



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

برداشتن پروستات از طریق مجرای ادراری

مراقبت های پس از ترخیص

شماره پرونده:					
نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:		
		اتاق:			
		تخت:			
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:		
	جنس: ☐ زن ☐ مرد				

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل :

- از مصرف غذاهای نفاخ مانند حبوبات خودداری کنید.
- از مواد غذایی فیبردار مانند میوه ها و سبزیجات مختلف از جمله کاهو و مایعات فراوان (8 لیوان) استفاده کنید.
- از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- به مدت دو یا سه هفته رانندگی نکنید.
- همچنین در طی این مدت از انجام مقاربت های جنسی خودداری کنید.
- پس از یک هفته می توانید رانندگی کنید.
- با پزشک خود در مورد زمان بازگشت به کار خود صحبت کنید.
- از انجام دادن ورزش، فعالیت شدید و بلند کردن اجسام سنگین برای چهار تا شش هفته بعد از عمل خودداری کنید.
- تا چند هفته بعد از جراحی ممکن است رنگ ادرار کدر باشد ولی به تدریج با بهبودی ناحیه پروستات روشن تر و شفاف تر می شود.
- با سوند ادراری مرخص می شوید و مراقبت از سوند ادراری در منزل انجام شود (رعایت بهداشت ناحیه تناسلی - قرار دادن کیسه ادراری پایین تر از سطح بدن - مراقبت از اتصالات سوند و پیشگیری از جدا شدن کیسه از سوند، تخلیه کیسه ادراری در زمانی که یک سوم آن پر شده است).
- زمان مراجعه به پزشک برای خارج کردن سوند به بیمار گوشزد شود.
- بعد از گذشت دو الی سه روز بعد از خروج سوند، تکرار ادرار، سوزش به هنگام دفع، سنگینی در ناحیه لگن و مشکل در کنترل ادرار، طبیعی می باشد و به مرور زمان برطرف خواهد شد.
- در پایان ادرار کردن ممکن است نشت ادرار (قطره قطره آمدن ادرار) ایجاد شود. معمولاً با تقویت عضلات ناحیه تناسلی، می توان در هنگام ادرار کردن، این وضعیت را کنترل کرد.
- سفت کردن عضلات پرینه با فشار دادن ناحیه باسن به همدیگر و حفظ این حالت تا چند لحظه و شل کردن آن حدود 10 تا 20 بار در حالت نشسته یا ایستاده در هر ساعت در کنترل ادرار مفید می باشد.
- ادرار شما ممکن است با خون برای حدود یک ماه یا بیشتر آمیخته باشد، که به مرور برطرف می شود.
- از زور زدن هنگام اجابت مزاج اجتناب کنید. از ایجاد یبوست پیشگیری کنید.
- مصرف دخانیات، سیگار و الکل را محدود کنید.
- جهت تسکین درد از داروی مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده کنید.
- داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) را طبق دستور و تا اتمام کامل مصرف کنید. از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- قرمزی، تورم (از جمله تورم بیضه ها) یا ترشح، تب، خونریزی شدید و یا عدم توانایی در دفع ادرار
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی