



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

برداشتن پروستات از طریق مجرای

ادراری

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:

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 میوه‌ها 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 مقاربت‌های جنسی خودداری کنید.
 - پس از یک هفته می‌توانید 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.
 - 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 می‌باشد.
 - تا چند هفته بعد از جراحی ممکن است رنگ ادرار کدر باشد ولی به تدریج با بهبودی ناحیه پروستات روشن تر و شفاف تر می‌شود.
 - یکی دو روز اولی که سوند برداشته می‌شود دچار تکرر ادرار می‌شوید و در کنترل ادرار دچار مشکل می‌شوید، طبیعی است و بعد از مدتی بهتر می‌شوید.
 - نشستن کردن ادرار (قطره قطره آمدن ادرار) در پایان ادرار کردن ممکن است به وجود آید. معمولاً با کمی مراقبت می‌توان در هنگام ادرار کردن، این وضعیت را کنترل کرد.
 - ادرار شما ممکن است با خون برای حدود یک ماه یا بیشتر آمیخته باشد، نگران نباشید.
 - از زور زدن هنگام اجابت مزاج اجتناب 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 بیضه‌ها) یا ترشح، تب، خونریزی شدید و یا عدم توانایی در دفع ادرار
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی