**前列腺癌的術後追蹤、預防方法與未來展望**

泌尿科醫學博士 戴慧龍醫師

當任何人被告知得到癌症時，所面臨的驚嚇實在非當事人所能想像的，尤其是被告知有轉移現象時更是嚴重的打擊。也因此常會導致癌症患者或其家人放棄正統的醫療，而尋求其它偏方如草藥等。因此面對癌症，除了必須有堅強的生存信念外，最重要的還是要接受正確的醫療及定期追蹤。

(一) 前列腺癌術後追蹤:

1.      每年檢查PSA（前列腺特異抗原）：PSA可反應出癌症是否控治良好，不論是接受手術放射性療法或荷爾蒙療法，都必須以PSA來追蹤是否有復發現象。

2.      骨骼掃瞄--前列腺癌很容易轉移至骨骼，造成疼痛甚至骨折， 因此骨骼的追蹤也是必要的。

3.      其他例行性檢查，如胸部X光、血液檢查、腹部超音波掃瞄、電腦斷層掃瞄等，可提早發現是否有其它器官轉移。

(二)    如何預防前列腺癌症:

A、 多吃米食、蔬菜、豆腐、水果的社會，其前列腺癌發生率則較低。

1.    維它命D缺乏也可能有相關性

2.    重金屬污染，例如鎘的污染。

3.    代謝不平衡，例如鋅缺乏。

4.    其它某職業，如橡膠、紡織工人、印刷工、油繪工、修船工…等。

B、除了前列腺癌之外，老年人更須注意其它常見的疾病，如心臟病、高血壓、中風、大腸癌等。

C、一般預防疾病的健康原則：

1.    少吃飽和性脂肪酸。

2.    多吃蔬菜、水果，例如蕃茄。

3.    例行的運動，如走路、高爾夫球、網球等。

4.    心理的健康。

5.    均衡飲食比服用多量維它命丸更重要。

(三)    前列腺癌未來的展望

前列腺癌除了正統治療方法外，還有一些其它的治療方式，例如免疫療法、基因療法、光照動力療法、化學療法等，但是其療效尚未有定論，然而這些研究方針的改變，預料將會有突破性的發展。

十仁診所關心您的健康 地址:彰化市辭修路82號 電話:(04) 7281067