

هل تريد أن تعرف؟

L01
sheet 1/1

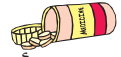
تضخم ورم البروستات الحميد Benign Prostatic Hyperplasia / Prostatectomy

التعريف

يحدث تضخم ورم البروستات الحميد نتيجة كبر حجم الغدة البروستاتية وتسكيرها لمجرى البول، مما يعرقل جريان البول واحتباسه على فوهة الحويصلة (vesicle orifice). يحدث هذا التضخم عادةً عند الرجال الذين تجاوزوا الـ ٥٠ سنة من العمر. إن العلاج الجراحي لغدة البروستات يتم عبر إستئصال الجزء المتضخم من الغدة البروستاتية.

الأعراض الأكثر شيوعاً هي: التبول المتكرر في الليل، عدم التحكم بالتبول، مغص وألم في البطن، تقطع في البول والتبول بكميات قليلة، الإحساس بأن المثانة لم تفرغ بالكامل بعد التبول، إحتباس حاد في البول.

ما يجب أن تعرفه؟



الأدوية

يجب إستعمال الأدوية وفق وصفة الطبيب.



النشاط البدني والحركة

تجنب الجلوس لفترات طويلة، فذلك يزيد من ضغط البطن على منطقة الإستئصال ويؤدي إلى الانزعاج وإحتمال النزف. لازم السير لمدة ٢٤ ساعة كاملة بعد العملية، وينصح بعدم المشي إلا بعد موافقة الطبيب.



الخيارات العلاجية

- تجنب الحقن الشرجية والأنبوب الشرجي (Rectal Tube) وأخذ الحرارة من باب البدن.
- في الأيام الأولى التي تتبع العملية، إلبس الجوارب المطاطية للتخفيف من خطر حدوث جلطات في عروق الساق.
- في حال وجود قسطرة بولية، إصق الأنبوب البولي إلى

- الفخذ لتجنب شد أو سحب القسطرة وعدم إلحاق الأذى بالمثانة، ما قد يسبب النزيف وانسداد مجرى القسطرة.
- إذا كان ضغط البول خفيفاً بعد العملية، مارس التمرين التالي الذي يساعد على إستعادة السيطرة على التبول: شد عضلات المنطقة الشرجية بضغط فلقتي القفا تجاه بعضهما البعض. إبقاء العضلات مشدودة ثم الاسترخاء. يمكن إعادة الكرة من ١٠-٢٠ مرة في الساعة أثناء الوقوف والجلوس أيضاً.
- حاول حبس التبول بضعة ثوان ثم إستمر بالتبول بعد ذلك لاستعادة السيطرة والتحكم بالتبول.



إجراءات وقائية

- راقب حدوث سلس البول بعد إنهاء عملية التبول. يقل ذلك بشكل تدريجي. يحتمل أن يكون البول قاتماً (داكن اللون) لبضعة أسابيع بعد الجراحة.
- تجنب الحركة الزائدة، الرحلات الطويلة بالسيارة، التمرين والنشاط المجهدين، الضغط أثناء التبرز، وكذلك رفع الأوزان الثقيلة: فذلك يزيد من احتمالات النزيف.
- راقب إشارات الجلطة الدموية في عروق الساق مثل: ورم، تجمع الماء تحت الجلد، حرارة، إرتخاء، ألم، وتحسس زائد في الطرف المصاب.
- الإكثار من شرب الماء في الأيام الأولى من العملية والعودة تدريجياً إلى العادات اليومية.
- عدم استعمال مسيلات الدم.
- التوقف عن ممارسة الجنس من ٤-٦ أسابيع بعد العملية.
- تجنب الامسك.

إرشادات

إن المعلومات الواردة هي لهدف التثقيف فقط. يجب استشارة الطبيب في حال تطابق أي من العوارض الواردة ضمناً. تم تحضير هذه النشرة من قبل قسم الخدمات التمريضية بالتنسيق مع جهات طبية أخرى.