

# 最近有點不**性**福？ 壯陽藥安心使用守則

文／藥劑部 藥師 林玟玲

**性**功能障礙是許多男性朋友的困擾，而壯陽藥則成為許多人尋求解決方案的途徑。壯陽藥是一類用於治療男性勃起功能障礙的藥品，也稱為陰莖勃起功能障礙藥品。

勃起功能障礙是指男性無法維持足夠的勃起，以進行滿意的性行為。隨著壯陽藥的問世，已經為許多男性帶來了希望和改善性生活品質的機會。然而，壯陽藥並非萬能，使用不當反而可能造成嚴重的健康問題。因此，在使用壯陽藥之前，了解其正確的使用方式和注意事項至關重要。

## 認識壯陽藥的種類

市面上常見的壯陽藥主要為第五型磷酸二酯酶抑制劑（PDE5抑制劑），包括威而

鋼（Sildenafil）、犀利士（Tadalafil）、樂威壯（Vardenafil）等，是目前最常用的壯陽藥品。其作用機轉是抑制體內分解環磷酸鳥苷（cGMP）的酵素，使環磷酸鳥苷（cGMP）濃度升高，促進陰莖海綿體的血液流入，達到勃起的效果。

## 常見壯陽藥品與使用方式

- 1 **威而鋼（Sildenafil）**：是最早被核准用於治療男性勃起功能障礙的壯陽藥，也是最廣泛使用的一種。它的劑量有25毫克、50毫克和100毫克，建議在性行為前30分鐘至4小時內使用。
- 2 **犀利士（Tadalafil）**：是另一種常見的壯陽藥，其作用時間較長，一般可持續36小

時以上，這使得犀利士成為許多人首選的壯陽藥品之一。它的劑量通常為5毫克、10毫克和20毫克。

- ③ **樂威壯 (Vardenafil)**：是一種作用時間較短的壯陽藥，通常在性行為前30分鐘至1小時內使用。它的劑量通常為5毫克、10毫克和20毫克。

目前Sildenafil、Tadalafil和Vardenafil等PDE5抑制劑，在治療勃起功能方面都有普遍受到肯定的療效，且大幅改變了性功能治療的面貌。近年來，PDE5抑制劑在勃起功能上的治療，最大的轉變在於美國食品藥物管理局（FDA）和歐盟核准了Tadalafil的每日劑型，讓PDE5抑制劑從以前的需要時服用，轉變成像慢性病方式的固定使用。

此劑型減少了患者服藥和性行為時間上的阻礙，提供患者在性行為時有相當於自發性的勃起。對於性行為頻率較高的患者，因每日劑型所提供血液中穩定的藥品濃度，也可減少藥品的需求量。患者使用Tadalafil 5mg的每日劑型，不論病人的年紀、先前的勃起功能、有無高血壓或糖尿病等，在勃起功能面向的分數都有明顯進步。而大家關心長期使用的副作用方面，一樣以輕度的消化不良、頭痛、肌肉酸痛為主，大多為輕微且與傳統需要時服用的劑型比率相當。

### PDE5抑制劑其他的作用機轉

類似每日劑型的PDE5抑制劑的慢性療法，可以提供在勃起功能治療上有更多面向的思考，如可利用在陰莖復健上可能有更好的療效。目前在攝護腺癌經攝護腺根除手術

後，早期開始使用口服PDE5抑制劑慢性療法來進行陰莖復健，一般認為可減少神經失控（neuropraxia）帶來的破壞，對勃起功能的恢復有所幫助。即使短效型的PDE5抑制劑持續使用，仍然對勃起功能有正面幫助。

### PDE5抑制劑在婦女的應用

目前唯一得到FDA核准在婦女使用的PDE5抑制劑，是Sildenafil用在肺高壓的治療。但大家仍期盼是否PDE5抑制劑也能對女性的性功能障礙有所助益。但整體而言，婦女使用的PDE5抑制劑在性功能障礙的治療，目前仍缺乏大型且客觀的研究，並不被核准且也不建議。相對而言，當男性患者使用PDE5抑制劑來改善勃起功能時，研究上顯示伴侶的性滿意度會大幅進步，而在性慾整體生活滿意度上也有不錯的提昇。

### 使用壯陽藥須注意哪些事項呢？

#### 1 遵照醫囑

壯陽藥屬於處方藥，必須在醫師的指示下使用，確定是否適合使用壯陽藥以及適當的劑量。切勿自行購買或服用，以免造成藥品過量或產生副作用。

#### 2 告知病史

在使用壯陽藥之前，應告知醫師您的病史，包括心血管疾病、高血壓、糖尿病等。因為使用這些疾病的治療藥品，可能會與壯陽藥產生交互作用，增加副作用的風險。

### 3 避免與其他藥品併用

某些藥品可能會與壯陽藥產生交互作用，例如硝酸鹽類藥品、抗真菌藥品等。在使用壯陽藥之前，應告知醫師您正在服用的所有藥品，以避免不良反應的發生。

### 4 注意副作用

壯陽藥最常見的副作用，包括頭痛、臉部潮紅、消化不良、視覺異常等。如果出現嚴重的不良反應，例如胸痛、呼吸困難等，應立即停止使用並尋求醫療協助。

### 5 勿過量服用

壯陽藥的劑量應根據個人情況調整，切勿過量服用。過量服用可能會增加副作用的風險。使用壯陽藥時，應嚴格遵循醫師或藥品標籤上的劑量指示。不要自行調整劑量或超量使用，以免增加副作用的風險。

### 6 注意飲食

服用壯陽藥後，應避免食用高脂肪食物，以免影響藥效。

### 7 避免飲酒

飲酒會降低壯陽藥的療效。

### 8 保持健康生活方式

除了使用壯陽藥品外，請保持健康的生活方式，包括均衡飲食、適量運動、充足睡眠和減少壓力，這些都有助於改善性功能。

### 9 定期追蹤

在使用壯陽藥期間，定期追蹤是非常重要的。醫師可以評估藥效，並根據需要來進行調整。

### 結語

壯陽藥為許多患有勃起功能障礙的男性提供了一種有效的治療方法。然而，安全使用壯陽藥是非常重要的。請務必遵循醫師的建議，適當使用壯陽藥，以確保獲得最佳效果並最大程度地減少副作用的風險。📖

### 參考資料

1. Mayo Clinic. (2022). Erectile dysfunction: Viagra and other oral medications. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/erectile-dysfunction/in-depth/erectile-dysfunction/art-20047821>
2. Cleveland Clinic. (2022). Erectile Dysfunction (ED): Medications to Treat ED. <https://my.clevelandclinic.org/health/drugs/9551-erectile-dysfunction-ed-medications-to-treat-ed>
3. <http://www.tand.org.tw/Publications/into.asp?/99.html>  
(來源：馬偕紀念醫院泌尿科江百凱醫師)
4. American Urological Association. (2018). Erectile Dysfunction: AUA Guideline. [https://www.auanet.org/guidelines/erectile-dysfunction-\(ed\)-guideline](https://www.auanet.org/guidelines/erectile-dysfunction-(ed)-guideline)
5. National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. (2020). Erectile Dysfunction. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/urologic-diseases/erectile-dysfunction>