



Canadian
Cancer
Society

Société
canadienne
du cancer

前列腺癌 - 瞭解你的診斷

Prostate Cancer

Understanding your diagnosis



1 888 939-3333 | cancer.ca

前列腺癌

瞭解你的診斷

當你最初知道自己患上癌症時，可能會感到孤單害怕。面對大量需要消化的資訊和有待作出的決定，你也許會感到不知所措。

“ 我耳中只有「癌症」二字。我也聽到醫生好像說：「我們會設法安排你盡快動手術」。接著說些甚麼，我卻一點兒也聽不進去了！

這本小冊子的簡介可讓你和家人對前列腺癌有初步的認識。加深瞭解後，你便不至於方寸大亂，並能與醫療團隊一同選擇最合適的治療方案。

欲需更多資料

這份小冊子提供有關前列腺癌的初步介紹，我們的網址 cancer.ca 提供更深入的資料。欲進一步瞭解癌症、診斷、治療、支援和我們提供的服務，可致電 1-888-939-3333。

甚麼是癌症？

癌症是始於細胞的疾病。我們的身體由以萬億計的細胞組成。細胞組合而成各種組織和器官，例如肌肉和骨骼、肺、肝等。每個細胞的基因命令它生長、運作、繁殖和死亡。在正常情況下，細胞會服從這些命令，我們因此得以保持健康。

然而，一些細胞有時會出現指示紊亂的情況，以致表現異常。這些細胞不受控制地生長和分裂，久而久之，一些不正常的細胞會形成硬塊，即腫瘤。

腫瘤有良性（非癌性）與惡性（癌性）之分。良性腫瘤細胞會停留在身體某個部位，通常不會危及性命；惡性腫瘤細胞能夠侵入附近組織，並擴散至身體其他部位。盡早發現和治療惡性腫瘤是很重要的。一般來說，癌症愈早發現，醫療成效愈高。

癌細胞擴散至身體其他部位，稱為癌轉移（metastases）。惡性腫瘤已擴散（轉移）的第一個跡象，通常是附近的淋巴結出現腫脹，但癌細胞幾乎可以擴散至全身任何部位。

癌症以初次出現的身體部位命名。例如，出自前列腺但擴散至骨骼的癌症被稱為「前列腺癌骨轉移」。

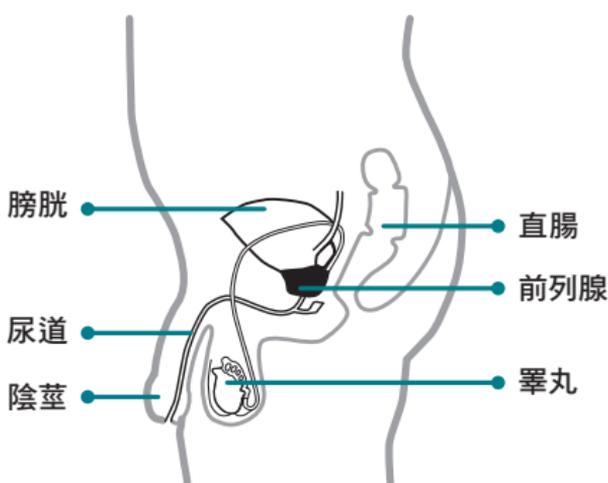
什麼是前列腺癌？

前列腺癌出自前列腺細胞。前列腺是男性生殖器官的一部分，其主要功能是製造一種液體，與睪丸產生的精子混合，形成精液。精液在性高潮的時候從陰莖射出。

前列腺的形狀像一粒栗子，位於陰莖的底部，在膀胱下方靠近直腸的位置。前列腺環繞尿道——即一條通過陰莖輸送尿液和精液的管道。

前列腺癌是加拿大男性中最常見的癌症。它通常生長緩慢，並可被治療或控制且成功率較高。

男性生殖系統



診斷前列腺癌

當你的醫生看過你的病歷記錄和身體檢查報告後，可能懷疑你患上了前列腺癌，但是為了確認這個診斷，醫生可能會安排你接受一些特殊的測試。這些測試可以用來斷定癌症的「階段(期數)」及「等級」，有助於策劃治療方法。

