

# 前列腺癌

前列腺癌是指发生在前列腺的上皮性恶性肿瘤。2004年WHO《泌尿系统及男性生殖器官肿瘤病理学和遗传学》中前列腺癌病理类型上包括腺癌（腺泡腺癌）、导管腺癌、尿路上皮癌、鳞状细胞癌、腺鳞癌。其中前列腺腺癌占95%以上，因此，通常我们所说的前列腺癌就是指前列腺腺癌。发病年龄在55岁前处于较低水平，55岁后逐渐升高，发病率随着年龄的增长而增长，高峰年龄是70~80岁。家族遗传型前列腺癌患者发病年龄稍早，年龄≤55岁的患者占43%。

## 前列腺癌的病因

前列腺癌的发生与遗传因素有关，如果家族中无患前列腺癌者的相对危险度为1，绝对危险度为8；则遗传型前列腺癌家族成员患前列腺癌的相对危险度为5，绝对危险度为35~45。此外，前列腺癌的发病与性活动、饮食习惯有关。性活动较多者患前列腺癌的风险增加。高脂肪饮食与发病也有一定关系。

## 前列腺癌的临床表现

前列腺癌早期常无症状，随着肿瘤的发展，前列腺癌引起的症状可概括为两大类：

### 1. 压迫症状

逐渐增大的前列腺腺体压迫尿道可引起进行性排尿困难，表现为尿线细、射程短、尿流缓慢、尿流中断、尿后滴沥、排尿不尽、排尿费力，此外，还有尿频、尿急、夜尿增多、甚至尿失禁。肿瘤压迫直肠可引起大便困难或肠梗阻，也可压迫输精管引起射精缺乏，压迫神经引起会阴部疼痛，并可向坐骨神经放射。

### 2. 转移症状

前列腺癌可侵及膀胱、精囊、血管神经束，引起血尿、血精、阳痿。盆腔淋巴结转移可引起双下肢水肿。前列腺癌常易发生骨转移，引起骨痛或病理性骨折、截瘫。前列腺癌也可侵及骨髓引起贫血或全血象减少。

## 前列腺癌的扩散转移

前列腺癌是最易发生骨转移的恶性肿瘤，超过80%的前列腺癌患者会发生骨转移。前列腺癌晚期转移的路径：

### 1、直接蔓延

腺癌穿过被膜向周围扩散，浸润邻近器官，精囊、输精管、膀胱及盆腔内器官都可受到累及。

### 2、淋巴转移

前列腺癌的淋巴结转移最早发生在闭孔及腹下淋巴结区，经髂内、髂外、腹股沟淋巴结转移，可延及下腔静脉、纵隔及锁骨下淋巴结。癌分化越低则淋巴转

移率越高。

### 3、血行转移

前列腺癌的血行转移较为常见，癌细胞随血运行到骨骼、肺、肝、肾及肾上腺，内脏转移可出现肝脏肿大，呼吸困难，咳血；脑转移可导致神经功能障碍。

### 4、骨转移

骨转移常见，仅次于淋巴结。骨骼转移依次为骨盆、腰椎、骶骨、胸椎、肋骨。胸腰椎转移时，可引起脊髓压迫。癌分化愈差，骨骼转移愈多。骨转移灶多表现为成骨性改变，但也有溶骨性或混合型改变者。

## 前列腺癌的预防

前列腺癌严重威胁男性健康，前列腺癌有以下方法预防

1、要多吃富含蛋白质的豆类制品，可明显降低前列腺癌的发病率。在饮食总热量中脂肪所占的比率以 10%-20%比较理想。

2、要少吃辛辣和刺激性食物，要多吃清淡，易消化的食物，多吃新鲜蔬菜，禁烟、禁酒，并保持大便的畅通。

3、平时要多饮水，多排尿，排尿有冲洗尿道的作用，可帮助前列腺排出过多的分泌物，可预防前列腺感染。

4、要保持心情舒畅，注意个人卫生。保持充足的睡眠，有节制的性生活和乐观向上的心态很重要，坚持热水洗浴，尽量不要穿牛仔裤或过紧的裤子。

5、要避免对前列腺进行压迫，不要长时间久坐不动，要适当休息并及时变换体位，避免前列腺的局部充血的现象。

6、要适当进行体育锻炼，适当的体育锻炼可增强身体的免疫力和抗病能力。经常锻炼腹部、大腿及臀部可使前列腺得到按摩，改善血液循环和淋巴循环，有利于增强内部抵抗力并减少前列腺癌的发病率。

7、对于有配偶的男性，特别应注意夫妻生活要有规律，短时间内频繁的夫妻生活易导致急性前列腺炎，同样，若长期不进行夫妻生活，则会致使前列腺分泌物的大量蓄积，时间长了可导致前列腺过度紧张与充血，引发炎症。

