



# 前列腺炎男人永远的“痛” ——健康男性 应警惕前列腺疾病

前列腺在人体中起着至关重要的作用，是男性生育、交感神经、泌尿系统的重要组成部分。随着生活水平的提高，前列腺炎的发病率也在逐年上升。据最新统计，中国前列腺炎患者人数约占全球总数的25%~30%。

## 前列腺炎“爱找”中青年男性

随着生活节奏的加快，在不知不觉中，许多男性患上了不同程度的前列腺炎。前列腺炎是中青年男性的常见病、多发病，主要可分为急性、慢性前列腺炎。慢性前列腺炎，往往与长期的不良生活习惯密切相关，如久坐、憋尿、饮酒、辛辣饮食、过度劳累等。这些因素容易导致前列腺充血、水肿，进而引发炎症。前列腺炎不仅影响男性的生育能力，还可能引起尿频、尿急、尿痛、腰酸背痛、性功能减退等一系列症状。

## 男人久坐易致前列腺炎

对于从事脑力劳动的男性来说，长时间坐在办公桌前，容易导致前列腺充血、水肿，进而引发炎症。

据介绍，慢性非细菌性前列腺炎在门诊病人中的发病率高达30%~40%。这种疾病多见于20~40岁之间的中青年男性。他们往往在从事脑力劳动、久坐、憋尿、饮酒、辛辣饮食、过度劳累等情况下发病。

据介绍，慢性非细菌性前列腺炎的发病机制尚不清楚，可能与免疫、内分泌、神经、血管等多种因素有关。患者往往会出现尿频、尿急、尿痛、腰酸背痛、性功能减退等一系列症状。治疗上应以综合治疗为主，包括药物治疗、物理治疗、行为治疗等。

## 慢性前列腺炎诊治误区

慢性前列腺炎的诊治误区，主要表现在以下几个方面：一、误诊。许多患者因症状不典型，容易被误诊为其他疾病。二、滥用药物。许多患者自行购买药物服用，导致病情加重。三、治疗不彻底。许多患者在症状缓解后就停止治疗，导致病情反复发作。

## 误区一：慢性前列腺炎难以根治

许多患者对慢性前列腺炎的治疗感到悲观，认为难以根治。实际上，慢性前列腺炎的治疗是一个长期的过程，需要患者坚持治疗，并注意生活习惯的调整。通过综合治疗，大多数患者是可以达到临床治愈的。

## 误区二：只有抗生素才能治好慢性前列腺炎

许多患者认为只有抗生素才能治好慢性前列腺炎。实际上，慢性前列腺炎的治疗不仅仅是使用抗生素，还包括物理治疗、行为治疗、心理治疗等。综合治疗才能达到最佳效果。

## 误区三：前列腺炎不能治好慢性前列腺炎病理改变比较复杂

慢性前列腺炎的病理改变比较复杂，包括炎症、充血、水肿、纤维化等。因此，治疗时需要针对不同的病理改变采取不同的治疗措施。综合治疗才能达到最佳效果。

## 为啥前列腺炎难治愈？

- 治疗不规范：不规范的治疗或滥用抗生素，容易导致细菌耐药，使病情反复发作。患者应遵医嘱规范治疗。
- 忽视心理因素：慢性前列腺炎患者往往伴有焦虑、抑郁等心理问题。忽视心理因素的治疗，容易导致病情迁延不愈。
- 不良生活习惯：长时间久坐、憋尿、饮酒、辛辣饮食、过度劳累等不良生活习惯，容易导致前列腺充血、水肿，进而引发炎症。



那、酒精饮料等，均可引起前列腺充血、水肿，进而引发炎症。患者应避免长时间久坐、憋尿、饮酒、辛辣饮食、过度劳累等不良生活习惯。

## 男性生殖健康不容忽视 及时就医是治病根本

杭州天目山医院泌尿外科主任周伟特别强调，男性生殖健康不容忽视。一旦出现尿频、尿急、尿痛、腰酸背痛、性功能减退等症状，应及时就医。早期诊断、规范治疗，才能达到最佳效果。

周主任指出，慢性前列腺炎的治疗是一个长期的过程，需要患者坚持治疗，并注意生活习惯的调整。通过综合治疗，大多数患者是可以达到临床治愈的。

## 前列腺炎怎样才算治愈呢？

### 临床上其判断的标准：

1. 尿频、尿急、尿痛、腰酸、背痛、性功能减退、尿血、尿色混浊、尿色异常等临床症状消失。
2. 经尿道镜检、前列腺液检查、前列腺液培养、尿常规检查等检查结果正常。

### 自我保健 呵护前列腺

1. 调整生活习惯：避免长时间久坐、憋尿、饮酒、辛辣饮食、过度劳累等不良生活习惯。
2. 多喝水：多喝水可以促进前列腺液的排泄，减轻炎症。
3. 适当运动：适当运动可以促进血液循环，增强免疫力。
4. 保持心情舒畅：保持心情舒畅，避免焦虑、抑郁等心理问题。
5. 规范治疗：一旦出现症状，应及时就医，规范治疗。

## 【点评专家】

李秉光 杭州天目山医院 副主任医师  
从事泌尿外科工作10年，擅长治疗前列腺炎、睾丸炎、性功能障碍等泌尿系统疾病。对前列腺炎、性功能障碍、性功能障碍、性功能障碍等泌尿系统疾病有深入研究。

咨询热线：8512 9999