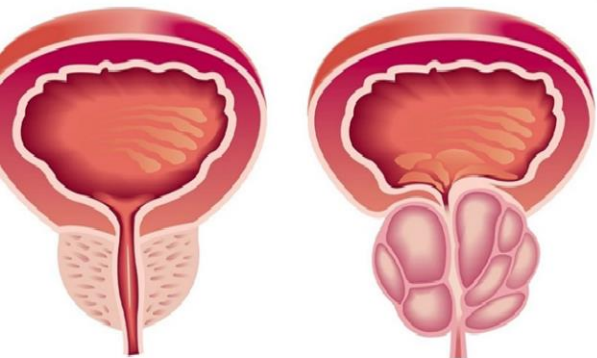




بیمارستان مفرح

# پروستات



پروستات نرمال

پروستات بزرگ شده

- در صورت پیدایش علائم و نشانه هایی مثل بسته شدن راه ادراری، احساس پری در مثانه، احساس نیاز به دفع ادرار، اسپاسم (گرفتگی عضلات) مثانه، نشت ادرار اطراف سوند، کاهش ادرار یا قطع ادرار در کیسه ادرار به مدت ۴ ساعت و علائم عفونت ادرار شامل: تب، لرز، گیجی، بی قراری فوراً به پزشک معالج خود اطلاع دهید.
- برای ۴ تا ۶ هفته از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.

فعالیت های خود را به م رور اف زایش دهید

بیمارستان مفرح

آدرس: نازی آباد، میدان بهمنیار،

خیابان بهمنیار

تلفن: ۰۲۱-۹۱۳۲۰۰۰۲

فکس: ۰۲۱-۹۱۳۲۲۹۶۰

پست الکترونیک:

[info@mofarahhospital.com](mailto:info@mofarahhospital.com)

وب سایت:

[www.mofarahhospital.com](http://www.mofarahhospital.com)

## آموزش مراقبت از خود در منزل

- می توانید مانند قبل رژیم عادی خود را داشته باشید
- در منزل مرتب راه بروید و تحرک داشته باشید
- از نشستن به مدت طولانی (بیش از دو ساعت) خودداری کنید.
- با رعایت رژیم غذایی نظیر سبزیجات و میوه جات و یا با تجویز مصرف ملین از طرف پزشک از یبوست خودداری کنید.
- از مصرف غذاها و نوشابه های محرک خودداری کنید.
- مایعات زیاد بنوشید (۸ تا ۱۰ لیوان) تا ادرار رقیق شود.
- هنگام دفع زور نزنید و بار سنگین بلند نکنید.
- داروهایی که برایتان تجویز شده سرموقع استفاده کنید و مقدار آن را کم یا زیاد نکنید.
- ۸ هفته بعد از عمل جراحی مجاز به فعالیت جنسی می باشید.
- از رانندگی طولانی مدت خودداری کنید

## پروستات:

غده پروستات جزئی از سیستم ادراری تناسلی مردان می باشد که در زیر مثانه قرار دارد و مجرای ادراری را احاطه کرده است.

غده پروستات در مردان نقش ایجاد محیط مناسب جهت تغذیه و زنده نگه داشتن اسپرم را به عهده دارد. بزرگی خوش خیم پروستات نوعی بیماری خوش خیم در مردان بوده و شایع ترین تومور موجود در مردان می باشد که به علت افزایش حجم پروستات ایجاد می شود.

بعد از بزرگی پروستات به تدریج بافت پروستات روی مجرای ادراری فشار وارد کرده که باعث علائم ادراری می شود.

## علائم پروستات:

علائم آن غالباً در حدود ۶۰ سالگی ظاهر می شود که با علائمی همچون تکرر ادرار، کاهش فشار جریان ادرار زور زدن هنگام ادرار، احساس عدم تخلیه کامل ادرار، بند آمدن ادرار، شب ادراری، بی اختیاری ادرار، پس از پایان ادرار، خروج قطره ای ادرار که باعث خیس شدن لباس زیر می شود.

## عوارض بزرگی خوش خیم پروستات:

نارسایی کلیه، عفونت ادراری، ایجاد سنگ ادراری، نارسایی حاد قلب و ریه، درد شکم به علت اتساع مثانه، خستگی بیمار از ادرار شبانه

## مراقبت از سوند مجرا:

- از پیچیدن سوند به دور پا جلوگیری کنید.
  - از کشیده شدن ناگهانی سوند جلوگیری کنید.
  - از باز بودن مسیر سوند و تخلیه ادرار به درون کیسه ادراری اطمینان حاصل کنید.
  - با آب و صابون اطراف سوند ادراری را ۲ بار در روز بشویید و سپس با حوله تمیز خشک کنید.
  - می توانید با وجود سوند مجرا و کیسه ادراری دوش بگیرید (مگر نظر پزشک معالج غیر از این باشد)
  - از مالیدن لوسیون، کرم پودر به اطراف مجرای ادراری در محل ورود سوند خودداری کنید
  - کیسه ادراری را همیشه پایین تر از سطح مثانه نگه دارید تا ادرار به راحتی تخلیه شود (به ویژه هنگام خواب)
  - محل ورود سوند به مجرا از نظر التهاب یا سایر نشانه های عفونت مثل ترشح زرد و چرکی، تورم، قرمزی، مراقبت کنید
- برای خارج کردن سوند با دستور پزشک به بیمارستان مراجعه شود