前列腺癌的症狀：前列腺癌可能不會引致任何徵兆或症狀，尤其是在早期階段(期數)。但是，如果腫瘤使前列腺變得異常肥大，開始壓迫尿道，症狀可能會出現。在這種情況下，小便時可能有困難或痛楚，小便次數也可能較為頻密。

前列腺癌的徵兆及症狀包括：

- 需要頻密小便，尤其在夜間
- 急於小便的感覺較為強烈
- 難以開始排出或停止尿流
- 不能夠小便
- 尿流較弱或較少
- 尿流中斷
- 覺得沒有完全把膀胱內的尿液排清
- 小便時有赤熱或痛楚
- 尿液或精液中有血
- 射精時有痛楚

男性隨著年齡老化，前列腺可能會變大，阻擋尿道或膀胱。這種常見的情況稱為良性前列腺增生或良性前列腺肥大（prostatic hyperplasia—BPH）。BPH並不是癌症，但是其症狀與前列腺癌的症狀很相似，需要通過檢查才可確認診斷。

其他健康問題也可引致一些與上述一樣的症狀。診斷的過程可能很漫長及令人煩惱，但重要的是，醫生必須確定已經排除其他所有可能導致有關健康問題的原因。

醫生可能會安排你接受以下一種或多種的檢查來確定診斷。

血液檢查 (Blood tests): 醫生可能需要檢查你血液裡一種稱為「前列腺特異抗原」(Prostate-Specific Antigen 簡稱PSA) 的物質。前列腺增生可以使你血液裡的PSA含量升高，稍微高於正常水平。前列腺癌通常會使血液中的PSA含量高於前列腺增生時的PSA水平。如果你血液中PSA含量高於你年齡的正常標準，你便需要接受更多檢查來確定起因究竟是前列腺癌，還是其他前列腺疾病。

你也可能會接受其他種類的血液檢查來斷定你的整體健康狀況。這些檢查涉及抽血和血液化驗，以斷定不同種類血液細胞的數量和狀況是否正常。

影像檢查 (Imaging studies) : 影像檢查讓你的醫護團隊可以更仔細的檢查你體內的組織、器官和骨骼。通過超聲掃描、骨骼掃描、CT (電腦斷層) 掃描和MRI (核磁共振成像) 檢查等方法，他們可以觀察腫瘤的大小以及是否出現擴散。這些檢查通常不會有痛楚，你也不需要接受麻醉 (局部麻醉)。

通常，經直腸超聲檢查 (TRUS) 是診斷前列腺癌唯一所需的影像檢查方法。這種檢查方法利用聲波來構造一個前列腺的影像。醫生會把一個微小的探針通過直腸插進體內，並檢查影像上是否有可能顯示癌症的暗色或高密度黑影。

活組織切片檢查 (Biopsy) : 要作一個確定的癌症診斷通常都需要使用活組織切片檢查。這種檢查涉及在體內抽取細胞樣本，在顯微鏡下檢查。如果細胞屬於癌性，醫生便會進一步檢查細胞的生長速度。活組織切片檢查可以通過不同方法進行。

