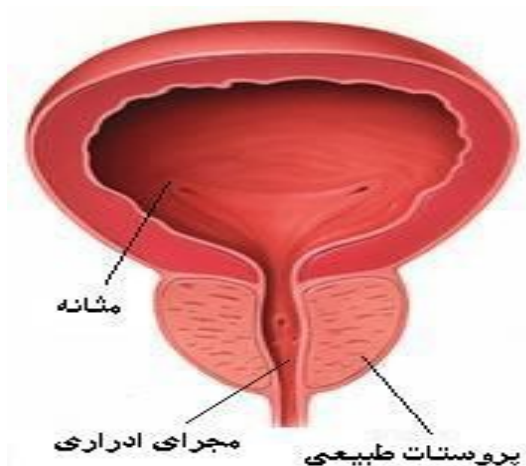




آموزش به بیمار

پروستات



بیمارستان فوق تخصصی دکتر علی شریعتی

مدیریت پرستاری

واحد آموزشی سلامت

- هنگام دفع زور نزنید، و بار سنگین بلند نکنید.

-مرتب با ورزش های پرینه مثل جمع کردن و شل کردن خود، ایستادن و نشستن، عضلات ناحیه باسن را تقویت کنید. (۱۰ بار در ساعت)

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



منبع: www.uptodate.com

در صورت نیاز به توضیحات بیشتر ، می توانید با کلینیک پرستاری

آموزش سلامت از ساعت ۱۳-۸ تماس حاصل فرمایید .

۰۵۱۳۵۰۷۲۱۷۱



برای اطلاعات بیشتر با تلفن همراه بارکد زیر را اسکن کنید.



۳- از رانندگی در جاده های پر دست انداز خود داری کنید و حد مجاز رانندگی نباید بیشتر از ۲ ساعت باشد.

۴- بعد از جراحی پروستات رژیم غذایی شما معمولی خواهد بود مگر پزشک شما نظر دیگری داشته باشد.

۵- از نوشابه های الکلی و غذاهای محرک مثل کافئین (در قهوه، چای و نوشابه های حاوی کولا مثل کوکاکولا) خود داری کنید.

آموزش مراقبت از خود در منزل بعد از جراحی پروستات:

- در منزل مرتب راه بروید و تحرک داشته باشید.

- از نشستن به مدت طولانی (بیش از ۲ساعت) خود داری کنید.

- با رعایت رژیم غذایی نظیر سبزیجات و میوه جات و یا با تجویز مصرف ملین از طرف پزشک از یبوست خود داری کنید.

از مصرف غذاها و نوشابه های محرک خودداری کنید.

- مایعات زیاد بنوشید (۸ تا ۱۰ لیوان) تا ادرار رقیق شود.

مددجوی عزیز:

مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده سلامت خود را باز یابید



عمل های پروستات – turp

معمولاً با استفاده از بی حسی نخاعی و در حالیکه بیمار بیدار می باشد عمل جراحی انجام می گیرد اما گاهی اوقات از بیهوشی عمومی هم استفاده می شود. امروزه بسیاری از جراحان با استفاده از یک دوربین متصل به یک تلویزیون کوچک، جراحی را انجام می دهند.

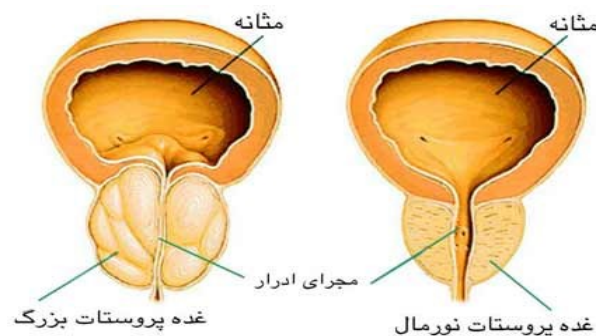
اگر شما می خواهید یک عمل جراحی TURP (تی.یو.آر.پی) انجام دهید، باید یک روز قبل از عمل جراحی در بیمارستان بستری شوید. یک معاینه کلی، چند آزمایش خون و یک عکس رادیوگرافی از قفسه سینه از شما گرفته می شود.

بعد از عمل جراحی:

در عمل جراحی TURP (تی.یو.آر.پی) معمولاً فقط بین ۴ یا ۵ روز بستری در بیمارستان لازم می باشد. از آنجائی که در عمل جراحی TURP (تی.یو.آر.پی) هیچگونه برشی بر روی پوست ایجاد نمی شود، دردهای بعد از عمل جراحی به میزان قابل توجهی کمتر از سایر جراحی ها می باشد.

خونریزی:

بعد از عمل جراحی، یک سوند (کاتتر) در مثانه قرار داده می شود تا ادرار را بیمار تخلیه کند. این سوند معمولاً بعد از دو روز برداشته می شود. گرچه اکثر خونریزیهای در پایان عمل جراحی تحت کنترل در خواهند آمد اما مقداری خون ممکن است وارد ادرار شود. بنابراین در طی یکی دو روز بعد از عمل جراحی، ادرار ممکن است کاملاً خون آلود باشد.



آیا عمل جراحی پروستات دردناک است؟

بعد از عمل جراحی TURP (تی.یو.آر.پی) شما هیچکدام از دردهایی که در سایر جراحی ها وجود دارد را احساس نخواهد کرد، اما وجود سوند در مثانه می تواند کمی ناراحت کننده باشد و ممکن است احساس پر بودن در مثانه ایجاد شود. اگر این دردها شدید باشند، دراوهای مسکن تجویز خواهد شد. به شما توصیه میشود که هر روز مقدار زیادی آب بنوشید تا به شستشوی مثانه شما کمک شود.

بعد از عمل جراحی:

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.

۱- برای ۴ تا ۶ هفته بعد از جراحی پروستات از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.

۲- فعالیت های خود را به مرور افزایش دهید.