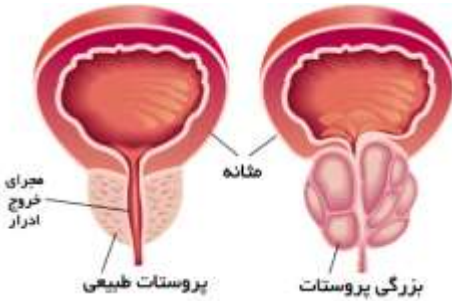


پروستاتیت



پروستات غده کوچکی است به اندازه گردو که در زیر مثانه و در قسمت ابتدایی پیشابراه که آن را احاطه کرده و در جلوی راست روده قرار دارد. پیشابراه مجرای

است که ادرار را از مثانه به طرف خارج از بدن هدایت می کند.

پروستات طبیعی قوام نرم دارد و فاقد توده است. کارهایی که پروستات انجام می دهد، کمک به کنترل ادرار و ترشح مایعی که اسپرم ها را فعال نگه می دارد است. بدون پروستات مردان تقریباً نابارور می شوند اما نبود آن تأثیر چندانی در زندگی فرد ندارد.

علائم:

به طور کلی علائم بیماری پروستات را مشکل در ادرار کردن، احساس تکرر و فوریت ادرار، وجود خون در ادرار، سوزش و دردناک بودن در حین ادرار، مشکل در فعالیت طبیعی جنسی، سفتی و درد متناوب در پائین کمر، لگن یا بالای ران ها، قطره قطره آمدن ادرار و یا بند آمدن آن می توان برشمرد.



درمان بزرگی خوش خیم پروستات بستگی به شدت علائم و عوارض ناشی از آن، سن و شرایط عمومی بیمار دارد. ابتدا از درمان دارویی استفاده می شود.

در صورت عدم بهبودی و ایجاد انسداد مسیر ادراری، بر حسب اندازه پروستات و علائم و شرایط بیمار، از دو روش رایج جراحی پروستات (پروستاتکتومی) استفاده می شود:

- تراشیدن پروستات با ابزارهای مخصوص از طریق مجرای ادرار (TUR)

- روش جراحی باز و درآوردن کامل پروستات (جراحی شکمی)

بیمار گرامی، چنانچه تحت عمل جراحی برداشتن پروستات قرار گرفته اید، رعایت موارد زیر را به شما توصیه می نماییم:

مراقبت های بعد از جراحی پروستات در منزل:

- در منزل به طور مرتب راه بروید، تحرک بدنی داشته باشید و از نشستن طولانی مدت (بیش از دو 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 بروز یبوست جلوگیری کنید. رژیم غذایی شما معمولی خواهد بود، مگر اینکه پزشک تان نظر دیگری داشته باشد.

- مایعات زیاد بنوشید (۸ تا ۱۰ لیوان) تا ادرار رقیق شود. از آب، چای کم رنگ، آب کمپوت (سیب، گلابی، آناناس) استفاده کنید و برای مدتی از آبمیوه های خام استفاده نکنید. از مصرف غذاها و نوشابه های محرک سیستم عصبی مثل کافئین (قهوه و نوشابه سیاه) و الکل خودداری کنید.

- به طور مرتب با ورزش های پرینه 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 بگیرید و برای تسکین ناراحتی ناحیه پرینه، از لگن آب گرم طبق نظر پزشک استفاده کنید.

- هنگام ادرار کردن جریان ادرار را قطع و وصل کنید. این کار کنترل ادرار کمک می کند.

- تا مدتی ممکن است بی اختیاری ادرار داشته باشید. این امری طبیعی است. بنابراین نگران نباشید. این نوع بی اختیاری مدتی طول می کشد و به مرور برطرف خواهد شد.

• هشت هفته بعد از جراحی مجاز به فعالیت جنسی هستید. در صورت ناتوانی جنسی از مشاوره پزشک کمک بگیرید.

• تعویض پانسمان در منزل یا درمانگاه باید با روش استریل انجام شود.

• داروهای تجویز شده را به موقع استفاده کنید و مقدار آن را کم و 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 دمای بدن از راه مقعد، تنقیه، رکتال تیوب (لوله مخصوص دفع گاز از روده) و شیاف ممنوع می باشد.



• در صورت پیدایش نشانه هایی مثل بسته شدن راه ادرار، احساس پری در مثانه، احساس نیاز به دفع ادرار، اسپاسم (گرفتگی عضلات) مثانه، نشت 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 اورژانس مراجعه کنید.

• ۴ تا ۶ هفته از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید و فعالیت های خود را به مرور افزایش دهید.

• از رانندگی در جاده های پر دست انداز خودداری کنید. حد مجاز رانندگی حداکثر ۲ ساعت می باشد.

• جواب نمونه پروستات ارسالی به آزمایشگاه را بعد از ۱۰ تا ۱۴ روز از بخش پاتولوژی دریافت کرده و به پزشک خود نشان دهید.

• به تاریخ ویزیت بعدی که برای شما تعیین شده توجه کنید و در آن تاریخ به پزشک خود مراجعه نمایید.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)



آموزش به بیمار

کد ۱۰۷

پروستاتیت

تأیید کننده: دکتر فولاد اقبالی (متخصص جراحی عمومی، فلوشیپ جراحی درون
مین، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)
تنظیم کننده: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت و ارتقا
سلامت)



سال ۱۴۰۳

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>