前列腺活組織樣本會在進行經直腸超聲檢查時一同抽取。前列腺細胞樣本通常是從直腸抽取。接受這種檢查時，你可能會感到一陣劇痛，但醫生可給你局部麻醉減低不適。

進一步的檢查 : 醫生可能會要求你接受進一步的檢查來斷定癌症有沒有擴散，並幫助策劃你的治療方法。

我可否保平安？

很多癌症患者都想知道自己將會發生甚麼事，能否痊癒？

預後 (prognosis) 是醫生就癌症會如何影響你以及對治療會有甚麼反應所作的最貼切估計。醫生作出預後時，會考慮很多因素，包括：

- 癌症的種類、期數 (階段) 和等級
- 腫瘤的位置和是否已擴散
- 你的年齡、性別和整體健康狀況

即使掌握了所有這些資料，醫生也很難分毫不差地預測你日後的情況，因為每個人的情況都不一樣。

你的醫生是唯一能夠為你作出預後的人。你可以向他/她諮詢影響你的預後的因素，以及對你來說，這些因素意味甚麼？

前列腺癌的階段(期數) 與等級

癌症的診斷一旦確定後，便會界定其階段(期數) 和等級。這種信息幫助你和你的醫護團隊為你選擇最佳的治療方法。

癌症的階段(期數) 描述腫瘤的大小，並顯示它是否已經擴散。

前列腺癌分四個階段(期數) 。*

階段 (期數)	描述
1	癌症只在前列腺上發現。
2	癌症的範圍比第1階段(期數) 更大，但是仍然只在前列腺上發現。
3	癌細胞已經擴散到前列腺外的範圍，但沒有進入附近的器官。
4	癌細胞已經擴散至附近的器官、淋巴結或離前列腺較遠的部位。

* 本分期表乃按照國際抗癌聯盟(UICC)的準則，扼要介紹各期前列腺癌。欲知更詳盡資料，請瀏覽 cancer.ca 網址。

癌症的等級是根據癌細胞與正常細胞對比下的外觀和行為差異來界定，用於幫助你的醫護團隊認定癌細胞生長的速度。如要找出腫瘤的等級，需要使用活組織切片檢查，在顯微鏡下檢查活組織樣本。

就前列腺癌來說，癌症的等級通常是根據兩個從1到5的活組織切片檢查讀數界定，兩個讀數的總和給出一個從2到10稱為「格利森評分」(Gleason score)的數字。低的格利森評分表示癌細胞與正常的前列腺細胞相似。高的格利森評分表示癌細胞與正常的前列腺細胞非常不同。通常，1級和2級都不會被標示，因為它們代表腫瘤組織與正常細胞的外觀和行為都相似。大多數前列腺腫瘤都是3級或高於3級。

等級	格利森評分	描述
3	6 或 6以下	生長緩慢，擴散的可能性甚低
4	7	生長速度稍微高於第3級，並有可能會擴散
5	8 至 10	趨於迅速生長，擴散的可能性較高

前列腺癌的治療方法

由於前列腺癌通常生長得較為緩慢，因此很多時候都可以治癒或被控制，成功率較高。你的醫護團隊將會考慮你的整體健康狀況以及癌症的種類、階段(期數) 和等級，為你建議最佳的治療方法。你將會與你的醫護團隊共同商量，決定最後的治療選擇。如果你有任何疑問，請與他們諮詢。

有些治療方法可以導致終身不育

如果你接受放射療法、化學療法或某些種類的手術來治療癌症，你可能會喪失生育能力。接受任何治療之前，請諮詢你的醫生以瞭解療程對你的生育能力會造成什麼影響，以及有關儲存精子（即在接受治療前把精子凍結保留為將來之用）的安排。儲存精子讓你和你的配偶將來有更多選擇。

如果前列腺癌沒有引起任何症狀，你可能無需接受治療。你的醫生可能會建議你加入一個名為「主動監察」（active surveillance）或守候等待（watchful waiting）的項目。

主動監察：有些前列腺癌生長得非常緩慢，可能多年都不會對你的健康造成影響。你的醫護團隊將會緊密地監視它。你的醫生會定期檢查你的前列腺及PSA水平，偶爾也會做經直腸超聲檢查或活組織切片檢查。如果有癌症徵兆出現或你的情況有所變化，則可能會考慮立刻進行治療。

如果醫生建議立刻治療，你可能會接受以下一種或多種的治療：

手術：是否需要做手術需視乎癌症的階段(期數)和等級、整體健康狀況及PSA水平等幾個因素。進行手術時，整個前列腺都會被切除，這種手術稱為前列腺切除手術。附近部位的組織也可能遭受手術影響。手術是在全身麻醉下進行(沒有知覺)。手術後可能需要住院幾天。

