

搶救私密大作戰，生活不再滴滴答

李香瑩醫師

高雄市立大同醫院泌尿科

一位 60 歲更年期婦女長期以來為漏尿所苦，主訴在大笑、跑步、咳嗽的時候會不自覺的尿濕了褲子，且症狀越來越嚴重已經影響到她的生活品質。為了改善困擾已久的症狀因此來泌尿科門診徵詢解決的方法。其實這個疾病就是”應力性尿失禁”。此疾病主要是因為骨盆底肌肉、韌帶支持力降低而引起的不自主漏尿，多發生在生產過後或更年期的婦女，通常在腹壓增加的時候例如大笑、咳嗽或運動時漏尿。

應力性尿失禁的治療方法可分為行為治療包括生活型態的改變和骨盆底肌肉訓練、藥物治療和手術治療。通常治療會先從非侵入性的方法開始，但行為治療需要時間與耐性，有的病人沒有辦法持之以恆的自我訓練和改變生活型態，症狀就無法如預期的恢復。而應力性尿失禁目前並沒有很好的藥物可以選擇，想要快速有效的解決問題，通常就會使用最後一道武器：手術治療。但隨著科技

的進步，最近幾年多了新的治療利器：陰道雷射，對於不能或不願意接受手術的患者可謂是一個福音。雷射技術利用鉕雅鉻雷射 (erbium-yttrium-aluminum-garnet (Er:YAG)) 做治療，波長為 2940nm。陰道雷射的原理在於利用光熱效應，非汽化剝離，使鬆弛或老化的陰道壁膠原蛋白增生 (neocollagenogenesis) 和重組 (remodeling)，使骨盆筋膜與結締組織緊縮更新，進而增加陰道壁的彈性、厚度和強韌。雷射會在陰道內膜加溫到 60~70 度，這個範圍的溫度剛好可以使膠原蛋白纖維收縮但不會造成變性反應 (denaturation)，也不會傷害到內膜結構。也因為這樣的作用機轉，陰道雷射不僅可用來治療應力性尿失禁，也可以改善更年期婦女陰道萎縮和乾澀的症狀，同時對於追求更美好性生活的患者，經由陰道緊縮也可以增進夫妻之間的床第生活。和其他治療方式相比，它的好處在於微創無傷口、無疼痛、可重複治療、治療時間短、不

需麻醉、不影響日常生活等，所以陰道雷射才會在這幾年開始盛行起來。

陰道雷射在應力性尿失禁的治療三階段包括全陰道壁的支撐力加強，陰道前壁重點治療，陰道前壁入口處重點治療。治療前先消毒陰道後就可以開始治療，整個治療過程時間大約只需 15 分鐘，因為不太會有疼痛感，所以不需要麻醉。但治療前要先排除有陰道炎、陰道腫瘤或其他傳染性疾病，糖尿病患者也需要特別注意。而由於水分或血液會影響雷射的效果，所以必須避開經期的時間。治療後可立即回復日常生活，一星期內要注意會陰部的清潔，保持通風與乾燥，如果分泌物增加須勤換棉質內褲，避免陰道直接灌洗或泡澡。每個患者陰道鬆緊程度不同，因此一個療程的次數可能需要 2-3 次不等，一般治療間隔為一個月。

由於微創技術在臨床上的需要增加，因此近幾年開始有文獻探討陰道雷射在應力性尿失禁的治療角色。一些文獻提到大約七成的應力性尿失禁病人會獲得半年到一年的改善，並且沒有產生什麼嚴重的副作用。但必須注意的是，由於目前陰道雷射的研究都還是屬於短期追蹤，對於長時間的效果和副作用還需要更多更嚴謹的大型研究來探討，甚至與其他治療方法做比較。另外，對於不同嚴重程度的應力性尿失禁患者治療效果也會不同，如何選擇出適合陰道雷射的病患是未來重要的課題。總結來說，陰道雷射是一種微創的治療選擇，對於應力性尿失禁的患者，從系統性回顧研究中可以看到有不錯的初期效果，因此對於未來長期的發展還是令人期待的。

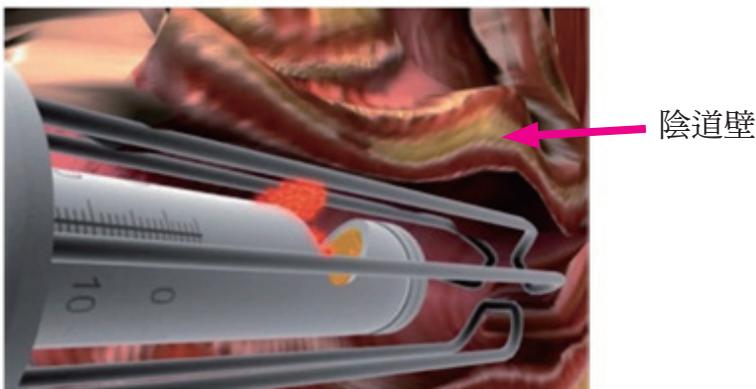


Figure 1 Er:YAG fractional non-ablative laser treatment of the anterior vaginal wall

CLIMACTERIC 2015;18(Suppl 1):37-42