致慢性攝護腺發炎的可能原因。此疾病雖無立即性命危險，但不時發作的會陰部不適感，嚴重影響病人的生活品質，對身心健康的影響不容忽視。

病患的臨床症狀主要包含小便症狀（如：頻尿、急尿、夜尿或排尿不舒服）或生殖器附近（如：陰莖、睪丸、會陰、小腹、腹股溝或下背）的疼痛或射精帶血，甚至可能伴隨早泄、勃起功能障礙等症狀。由於症狀非特異性，因此增加醫師診斷上的困難度，根據美國國家衛生研究院的定義，必須先排除其他可能的急性嚴重疾病，如：急性泌尿道感染、性傳染病尿道炎、泌尿道攝護腺腫瘤、泌尿道結石、尿道狹窄等或其他由神經性病變引起的膀胱功能障礙，才能診斷為慢性攝護腺炎。

治療慢性攝護腺炎首先要改善生活型態，包括放鬆心情、充足睡眠、戒菸戒酒、適度運動與減重及避免過度食用辛辣刺激食物。再搭配藥物治療，根據歐洲泌尿科醫學會治療指引，建議使用抗生素、甲型阻斷劑 α -

blockers（放鬆攝護腺作用）、肌肉鬆弛劑、抗焦慮藥、消炎止痛藥及軟便劑等藥物來改善慢性的症狀。另外，使用生理回饋的物理治療來放鬆骨盆底肌肉、定期溫水坐浴泡澡緩解會陰部骨盆痠痛也是多少有所幫助。

針對這種棘手的疾病，我國衛福部在2017年核准「低能量震波治療」應用在慢性骨盆疼痛症候群的病人身上。



▲ 低能量震波治療



▲ 聚焦震波治療探頭

「低能量震波治療」是由醫師使用特製的矽膠探頭，貼著會陰部的皮膚，讓震波能量穿過組織，聚焦在攝護腺或骨盆腔的病灶上，刺激骨盆腔內產生血管新生，改善骨盆的血液循環，加速代謝造成疼痛的發炎物質，也

能放鬆緊繃痙攣的骨盆底肌肉，進而緩解骨盆腔疼痛。

低能量震波治療不像吃止痛藥，馬上就能完全不痛，一般會需要經過幾次治療後讓骨盆腔內產生足夠的血管增生，其效果才會逐漸出現。但相較於止痛藥物僅服用時有效，國外研究顯示震波治療的療效，在療程結束之後仍可維持一段時間，因此低能量震波可當作慢性骨盆腔疼痛/慢性攝護腺炎的第一線治療方式，或傳統口服藥物的輔助治療，且療程結束後，可依病情需要，重複接受治療。目前建議第一次完整療程為六次的低能量震波，一週一次，每次療程約15-20分鐘。治療過程相當安全簡單，不具侵入性也沒有傷口，不需要麻醉或住院。本院經驗上治療效果相當不錯，高達八成左右的病人可以得到明顯有效的症狀緩解，但目前健保沒有給付，需要全程自費。

另外，「低能量震波」也能用來治療男性勃起障礙，將其使用於陰莖海綿體，可以藉由震波能量來刺激海綿體內的血管新生，讓缺氧的陰莖軟組織恢復血液供給，進而改善陰莖海綿體的血流及充血功能。

雖然「低能量震波治療」相當安全，但仍有些病人不適合接受此種治療，包括凝血功能異常、需長期使用抗凝血劑，或是治療區有腫瘤或接受過根治性攝護腺切除術、精



神科疾患（躁症、慢性憂鬱）、酒精或藥物濫用、神經疾病（如：多發性硬化症、腦損傷、脊髓損傷）等。另外14歲以下孩童，及其他嚴重皮膚疾病等病人也不適用。接受低能量震波治療前還是需要接受泌尿專科醫師的評估，與醫師充分討論後，才能達到最安全有效的治療效果。

文章案例中的陳先生，接受泌尿科醫師的專業建議，調整生活作息，使用藥物輔助，在六次低能量震波治療之後，終於揮別惱人的排尿不順及骨盆疼痛，臉上重新有了笑容，也找回了可以掌握自己人生的信心！



葉亭均醫師 泌尿科門診時間

上午：週四、週日

下午：週三



▲ 醫師專長與學經歷