手術後，需要置入導尿管(一條經尿道通至膀胱的狹小軟管)，導尿管通常需要留置幾天才可以拆除。你可能會有一點痛楚、噁心及嘔吐。這些副作用都是短暫及可以被控制的。你也可能會有膀胱不受控制的問題(即可能會有失禁)。經過一段時間後，失禁會有所改進。

前列腺手術可能會損害某些神經，使陰莖不能勃起或保持勃起(即造成勃起功能障礙)。醫生會盡量使用保存神經的手術來避免損害神經。

放射療法(radiation therapy, 又稱電療)：體外放射療法(external beam radiation therapy)涉及使用一台大型的儀器，小心地把放射線對準腫瘤發射。放射線會損害其軌跡範圍內的細胞，正常細胞與癌細胞都會一同被損害。近距離放射療法(brachytherapy)，或體內放射療法(internal radiation therapy)涉及把具放射性的珠子或種子直接放置在前列腺內或前列腺附近。

輻射的副作用視乎接受放射線的身體部位。你可能會感到比平常更為疲倦，有點腹瀉或膀胱有點毛病，也可能注意到曾接受治療部位的皮膚有所變化（可能變紅或產生觸痛感）。以放射線治療前列腺癌可能會刺激直腸，引致排便有所變化。小便次數也可能會更為頻密。這些副作用是因為正常細胞遭受損害所致。療程結束後，這些副作用通常會有所改進或消失。

放射療法可以損害陰莖內的神經和血管，使陰莖難以勃起。勃起功能的問題通常不會在接受放射療法後立刻出現，但會在稍後的日子出現。

荷爾蒙療法 (hormonal therapy)：荷爾蒙療法在於除掉或阻擋某些荷爾蒙，並阻止癌細胞的生長。前列腺癌需要有男性荷爾蒙睪丸激素（又稱睪丸酮）才可生長。荷爾蒙療法把你體內的睪丸激素量降低，從而減慢腫瘤的生長，使它縮小。

體內的睪丸激素水平可通過睪丸切除手術（雙側睪丸切除手術）或藥物降低。荷爾蒙藥物可以口服或注射（用針頭），兩種用藥方法也可合併使用。現今，降低睪丸激素的方法以藥物治療較為普遍，較少使用睪丸切除手術。

荷爾蒙療法對一些男性可以引致某些副作用。不同的藥物會產生不同的副作用，包括失去性慾、勃起功能障礙、熱潮或增重。這些副作用通常都可減少或被控制。療程結束後，它們通常都會隨之消失。

化學療法(chemotherapy，簡稱化療)：化療是使用藥物醫治癌症，可以用注射或口服藥丸方式施行。化療藥物會干擾癌細胞的生長和擴散能力，但同時也會令健康細胞受損。雖然健康細胞會隨著時間慢慢復原，但你可能會出現治療所產生的副作用，

如要更深入瞭解治療方法，可閱讀我們的小冊子《化療與其他藥物療法》(Chemotherapy and Other Drug Therapies)及《放射療法》(Radiation Therapy)。

臨床治療試驗：臨床治療試驗探索治療癌症的新方法，例如新藥物、新療法，或各現有療法的組合。這些試驗在嚴密監察下進行，以確保它們對參加者是安全有效的。請向你的醫生查詢，有沒有任何臨床治療試驗對你來說是一個可取的治療方案。參加試驗，既可利己，亦可造福日後的癌症患者，正是一舉兩得。

本協會的小冊子《臨床試驗》(Clinical Trials) 內載有更多資料，包括如何找到臨床試驗的項目。

輔助療法(complementary therapies)：輔助療法如按摩治療或針灸等可以與常規癌症治療方法合并使用，它們通常有助紓解情緒緊張和壓力，以及減輕其他治療引起的副作用。它們並無治療癌症的作用，目前還需進行更多研究來瞭解這些療法是否有效及如何發揮作用。

另類療法 (alternative therapies) 用於取代常規治療方法，它們的安全性或有效性尚未有足夠的測試驗證。僅靠另類療法來治療癌症可以造成影響健康的嚴重後果。

如果你正在考慮使用輔助或另類療法，最好盡量瞭解有關的療法，並諮詢你的醫護團隊，它可能影響檢查結果或其他治療方法。

本會的小冊子《輔助療法》(Complementary Therapies) 載有更詳細的資料。

治療的副作用

有些癌症治療方法會引起副作用，例如疲倦、頭髮脫落或噁心。由於治療方法對每一個人的影響都不相同，所以很難預測它對你是否會產生副作用，或會有什麼副作用。

副作用通常可以妥善處理，甚至可以預防。如果你對副作用有所疑慮，最好與你的醫護團隊談談你的顧慮，並提出有關的問題。他們可以告訴你，有哪些副作用出現時，應該立即告知醫生，有哪些可等到下次覆診時再跟進。

可能出現的長期副作用

有些前列腺癌治療的副作用是長期或者永久性的。在選擇哪種治療方法對你最為適合時，應該考慮各種長期的副作用。這些副作用中包括對控制膀胱能力（尿失禁）、性功能（勃起功能障礙）以及生育能力（不育）造成的影響。

尿失禁：尿失禁是指缺乏完全控制尿流的能力，這種病況可因膀胱、膀胱肌肉或幫助膀胱正常運作的神經遭受損傷而引起。尿液可能會在你咳嗽、打噴嚏、大笑或進行其他身體活動時突然漏出。有些時候，尿液可能因為膀胱過度滿溢或尿急而漏出。

經過治療後，尤其是接受手術後，出現尿失禁的可能性會較高。隨著身體的康復，控制膀胱的能力會有所改進，並會恢復正常。但是，有些男性以後都無法再具有完全控制膀胱的能力。

有多種方法可以幫助處理尿失禁。如果你每天多次少量失禁，最好向你的醫生諮詢有關鍛鍊盆骨肌肉的運動。藥物對控制膀胱的肌肉也有幫助。

勃起功能障礙（Erectile dysfunction，簡稱ED）：勃起功能障礙是指陰莖不能夠勃起或保持勃起。有些男性因為接受手術或放射療法以致受到長期性的損傷，導致勃起功能出現障礙。

當你做完癌症療程後，醫生可能會給你幾個月的時間來康復，才要你接受檢查找出勃起功能障礙的確實原因。檢查結果會有助斷定治療方法。請與醫護團隊諮詢有關勃起功能障礙的治療方法，例如人工陰莖植入、真空負壓裝置及藥物等。

本協會的小冊子《性慾與癌症》(Sexuality and Cancer) 載有更詳細的資料。

不育：不育是指沒有生育孩子的能力。大部分前列腺癌的治療方法都可以導致不育。接受治療前，最好與你的醫生諮詢有關精子儲存庫的安排。

接受治療後

跟進護理幫助你和你的醫護團隊監察你在接受手術後的進展和康復狀況。開始時，跟進護理是由你醫護團隊的其中一位專科醫生負責管理，繼後則可能由你的家庭醫生管理。

跟進覆診的次數和時間安排都會因人而異，在接受治療後的第一年內，你可能需要頻密覆診，之後覆診次數則可能不需要這麼頻密。療程結束後，如果有新的症狀出現，或者症狀不消失，便應該立刻告訴醫生，不要等到下一次的覆診才告訴醫生。

保持健康的飲食習慣：健康的飲食習慣涉及均衡地食用各種類的食物，這在前列腺康復期間有助於促進健康。有些研究顯示前列腺癌與高脂肪的飲食習慣可能有所聯繫，因此最好盡量限制飲食中的脂肪含量。前列腺患者應該諮詢醫生或營養師，瞭解最適合他們的營養。

自我形象和性慾：前列腺癌和其治療都可對性功能造成影響，病者對這方面感到關注是自然的。你可能擔心經過治療後身體的形象會有所改變、與伴侶性交時不知如何是好、或擔心會被拒絕。你可能正在應對失禁、勃起功能障礙和不育等副作用。你可能需要與一位你可以信任的人來談談你的感受。你的醫生可以為你推薦專家及輔導員來幫助你處理前列腺癌治療對情緒健康造成的影響。

癌症治療結束後，你可能會感到百感交集。一方面，你可能因為治療結束而感到慶幸，並期待生活恢復正常，但另一方面也可能感到焦慮。如果你因為療程快要結束而感到擔憂，則最好與你的醫護團隊談談。他們會幫助你度過這個過渡時期。

與癌共存

本協會的小冊子《與癌共存》(Living with Cancer) 載有更詳盡的資料和資源。

癌症患者及其照顧者都可從多處獲取支援。

你的醫護團隊：如果你需要實際幫助或情緒支援，你的醫療小組都可以為你推薦一些在你社區內提供的服務，或介紹你去見有關的癌症中心職員或精神健康專家。

家人與朋友：你最親近的人可給你極大的支持。請接受他們的幫助。當有人說：“如果你需要幫助，請不妨告訴我！”便應該告訴他們你所需要的幫助，例如處理某些瑣事、做飯或開車送你去見醫生等。

其他曾有類似經歷的過來人：與曾有類似經歷的人傾談吸取他們的經驗往往都是挺有幫助的。你可以考慮參加一個支援小組，也可透過電話、網路、或當面與曾經患過癌症的人談談。

自己：好好地應對癌症，並不代表你隨時都要表現出開心愉快。但是，它卻意味著懂得照顧自己，選擇一些讓自己可以鬆弛及享受的活動來紓解身心。最好抽點時間來找出一些有助你渡過這個困難時期的應對策略。你可以諮詢一位輔導員，讓他給你進一步的幫助。

與曾有類似經歷的人交流

如果你想與曾有類似癌症經歷的人交流，我們可以幫助你與一位有這樣經歷的義工聯絡，讓他從一個「過來人」的角度來聆聽你、帶給你希望和鼓勵，並與你分享一些有關的應對方法。

欲知在你區內有什麼資源提供，你可以：

- 由周一至周五，撥打我們的免費電話1-888-939-3333 (TTY 1-866-786-3934)
- 發電郵至 info@cis.cancer.ca
- 瀏覽我們的網址 cancer.ca

希望通過網絡與人聯絡嗎？

如果你希望通過網絡與人聯絡，請參加我們的網絡社群——CancerConnection.ca。那裏有討論和小組是你可能會感興趣的，通過我們的網絡社群你也可以找到一些樂於助人、給你支持的同道人。

前列腺癌有什麼成因？

前列腺癌不是由單一個因素引起。但是，有一些因素是可以提高致癌機率的。有些人雖然不具任何致癌的風險因素，但卻患上前列腺癌。有些人雖然具有這些風險因素，反而沒有患上癌症。

前列腺癌的風險因素包括：

- 年齡 —— 65歲以上
- 屬於非洲族裔
- 家族內曾有人患過前列腺癌

有些可能會導致前列腺癌的風險因素正在研究中，這些因素包括：

- 飲食習慣中包含大量的高脂肪食物、奶類產品、鈣質、紅肉或經加工的肉類
- 過重或過胖
- 體型較高
- 工作涉及與殺蟲劑或一種稱為鎘的金屬有所接觸

加拿大防癌協會

我們就在你身邊

我們會為你解答有關治療、診斷、看護或服務的問題。

請致電我們的免費電話 **1 888 939-3333**



向經過培訓的癌症資訊專家諮詢有關癌症的問題。致電我們或發電郵至 info@cis.cancer.ca.



參與網上討論，獲取幫助或幫助他人。
訪問 cancerconnection.ca.

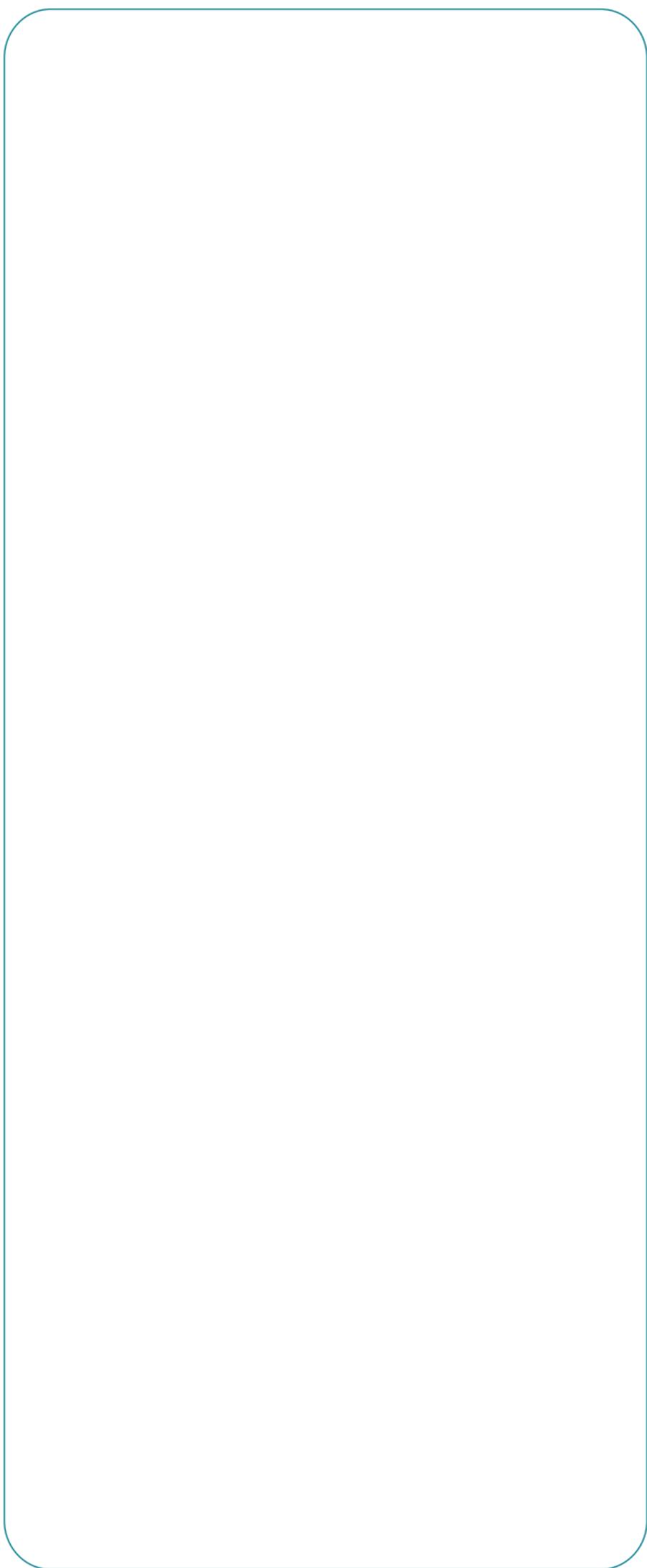


瀏覽包含所有類型癌症信息的加拿大最可信賴網站。
訪問 cancer.ca.

本會的服務是免費和保密的。許多服務可通過傳譯員以其他語言提供。

提出你的建議

發電郵至 cancerinfo@cancer.ca，建議我們如何改進本宣傳冊。



本會的工作

加拿大防癌協會致力於下列工作以對抗癌症：

- 竭盡全力預防癌症
- 資助研究以戰勝癌症
- 加強本國癌症病人應對癌症的能力並為其提供資訊和支持
- 倡導制定公共政策以改善國民健康
- 團結國民積極對抗癌症

如欲索取有關癌症和本會服務最新資料，或捐款，請聯絡本會。



Canadian Cancer Society Société canadienne du cancer

1 888 939-3333 | cancer.ca
TTY 1 866 786-3934

這是加拿大防癌協會印製的一般性資訊。

並非用以取代專業醫療人員的意見。

此刊物的資料內容可隨意複印，毋須本會批准，但必須註明為加拿大防癌協會2016:《前列腺癌: 瞭解你的診斷》。