



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

برداشتن پروستات به روش (TURP)

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص برداشتن پروستات به روش (TURP) طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل شام سوپ میل کرده واز نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ شب قبل از عمل استحمام کنید و ناحیه جراحی را کاملاً بشوید. این کار باعث کاهش احتمال عفونت می‌شود.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ روز عمل کلیه اشیاء فلزی از جمله زیور آلات، گیره سر، لنز و اعضاء مصنوعی خود را خارج کنید سپس لباس اتاق عمل خود را بپوشید.
- ✓ بی‌حرکتی پس از عمل می‌تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه‌ها گردد، لذا ورزش‌های تنفسی و چرخش پا که به شما آموزش داده شده را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.
- ✓ عمل شما ممکن است تحت بیهوشی عمومی یا بی‌حسی موضعی انجام شود.
- ✓ سونداژ ادراری قبل از عمل انجام می‌شود.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ روز اول نباید چیزی بخورید، از زمانی که پرستار به شما اجازه داد ابتدا رژیم مایعات برای شما شروع می‌شود و در صورت توانایی بدن شما به تدریج با نظر پزشک می‌توانید از سایر مواد غذایی استفاده کنید.
- ✓ به شما توصیه خواهد شد که هر روز مقدار زیادی آب بنوشید تا منجر به به شستشوی مثانه شما شود.
- ✓ شروع رژیم غذایی با مایعات و آب میوه تازه و سپس رعایت رژیم پرپروتئین و ویتامین و رژیم پرفیبر جهت جلوگیری از یبوست به شما پیشنهاد می‌شود.

❖ فعالیت

- ✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج شده و راه بروید.
- ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما استفاده می‌شود.
- ✓ در زمان استراحت در تخت اندام‌ها و مفاصلش را حرکت دهید تا از خشکی و لخته خون در اندام‌های انتهایی آنها جلوگیری شود.
- ✓ برای شستشوی مداوم و جلوگیری از تشکیل لخته خون که باعث انسداد مجرا می‌شود، برای یک روز یا بیشتر یک کاتتر در مجرای ادرار شما نصب می‌شود.
- ✓ وجود کاتتر در مثانه می‌تواند کمی ناراحت کننده باشد و ممکن است احساس پر بودن در مثانه ایجاد شود.
- ✓ گاهی اوقات اسپاسم‌های دردناک رخ می‌دهند. اگر این دردها شدید باشند، داروهای مسکن تجویز خواهد شد.
- ✓ گرچه در عمل جراحی تی.یو.آر.پی هیچگونه برشی بر روی پوست ایجاد نمی‌شود که احتیاج به ترمیم داشته باشد، اما اهمیت زیادی دارد که بدانیم خود پروستات دارای زخم بوده و مدتی زمان لازم دارد تا زخم‌هایش بهبود یابند. برای این کار، چند هفته وقت لازم است و در این مدت باید به نوشیدن مقادیر زیاد آب و مایعات (البته نه الکل) ادامه دهید و با توصیه‌های پزشکتان عمل کنید.
- ✓ احتمالاً برای جلوگیری از عفونت به شما آنتی بیوتیک داده می‌شود.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

برداشتن پروستات به روش (TURP)

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ سعی کنید از غذاهای نفاخ کمتر استفاده کنید و از غذاهای که باعث یبوست می شود اجتناب کنید.
- ✓ فیبر زیاد مثل میوه ها و سبزیجات مختلف مثل کاهو اسفاده کنید.
- ✓ حداقل ۸ لیوان در روز مایعات مصرف کنید.

❖ فعالیت

- ✓ از بلند کردن اجسام سنگین خودداری نموده و به مدت دو یا سه هفته رانندگی نکنید. همچنین در طی این مدت از انجام مقاربت جنسی خودداری نمایید.
- ✓ پس از یک هفته می توانید رانندگی کنید.
- ✓ با پزشک خود در مورد زمان بازگشت به کار خود صحبت کنید.
- ✓ از ورزش، فعالیت شدید و بلند کردن اجسام سنگین را چهار تا شش هفته اجتناب کنید.

❖ مراقبت

- ✓ 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.
- ✓ طبیعی است که شما در طی یکی دو روز اولی که سوند برداشته می شود دچار تکرر ادرار شوید و مجبور شوید که مدام به توالت بروید و اغلب کنترل ادرار در اوایل برای شما مشکل خواهد بود. بعد از دو روز که سوند برداشته شد، معمولاً بیمار از بیمارستان مرخص می شود.
- ✓ نشت کردن ادرار (قطره قطره آمدن ادرار) در پایان ادرار کردن ممکن است بوجود آید. معمولاً با کمی مراقبت می توان در هنگام ادرار کردن، این وضعیت را کنترل نمود.
- ✓ ادرار شما ممکن است برای حدود یک ماه یا بیشتر به خون آمیخته باشد. در تی، یو، آر، پی نوشیدن مقدار زیادی مایعات توصیه می شود.
- ✓ اگر شما دارای سابقه اختلالات خونریزی و یا اگر شما در حال مصرف هر نوع ماده ضد انعقاد (رقیق کننده خون) هستید با پزشک خود مشورت کنید.
- ✓ از زور زدن هنگام اجابت مزاج اجتناب کنید.
- ✓ سیگار را ترک کنید.

❖ دارو

- ✓ جهت تسکین درد از دارو مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده نمایید.
- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) طبق دستور پزشک مصرف نمایید و تا اتمام کامل مصرف ننمایید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت داشتن هرگونه علائم غیر معمول مثل قرمزی، تورم (از جمله تورم بیضه ها) یا ترشح، تب، خونریزی شدید و یا عدم توانایی در دفع ادرار.