



病人和職業教育

前列腺癌患者的激素治疗

本信息介绍了用于接受放射治疗的前列腺癌患者的激素治疗。

关于前列腺癌的激素治疗

睾酮是一种雄性激素。它在脑垂体（大脑中的一个腺体）分泌激素引起睾丸产生精子时产生。睾酮能够促进前列腺癌细胞的生长。

激素治疗可以通过以下方式防止前列腺癌细胞生长：

- 降低睾丸分泌的睾酮量。
- 阻断睾酮和其他雄性激素的作用。

医生可能会建议您接受激素治疗，其主要目的是：

- 在您开始放射治疗之前减小您的前列腺尺寸。这将有助于减少正常组织受到的辐射量。
- 使辐射更易于杀死前列腺癌细胞。
- 缓解疼痛。
- 减缓晚期前列腺癌的疾病扩散。

激素治疗的类型

用于前列腺癌治疗的激素治疗有 3 种类型。可以单独使用，也可以联合使用。

- 促黄体激素释放激素 (LHRH) 激动剂能够阻断脑垂体发出提示睾丸生成睾酮的信号。亮丙瑞林 (Lupron®) 和戈舍瑞林 (Zoladex®) 都是 LHRH 激动剂。可以每月注射一次，也可以每 3、4 或 6 个月注射一次。
- 抗雄激素类药物可阻止睾酮粘附于癌细胞。从而使得睾酮无法促进癌细胞的生长。

比卡鲁胺 (Casodex®) 是一种抗雄激素类药物。该药需要每天服用一次。

- 如果您目前正在服用比卡鲁胺，您需要确保在每天同一时间服用（进食后或空腹时服用均可）。
- 您的医疗团队会告知您何时开始服用该药物。
- **促性腺激素释放激素 (GnRH) 拮抗剂**是一种可阻止睾酮生成的药物。地加瑞克 (Firmagon®) 是一种 GnRH 拮抗剂。该药物为皮下注射给药，每 28 天一次。

如果您正在通过注射给药的方式接受激素治疗，请阅读本资源末尾部分标题为“注射时间安排”的内容。

接受激素治疗所需注意事项

- 如果您正在使用任何药物，包括贴剂和药膏，或如果您更换过药物，请告知您的医生或护士。有些药物可能会改变激素治疗的作用方式。如果您正在服用以下药物，请告知您的医生：
 - 处方药物
 - 非处方药物
 - 任何草药、维生素或膳食补充剂
- 您将需要验血。这是因为您的肝酶水平可能会升高。如果发生这种情况，您的医生将与您讨论并制定应对计划（如需要）。
- 酒精可能会干扰您的用药。如果您希望饮酒，请与您的医疗保健提供者进行确认。

激素治疗的副作用

激素治疗可能会导致一些副作用的发生。这些症状可能会在治疗期间逐渐消失。有时也会持续至治疗结束后数月。

您可能会出现以下几种副作用，也可能没有任何副作用：

- 潮热或出汗
- 疲劳（感觉很累或比平时更乏力）
- 勃起功能障碍（勃起困难、无法勃起或无法保持勃起状态）

- 性欲减退
- 腹泻（稀便或水样便）
- 便秘（排便次数比平时少）
- 全身疼痛
- 乳房压痛或乳腺组织生长
- 体重增加
- 肌肉无力
- 抑郁
- 思维反应减慢
- 注射部位局部反应

激素治疗期间疾病的预防

糖尿病和心脏病

激素治疗可能会增加您罹患糖尿病和心脏病的风险。保持健康的生活方式有助于降低这种风险。

- 请勿吸烟或使用烟草制品。如果您目前吸烟，我们的烟草治疗项目可以帮助您戒烟。您的医疗团队可以帮您介绍参加该项目寻求支持，或者您也可以致电 212-610-0507 了解更多信息。
- 维持或达到健康的体重。如果您希望咨询临床营养师，请致电 212-639-7071。
- 遵循健康饮食。您应该选择高纤维、低脂肪和低浓度糖分的饮食。有关更多信息，请阅读资源 *Nutrition and Prostate Cancer: Making Healthy Diet Decisions* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/nutrition-and-prostate-cancer)。您可以在线查找本资源，也可以向您的医疗保健提供者索取副本。
- 经常运动。比如快步走、慢跑、骑车、有氧运动和庭院劳动。我们建议您在日常生活之外每天运动 30 分钟。即使您不能每天运动，进行一些其他活动也将有所帮助。

