

موارد زیر را گزارش نمایید.

در صورتی که با سوند ادراری مرخص می شوید:

در صورت احساس پری در مثانه و احساس نیاز به دفع ادرار به مرکز درمانی مراجعه نمایید.

در صورت علایم خونریزی، مثل خونریزی واضح یا وجود لخته های خون در سوند و احساس سبکی در سر مراجعه به اورژانس ضروری است.

در صورت نشت ادرار از اطراف سوند و یا نبودن ادرار در کیسه بیش از چهار ساعت به مرکز درمانی مراجعه نمایید.



در طول دوران نقاهت بعد از عمل، فعالیت خود را کم نمایید و این کاهش فعالیت، فعالیت جنسی را نیز شامل می گردد.

مراقبت های مورد نیاز در منزل: بمدت یک ماه از رانندگی کردن پرهیز کنید. از رانندگی در جاده های پر دست انداز خود داری کنید.



فعالیت های مستلزم انرژی بالا را، حداقل به مدت شش هفته ترک کنید.

پس از عمل جراحی، درد شما توسط مسکن خوراکی تسکین می یابد.



درد در حین ادرار کردن می تواند در روزهای اول، وجود داشته باشد.

پس از جراحی، ادرار خونی رنگ خواهد بود، سپس، کم رنگ تر خواهد شد، نشستن و قدم زدن بیش از حد می تواند ادرار را صورتی نماید.

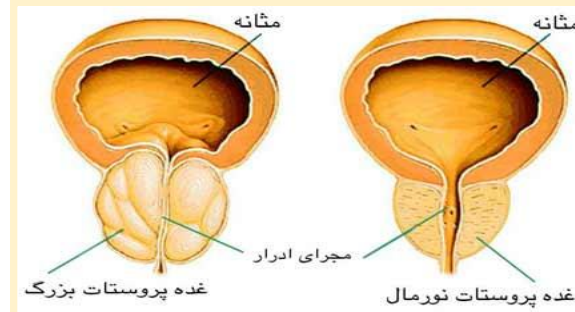


نشستن طولانی مدت (بیش از دو ساعت)، به خصوص در هفته اول می تواند باعث تحریک خونریزی گردد.



در زمان حضور در تخت از جوراب الاستیک یا جوراب واریس استفاده نمایید.

پروستات غده ای است که در زیر مثانه و جلوی قسمت پایینی روده بزرگ قرار دارد. پروستات نقش عمده ای در سیستم تولید مثل مردان ایفا می کند. جراحی حذف کامل یا جزئی غده پروستات در اصطلاح پزشکی، به عمل پروستاتکتومی یا برداشتن پروستات معروف است.



قبل از عمل جراحی حداقل 8 ساعت ناشتا باشید.

در صورت نیاز شب قبل از عمل، ممکن است تنقیه روده انجام گردد.

شب قبل از عمل توسط صابون آنتی باکتریال دوش بگیرید.



اگر استرس دارید، با فکر کردن به اتفاقات خوب آرامش داشته باشید. سعی نمایید که شب قبل از جراحی خوب استراحت نمایید.



K-B:01-14-00



بیمارستان کسری

بعد از جراحی پروستاتکتومی، چگونه از خود مراقبت کنیم



تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیمار و ارتقا سلامت بیمارستان کسری

www.kasrahospital.ir

بعد از عمل جراحی پروستات، تا مدتی ممکن است بی
اختیاری ادرار داشته باشید که امری طبیعی می باشد.
نگران نباشید، مدتی طول می کشد و به مرور برطرف
خواهد شد.

برای چهار تا شش هفته بعد از جراحی پروستات از بلند
کردن اجسام سنگین خودداری کنید.



فعالیت های خود را به مرور افزایش دهید.

در منزل مرتب راه بروید .

در صورتی که منعی جهت مصرف مایعات ندارید،
مایعات زیاد بنوشید (8 تا 10 لیوان) تا ادرار رقیق شود.



هنگام دفع زور نزنید.

ورزش های کگل: مرتب با ورزش های نشیمنگاه، مثل
جمع کردن و شل کردن کف لگن خود، عضلات ناحیه
باسن را تقویت کنید. (حدود 10 بار در ساعت)



نویسنده کگل:
۴۴ فاطمه ساداتی و
نویسنده آموزش ورزش کگل

هنگام دفع جریان ادرار را قطع و
وصل کنید. این کار کمک به تقویت
اسفنکترها و کنترل ادرار می
نماید.



از وان و یا استخر، استفاده نکنید. حمام، کوتاه مدت
باشد و با آب داغ دوش نگیرید.



مصرف دارو های مسکن خوراکی تجویز شده توسط
پزشکتان، باعث کاهش درد شما می گردد.

مدفوع کردن، به صورت روزانه یا یک روز در میان
بسیار مهم است. با مشورت پزشک خود از ملین های
سبک استفاده نمایید تا از بروز یبوست پیشگیری
نمایید. با رعایت رژیم غذایی نظیر سبزیجات و میوه
جات از یبوست پیشگیری نمایید.

از نوشابه های الکلی و غذاهای محرک مثل کافئین
(قهوه، چای و نوشابه های حاوی کولا) خودداری کنید.

