

# 肛门指检是不是前列腺癌的“鸡肋检查”？

复旦大学附属华山医院泌尿外科 郑捷

前列腺癌是男性泌尿生殖系统中最常见的恶性肿瘤，其发病率在男性所有恶性肿瘤中位居第二，仅次于肺癌。在亚洲，前列腺癌的发病率逐年升高，以前被认为是“安乐窝”的中国，前列腺癌的检出率、发病率和死亡率也在逐年增加。所以，如何在早期准确地诊断出前列腺癌，已经受到越来越多人的关注。而最为“古老”的检查手段——肛门指检，也被人们所热议。在技术高度发达的今天，各种“现代化”的筛查和检查工具如前列腺特异性抗原（PSA，一个前列腺癌所特有的肿瘤标志物）、多参数磁共振成像（mpMRI）以及 PSMA-PET/CT 纷纷涌现，我们是否还需要这位“古老的绅士”呢？

肛门指检，是经肛门来触摸前列腺的检查方法，是最早用来诊断前列腺癌的手段之一。通过肛门指检，医师可以对前列腺的质地、大小有个大概的评估：越是可能长有肿瘤的前列腺，质地就越硬。肛门指检就是借助我们的手指来触摸前列腺内的“肿瘤结节”。前列腺癌好发于外周带，正好在我们指检的范围内，体积超过  $0.2\text{ cm}^2$  的肿瘤就能被我们触摸到。

之前，这位“古老的绅士”出镜率非常高，

几乎整个前列腺癌的诊断过程中都能看到它的身影。社区筛查、门诊检查、术前检查，甚至术后随访都会用到肛门指检。但是后来大家发现，在前列腺癌的筛查过程中，肛门指检的“假阳性”率非常高。单独把肛门指检作为前列腺癌的筛查指标，会增加一些原先没有必要做的检查，甚至有些还是侵入性的检查如前列腺穿刺活检。

这种“过度诊断”，不仅增加了患者的经济负担，还会给患者带来躯体上的“麻烦”，如出血、疼痛等。所以，现在很多国家主张，不再将肛门指检作为唯一的筛查方式，联合 PSA 检测，可以大大提高前列腺癌检出的准确性。在 PSA 升高的情况下，肛门指检异常与前列腺癌高度相关，而且 PSA 数值越高，肛门指检的准确率就越高；而 PSA 正常情况下，肛门指检的作用尚不确定。

有研究显示，PSA 正常而肛门指检异常的患者，穿刺确诊前列腺癌后往往是可以治疗的，但是这批患者的肿瘤侵袭性往往也很高。如果不做肛门指检，可能会延误他们的治疗时机。

在前列腺癌的诊断上，肛门指检正逐渐淡出。很多学者认为，多参数磁共振成像（mpMRI）

已经能够替代肛门指检。但目前更多的人认为，早期的前列腺癌（临床分期 T1、T2 期），mpMRI 的肿瘤检出率可能高于肛门指检，而局部晚期的前列腺癌（临床分期 T3、T4 期），肛门指检可能更有优势。并且，肛门指检更廉价、操作简单、效率高，不需要特别的场地，这是 mpMRI 所不能比拟的。

所以，现在就把肛门指检列入“鸡肋”式检查，还为时过早。它至少还保留着作为“古老绅士”的最后一份“尊贵”。世界各国前列腺癌指南中的“临床 TMN 分期”还沿用 2017 年 American Joint Committee on Cancer (AJCC) 的第 8 版。在肿瘤 T 分期中，T1、T2 期都是以肛门指检的结果为判定标准的。有些指南比如中国、美国的泌尿外科指南中，T 分期还可以结合磁共振影像结果，而另外一些比如欧洲的泌尿外科指南就明确指出，临床 T 分期就只按照肛门指检的结果判定。即使影像学检查有不同的发现，可另行注明，但不影响临床 T 分期。另外，在“前列腺穿刺活检的指征”当中，第一条就明确指出“肛门指检发现前列腺可疑结节的，任何 PSA 值”，也就是说不管 PSA 值是多少，只要肛门指检发现可疑结节，都应该做前列腺穿刺。可想而知，肛门指检在前列腺癌的临床 T 分期，乃至前列腺穿刺中，还有着不可撼动的地位。

此外，还有个特殊人群非常需要这位“古老的绅士”，那就是已经诊断“前列腺癌”的，但是因为各种原因（不愿意治疗或者身体条件不允许治疗）暂时不接受治疗的，主动监测（Active Surveillance, AS）的患者。他们中的

多数人并没有放弃治疗，只是因为各种原因暂时不做医学上的干预，在医师的指导下密切随访。通过频繁的、定期的检查，来判断肿瘤是否进展，是否需要启动治疗。那么，这时就需要对患者负担并不是很大的肛门指检了，同时联合 PSA 检测可以很好地对患者的肿瘤进行评估，一旦发现有进展，可以及时地开展治疗。如果这种情况继续使用磁共振等大型检查，费时费力不说，或多或少还会对患者有所损伤。

由此可见，这位“古老的绅士”在前列腺癌的诊断上，还是有一定价值的。大家之所以越来越不待见这位“绅士”，除了它逐渐被其他检查所取代以外，还有两个很主要的原因。

1. 肛门指检的主观性很强。不同的医师，对同一患者施行肛门指检，结果可能不一样。所以这就需要在做肛门指检的时候，尽量找有经验的泌尿外科医师，毕竟这是一个技术活，如果没有二三十例肛门指检的经验，不要说摸到前列腺结节，能找到前列腺已经很不容易了。

2. 肛门指检对某些男性朋友来说是个“痛苦”的经历，很多人都为之“色变”，“多尴尬呀！”、“很难受的！”、“算了，算了，下次再做吧！”。

其实，只要配合医师，肛门指检的经历可以并不“痛苦”的！建议大家做到以下几点。

1. 放松心态，不要紧张。心里过度紧张，很有可能会引起肠道不必要的痉挛，进而增加指检的难度，引起我们的疼痛感。

2. 注意肛门指检时的姿势，我们一定要把自己“摆放”到位。指检一般采用“弯腰扶椅

位”、“胸膝位”或者“侧卧位”。一个准备充分的姿势，可以让医师的食指快速通过肛门，摸到前列腺。扭扭捏捏、半推半就的，反而会使指检变得困难。

3. 放松屁股（臀大肌），放松肛门（肛门括约肌）。这点很重要！在肛门指检过程中，如果我们收紧屁股，那医师势必需要用更大的力气去拌开我们的臀大肌，无形当中我们和医师之间就形成了一种对抗，你说整个指检过程会舒服吗？所以，在开始肛门指检的时候，我们可以多做几组深呼吸，一方面放松心态，另一方面能帮助转移注意力，放松我们的肛门括约肌。

4. 在指检结束后，可以适当做些提肛运动，缓解一下肛门内外的不适感。

5. 如果有痔疮或肛裂的病史，建议在肛门指检前提醒一下医师，可以适当地多用点润滑剂，整个检查过程动作再轻柔一点。如此配合，相信检查完会有一个比较好的体验。

说了半天，这位“古老的绅士”——肛门指检，正用它的方式展示着它的优势，继续着它的价值。或许有一天它真会退出历史舞台，被其他先进的现代化检查手段所取代。但是现在，这个“鸡肋”嚼嚼，还挺有味的！

（本文编辑：赵广智）