骨质疏松

长期使用激素治疗可能会增加您罹患骨质疏松的风险。骨质疏松是一种导致骨骼强度减

弱且增加骨折（断裂）风险的疾病。摄取足够的钙和维生素 D、进行充足的运动将有助于降低该风险。有关更多信息，请阅读资源 *Improving Your Bone Health* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/improving-your-bone-health)。您可以在线查找本资源，也可以向您的医疗保健提供者索取副本。

钙

请确保摄入足够的钙。大多数成人每天需要摄入 1,000 至 1,200 毫克 (mg) 的钙，但您的医生或营养师会告知您适合您的钙摄入量。

食物是获取钙的最佳途径。例如，富含钙的食物包括牛奶、奶酪、酸奶、罐装三文鱼、豆腐、白软干酪、浓缩橙汁、菠菜和杏仁。

如果您无法从饮食中获得足够的钙，您的医生或营养师可能会建议您服用钙补充剂。这些药物无需处方。您的医生或营养师会告知您应该服用的剂量。

非处方钙补充剂有几种类型，包括碳酸钙和柠檬酸钙。这些补充剂均可口服（吞咽）。

- 碳酸钙在餐后服用时吸收最好。OsCal® 和 Caltrate® 是 2 种碳酸钙补充剂品牌。
- 柠檬酸钙是另一种类型的钙补充剂。部分患者对柠檬酸钙的吸收可能优于碳酸钙。老年人、轻度胃酸者（如恶性贫血患者）也是如此。柠檬酸钙在餐前 30 分钟服用时吸收最好。柠檬酸钙的一个品牌是 Citracal®，目前在大多数药店均有售。

如果您每天需要服用超过 500 毫克的钙补充剂，请分次服用，以获得最佳吸收。例如，如果您每天服用 1,000 毫克钙，请早晨服用 500 毫克，晚上服用另外 500 毫克。

维生素 D

维生素 D 在预防骨质疏松方面也发挥着重要作用。您的身体需要维生素 D 来吸收和利用钙。

您每天需要摄入的维生素 D 以国际单位 (IU) 为测量单位。如果您的年龄在 19 至 70 岁之间，每天需要 600 IU 的维生素 D。如果超过 70 岁，每天则需要补充 800 IU 的维生素 D。

您可以从阳光、食物和维生素 D 补充剂中获取维生素 D。如果您涂防晒霜或大部分时间在室内活动，您可能需要从其他来源获取维生素 D。

维生素 D 的食物来源包括多脂鱼（如三文鱼、鲭鱼和金枪鱼）、蛋黄、肝脏和一些浓缩食品，如牛奶和橙汁。

由于很难从食物中获取您所需的全部维生素 D，因此通常建议您服用补充剂。在服用维生素 D 补充剂前，请先检查您服用的多种维生素或钙补充剂中是否含有维生素 D。

运动

医生可能会建议您进行强化骨骼和肌肉的运动。这些运动可能是负重运动，有助于增加骨密度，如步行、慢跑或跑步。也可能是非负重运动，如游泳。

开始新的常规运动前，请务必咨询医生。如果您难以确定运动方案，请咨询医生物理疗法是否适合。

贫血

长时间接受激素治疗可能会增加您罹患贫血的风险。贫血是指红细胞水平低于正常值。红细胞负责将氧气从肺输送到身体的其他组织。

贫血时，您可能会感觉异常疲乏。您的医生将就此与您进行讨论，并且可能会为您开具有助于预防贫血的药物。

您应该何时致电您的医生或护士

如果出现以下情况，请致电联系您的医生或护士：

- 上述提到的任何副作用
- 任何新发的副作用
- 任何问题或担忧

注射时间安排

您将要注射的药物是_____

您将接受_____天/周/月的药物注射

您将在：_____（日期）接受注射

您的第一次注射安排在_____（日期）

您可以在放射肿瘤科诊所或泌尿科医生办公室接受这些注射治疗。

If you have any questions, contact a member of your healthcare team directly.
If you're a patient at MSK and you need to reach a provider after 5:00 PM,
during the weekend, or on a holiday, call 212-639-2000.

For more resources, visit www.mskcc.org/pe to search our virtual library.

Hormonal Therapy for People with Prostate Cancer - Last updated on April 1, 2021
All rights owned and reserved by Memorial Sloan Kettering Cancer Center