

خود مراقبتی بعد از عمل جراحی پروستاتکتومی (برداشتن پروستات)

پروستات غده ای در زیر گردن مثانه و اطراف مجرای ادراری است که با ترشحات خود باعث تغذیه ی اسپرم می شود. گاهی غده ی پروستات بزرگ شده و به سمت بالا، به طرف مثانه گسترش می یابد و موجب کاهش فضای مثانه و انسداد مجرای خروجی ادرار می شود و می تواند منجر به برگشت ادرار از مثانه به حالب ها (لوله های ادراری) و کلیه ها و در نتیجه عفونت های ادراری و هیدرونفروز (تجمع ادرار در کلیه ها و اتساع کلیه ها) گردد.

	۱ از نشستن در جای سفت خودداری کنید. نباید به مدت طولانی در وضعیت نشسته قرار گیرید چون حالت نشسته فشار داخل شکمی را بالا برده و شانس ناراحتی و خونریزی را بیشتر میکند. از انجام تمرینات ورزشی سخت به دلیل احتمال خونریزی پرهیزید و فعالیتها را به تدریج شروع نمایید و از نشستن و قدم زدن بیش از حد خودداری نمایید. به مدت یک ماه از رفتن به مسافرت خودداری نمایید و به مدت دو ماه از فعالیت جنسی پرهیزید.
	۲ از رژیم غذایی پر پروتئین و پر فیبر مثل میوه و سبزیجات و پرویتامین مصرف نمایید. روزانه ۸-۱۰ لیوان آب یا آب میوه طبیعی میل نمایید. از مصرف غذاهای تند و الکل و قهوه خودداری نمایید. بعد از خارج نمودن سوند فولی برای به دست آوردن توانایی ادرار کردن میتوانید از لگن آب گرم استفاده نمایید و مایعات روزانه حد اقل ۲-۳ لیتر و به خصوص مایعات گرم استفاده نمایید. مصرف مایعات فراوان از تولید لخته و انسداد جریان ادرار جلوگیری می کند.
	۳ به مدت ۶-۸ روزه هنگام اجابت مزاج زور نزنید. از نشستن در جای سفت و به مدت طولانی خودداری نمایید. آنتی بیوتیک ها و داروهای تجویز شده توسط پزشک را به موقع مصرف نمایید. از بلند کردن اجسام سنگین و فعالیت های سنگین پرهیزید.
	۴ طبق دستور پزشک می توانید بعد از ترخیص با داشتن سوند فولی دوش بگیرید.
	۵ هنگامی که در تخت استراحت می نمایید از جوراب ضد آمبولی می توانید استفاده نمایید. و هر دو اندام تحتانی را در تخت حرکت دهید.
	۶ در صورت تب لرز و قرمزی و گرما و حساسیت در لمس محل برش جراحی سریعاً به پزشک مراجعه شود و اگر پس از دو هفته بی اختیاری و سوزش ادرار و قطره قطره ادرار کردن ادامه داشته باشد مراجعه شود. و درد ناحیه عمل که بامسکن برطرف نشود و هرگونه ترشح اعم از چرکی یا خونریزی از ناحیه عمل به پزشک مراجعه شود.
	۷ پانسمان را تمیز و خشک نگه دارید. روز ترخیص در صورت نیاز به پرستار مراقب در منزل جهت تعویض پانسمان و سایر مراقبت ها به پرستار خود اطلاع دهید.

*مددجوی گرامی بارکد ذیل را جهت استفاده از مطالب آموزشی و معرفی واحد پیگیری و آموزش بیمارس از ترخیص، با گوشی موبایل خود اسکن نمایید.

واحد ارتقاء سلامت مرکز آموزشی درمانی شهید مدنی - ۱۴۰۴

