



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

پروستاکتومی

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:

- مصرف مواد غذایی پرفیبر مانند میوه و سبزیجات، مایعات فراوان (8 لیوان) مانع یبوست می شود.
 - از مصرف مواد نفاخ مانند حبوبات خودداری کنید.
 - از مصرف الکل، سیگار و دخانیات خودداری کنید.
 - از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
 - به مدت 4 هفته رانندگی نکنید.
 - در طی این مدت از انجام مقاربت های جنسی خودداری کنید.
 - از مسافرت طولانی با اتومبیل و ورزش های سنگین که موجب احتمال خونریزی می شوند، خودداری کنید.
 - سفت کردن عضلات پرینه با فشار دادن دو طرف ناحیه باسن به همدیگر (حفظ این حالت تا چند لحظه و شل کردن عضلات در حالت نشسته یا ایستاده 10 تا 20 بار در هر ساعت در به دست آوردن کنترل مجدد ادرار کمک می کند).
 - 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.
 - در صورتیکه با سوند ادراری مرخص می شوید، مراقب باشید سوند کشیده نشود، از خارج نمودن خودسرانه سوند خودداری کنید، شستن سوند با آب و صابون، زمان دستشویی اشکالی ندارد.
 - تا حد امکان از دستشویی فرنگی استفاده کنید. زمان حمام کردن را از پزشک خود سوال کنید.
 - پانسمان روزانه و در صورت خیس شدن روزی دوبار عوض شود.
 - شما ممکن است گاهی اوقات در ادرار تان تکه هایی از بافت را ببینید، این وضعیت شبیه حالتی است که وقتی پوست زخمی شده در حال بهبود است، پوسته هایی از آن جدا می شوند.
 - بلند شدن های مکرر در هنگام خواب شبانه برای ادرار کردن، ممکن است بعد از عمل جراحی هم ادامه یابد زیرا این وضعیت بیشتر به بالا رفتن سن و پیری مربوط است تا به مشکلات پروستات.
 - جهت کشیدن بخیه ها و خارج نمودن سوند ادراری در زمان مقرر که به شما توصیه شده، حتماً به پزشک معالج خود مراجعه کنید.
 - جهت تسکین درد از دارو مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده کنید.
 - داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) را طبق دستور مصرف کنید و تا اتمام کامل مصرف کنید. و از قطع خودسرانه دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- خونریزی، خروج لخته های خون، کاهش جریان ادرار، احتباس ادرار یا علائم عفونت دستگاه ادراری
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی