

# 解鎖男性的「難言之隱」 低能量體外震波：治療勃起功能障礙與慢性盆腔疼痛

文／臺中榮總泌尿醫學部主治醫師 梅承恩

泌尿醫學部 梅承恩 醫師



## 【主治專長】

攝護腺拉提手術 (UroLift)、攝護腺雷射手術、軟式輸尿管鏡手術、包皮環切手術、泌尿系統結石、排尿障礙、血尿、疝氣、腹腔鏡疝氣修補手術、男性性功能障礙、泌尿系統腫瘤之診治、達文西 / 腹腔鏡微創手術。

## 【門診時間】

週二夜間、週五早上

在泌尿科門診中，我們常遇到許多男性帶著複雜的心情前來。他們可能受困於「力不從心」的無力感，或者長期被下腹部、會陰部那種說不上來、隱隱作痛的「悶痛」所折磨。這些問題往往被貼上「老化」、「退化」或「心理壓力」的標籤，但醫學研究顯示，有很大一部分是生理組織的微循環障礙或神經肌肉的過度緊繃。

近年來，低能量體外震波 (Low-energy Extracorporeal Shock Wave Therapy, Li-ESWT) 在泌尿醫學領域的應用日益成熟。這項原本用於治療骨科筋膜炎或物理治療的技術，已成為改善男性健康的新興輔助選擇。

## ▶▶ 什麼是低能量體外震波？

體外震波並非電擊，也不是傳統意義上的放射線。它是一種具有能量壓差的聲波。在泌尿科，震波治療分為「高能量」與「低能量」兩種。高能量震波主要用於擊碎腎結石；而用於治療性功能或疼痛的則是「低能量震波」。這種能量強度極低，大約只有碎石震波的十

分之一，目的不在於破壞，而是透過震波產生微小的物理刺激，誘發組織產生一系列的生物反應，促使血管新生修復。

## ▶▶ 針對勃起功能障礙：改善血管環境

多數男性的勃起功能障礙 (ED) 源於血管因素。簡單來說，就是流入陰莖海綿體的血液不足，或血管彈性減弱。低能量震波對血管性 ED 的治療機制主要有二：

- 1. 促進血管新生 (Angiogenesis)：**震波刺激組織後，會促使血管內皮生長因子 (VEGF) 等細胞訊號釋放，誘導海綿體長出新的微細血管。這就像是為塞車的道路開闢了「替代道路」，增加血液灌流的總量。
- 2. 修復內皮組織：**震波能活化內源性的幹細胞，修復受損的血管內皮與海綿體平滑肌，從生理結構上改善勃起的品質與硬度。

對於許多服用所謂壯陽藥物 (如威而鋼、犀利士) 效果不彰，或是希望減少對藥物使用的患者，震波治療提供了一個「非侵入」且「非藥物」的治療選

項，目標在幫助患者找回自發性的自然反應，重拾信心。

### ▶▶ 針對慢性骨盆腔疼痛：關掉身體的疼痛訊號

慢性骨盆腔疼痛症候群（CPPS）是另一種令男性頭痛的頑疾。患者常感到會陰部、恥骨上方或睪丸處有慢性疼痛，並常伴隨解尿不適。過去，這類問題常被當作攝護腺炎，反覆使用抗生素卻效果有限。

醫學界觀察到，低能量震波在改善這類疼痛上有顯著效果，機制包括：

- 抑制疼痛傳導：震波能降低神經突觸中傳遞痛覺的化學物質，從神經層面達到止痛效果。
- 放鬆盆腔肌肉：許多慢性骨盆腔疼痛症候群患者存在盆底肌肉過度收縮的問題，震波能產生類似深層按摩的效果，緩解肌肉痙攣。
- 抗發炎作用：透過改善局部微循環，協助代謝堆積在組織間的發炎物質。

臨床數據指出，患者在接受震波治療後，其慢性攝護腺炎臨床症狀評分（NIH-CPSI）通常會有明顯的下降，生活品質也隨之提升。

### ▶▶ 一舉兩得：全方位的盆腔健康修復

男性性功能障礙與慢性骨盆腔疼痛往往是並存的。長期的疼痛會導致心理焦慮，進而影響性欲與表現；而性功能下降帶來的壓力，也可能加重骨盆腔肌肉的緊繃。

低能量震波的優勢在於它可以針對不同部位進行調整。在標準療程中，醫師會根據患者主訴，精準地將震波施打在陰莖海綿體、會陰部或疼痛點。這種全方位的盆腔環境優化，不僅能改善生理上的血流，更能因為疼痛的緩解而打破負面的心理循環。

### ▶▶ 治療過程與安全性：

接受低能量震波治療，目前研究顯示除了少部分病人治療後局部不適、輕微紅腫，且數日內會消退，除此之外目前無其他副作用。

1. **療程安排**：通常每週進行一次治療，每次約 15~20 分鐘，一個標準療程建議 4 到 6 次。治療過程不需要麻醉，僅會感到輕微的震動或刺癢感，不適感極低。
2. **無須恢復期**：非侵入性治療，結束後可立即回到工作崗位，完全不影響日常生活。
3. **適用性評估**：並非所有性功能障礙都適合震波。治療前的檢查與醫師專業診斷十分重要。

### ▶▶ 醫師的叮嚀：治療是為了更好的生活

低能量體外震波雖然是一項先進的技術，但並非「萬靈丹」，他是治療這些疾病中很重要的幫手。在血管性之性功能障礙與慢性疼痛上的效果是顯著的，但其療效能維持多久，往往與個人的生活型態息息相關。

如果您正受此困擾，建議除了考慮震波治療，也要同步進行生活管理：

- 控制慢性疾病：良好的血脂、膽固醇、血糖與血壓控制是血管健康的基礎。
- 規律適度運動：增加骨盆腔的血液循環。
- 自身壓力釋放：尋求適當的心理紓壓管道。

### ▶▶ 結語

男性健康不應是沈默的負擔。低能量體外震波治療為男性功能提供了一個溫和且具備科學實證的有效利器。透過精準的診斷與療程規劃，我們希望能協助每一位男士重新找回身體的掌控感，在生活與親密關係中重拾自信與自在。🏥