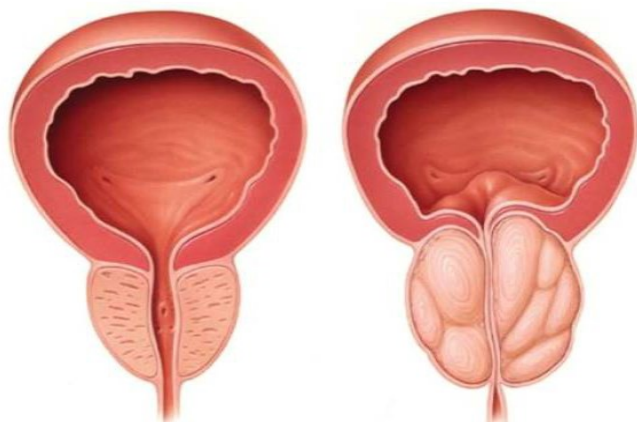




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

بزرگی خوش خیم پروستات



پروستات بزرگ شده پروستات نرمال



دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بهار ۱۴۰۵

- * ۸ هفته بعد از جراحی مجاز به فعالیت جنسی هستید. در صورت ناتوانی جنسی از مشاوره پزشک کمک بگیرید.
- * داروهایی که برایتان تجویز شده را به موقع استفاده کنید و مقدار آن را کم و یا زیاد نکنید. چنانچه مصرف دارویی را فراموش کردید، اگر نزدیک به ساعت بعدی است آن را نخورید و داروی ساعت بعدی مرتب با ورزش هاش پرنه مثل جمع کردن و شل کردن عضلات باسن و ایستادن و نشستن، عضلات ناحیه باسن را تقویت کنید (۱۰ بار در ساعت).
- * هر روز دوش گرفته و برای تسکین ناراحتی ناحیه پرنه از لگن آب گرم طبق نظر پزشک استفاده کنید.
- * ۴ تا ۶ هفته از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- * و فعالیت های خود را به مرور افزایش دهید.
- * به تاریخ ویزیت بعدی که برای شما تعیین شده توجه کنید و در آن تاریخ مراجعه نمایید.
- * داروهایی که برایتان تجویز شده را به موقع استفاده کنید و مقدار آن را کم و یا زیاد نکنید. چنانچه مصرف دارویی را فراموش کردید، اگر نزدیک به ساعت بعدی است آن را نخورید و داروی ساعت بعدی را مصرف کنید.
- * اندازه گیری درجه حرارت از راه مقعد، تنقیه، شیاف ممنوع می باشد.
- * از رانندگی در جاده های پر دست انداز خودداری کنید و حد مجاز رانندگی حداکثر ۲ ساعت می باشد.
- * در منزل مرتب راه بروید، تحرک داشته باشید و از نشستن به مدت طولانی (بیش از ۲ ساعت) خودداری کنید.
- * هنگام دفع زور نزنید و با رعایت رژیم غذایی نظیر سبزیجات و میوه جات و یا با مصرف ملین طبق نظر پزشک، از یبوست جلوگیری کنید.
- * ۸ تا ۱۰ لیوان مایعات بنوشید، تا ادرار رقیق شود. بعد از شروع مصرف مایعات، از آب، چای کمرنگ، (آب کمپوت سیب، گلابی، آناناس) استفاده کنید و برای مدتی از آب میوه های خام استفاده نکنید. از مصرف غذاها و نوشابه های محرک سیستم عصبی مثل کافئین قهوه و نوشابه های حاوی کولا مثل کوکاکولا و نوشابه های الکلی خودداری کنید.

در صورت داشتن سوال در منزل، ساعت ۸ تا ۱۴ با شماره تلفن

۰۲۸-۳۳۷۹۰۶۲۰-۳۷ داخلی ۵۰۹۷ واحد آموزش سلامت تماس بگیرید. (همه روزه بجز ایام تعطیل)

روش انجام لیزر پروستات یا (TURP)



عمل جراحی به دو روش انجام می شود:

۱. تراشیدن پروستات از طریق مجرا
۲. جراحی باز پروستات: در مواردی که اندازه پروستات بزرگ باشد.

مراقبت های بعد از عمل

- * تا ۲۴ ساعت در تخت استراحت خواهید کرد و در صورت درد، به شما مسکن تزریق خواهد شد.
- * بعد از عمل، تنفس عمیق داشته باشید. در هنگام سرفه، کشیدن نفس عمیق و یا تمرینات تنفسی با دست یا با یک بالش کوچک، محل جراحی خود را حمایت کنید.
- * به محض اجازه پزشک، با کمک پرستار از تخت خارج شوید. با قدم زدن، روند بهبودی بیماری تسریع می شود و از لخته شدن خون در عروق پاها جلوگیری می شود. هنگام راه رفتن کیسه ادرار باید پایین تر از سطح بدن باشد ولی مواظب باشید کشیده نشود و به محض اینکه دو سوم کیسه پر شد، می بایست تخلیه گردد.
- * جهت پیشگیری از تشکیل لخته در پاها، ممکن است جوراب طبی کشی تجویز شود. ابتدا پاها را کمی ۱۵ تا ۳۰ درجه بالا و سپس جوراب را بپوشید. موقع پوشیدن، جوراب نباید چین و چروک داشته باشد تا فشاری به رگ های پا وارد نشود. روزی دو بار به مدت ۲۰ دقیقه آن را باز کنید و سپس مجدداً بپوشید.
- * تا مدتی ممکن است بی اختیاری داشته باشید، این امری طبیعی است بنابراین نگران نباشید. این نوع بی اختیاری مدتی طول می کشد و به مرور برطرف خواهد شد.
- * در صورت پیدایش علائم بسته شدن راه ادرار، احساس پری در مثانه، احساس نیاز به دفع ادرار، اسپاسم یا گرفتگی عضلات مثانه، نشأت ادرار اطراف سوند، کاهش ادرار یا قطع ادرار در کیسه به مدت ۴ ساعت و علائم عفونت ادراری شامل تب، لرز، گیجی و بی قراری فوراً به جراح خود گزارش دهید.
- * ادرار شما برای چند روزی خونی خواهد بود، که یک امر طبیعی است. برای جلوگیری از لخته شدن خون که موجب انسداد ادرار می شود، از راه سوند فولی (سه راهه) مثانه شستشو داده می شود تا ادرار به راحتی خارج گردد. معمولاً پس از چند روز سوند ادراری خارج را می شود، اما ممکن است در مواردی با سوند ادراری مرخص شوید.

پروستات چیست؟ پروستات یکی از اعضای ویژه مردان است. معمولاً به اندازه گردو بوده و پایینتر از مثانه در لگن قرار گرفته است.

بزرگی خوش خیم پروستات چیست؟ بیماری شایع مردان مسن می باشد. در اثر بزرگ شدن پروستات، مجرای ادرار تحت فشار قرار گرفته و راه خروجی ادرار مسدود می شود. بیش از پنجاه درصد مردان بالای ۵۰ سال و ۹۰ درصد بیماران بالای ۸۰ سال مبتلا به بزرگی خوش خیم پروستات هستند. تاکنون علت بزرگ شدن پروستات مشخص نشده است.

علائم

- * کاهش فشار و قطع و وصل شدن جریان ادرار
- * تأخیر در شروع ادرار
- * نیاز به تخلیه مکرر ادرار و احساس باقی ماندن ادرار در مثانه پس از ادرار کردن
- * قطره قطره آمدن ادرار پس از اتمام ادرار کردن
- * تکرر ادرار در روز و شب
- * زور زدن هنگام ادرار کردن

عوارض

انسداد کامل راه خروج و بند آمدن ادرار، خونریزی ادراری، تشکیل سنگ مثانه، عفونتهای ادراری و نارسایی کلیه



تشخیص

- معاینه پزشک
- آزمایش خون و ادرار
- سونوگرافی کلیه ها، مثانه و پروستات

درمان جراحی: بیمارانی که دچار یک یا چند تا از علائم زیر باشند نیاز به عمل جراحی پروستات دارند: مانند عفونتهای مکرر ادراری، سنگ مثانه، خونریزی مکرر ادراری، نارسایی کلیه، عدم پاسخ مناسب به درمان دارویی