

## هایپر تروفی خوش خیم پروستات "BPH"

### Bening Prostatic Hyperplasia

#### ماهیت بیماری:

دراکثر مردان بالای ۵۰ سال غده پروستات بزرگ می‌شود، به طرف بالا مایل می‌شود، به مثانه فشار می‌آورد و با فشار آوردن اسفنکتر خارجی مثانه جریان ادرار را مسدود می‌کند. این بیماری تحت عنوان هیپرپلازی یا هایپر تروفی یا بزرگی خوش خیم پروستات BPH بیان می‌شود. BPH شایع ترین علت اختلالات پاتولوژیکی در مردان سالمند است.

#### علائم:

تکرر ادرار

شب ادراری

احساس فوریت دفع

کندی جریان ادرار به علت ایجاد فشار شکمی در زمان دفع ادرار

قطع ناگهانی جریان ادرار

ریزش قطره قطره بعد از پایان دفع

احساس عدم تخلیه کامل مثانه

احتباس ادراری و عفونت های مکرر ادراری (علائم پروستاتیتسم)

در معاینه پروستات بزرگ، متورم و غیر حساس است. تنگی پیشابراه ، سرطان پروستات ، مثانه نورولوژیک و سنگ های مثانه، علائم مشابه به BPH دارند.

**درمان:** معمولاً درمان BPH عمل جراحی پروستاتکتومی است.

#### عوارض بعد از پروستاتکتومی:

- خونریزی
- عفونت
- تشکیل لخته و انسداد کاتتر
- ترومبوز ورید عمقی
- اختلال عملکرد جنسی

## آموزش به بیمار بعد از جراحی:

از پیچیده شدن سوند به دور پا و کشیده شدن سوند جلوگیری کنید. از بازبودن مسیر سوند و تخلیه ادرار به درون کیسه ادراری اطمینان حاصل کنید. با وجود سوند در صورت دستور پزشک می توانید دوش بگیرید. کیسه ادرار را همیشه پایین تر از مثانه قرار دهید تا تخلیه ادرار به راحتی صورت گیرد. محل ورود سوند به مجرا را از نظر التهاب و سایر نشانه های عفونت مثل ترشح زرد و بدبو، تورم، قرمزی و ... مراقبت کنید. خروج سوند توسط پزشک و در زمان تعیین شده توسط پزشک، امکان پذیر می باشد.

## رژیم غذایی:

می توانید رژیم عادی و طبق روال قبل خود را داشته باشید به اضافه این که مایعات فراوان مصرف کنید. برای پیشگیری از یبوست، میوه و سبزیجات تازه مصرف کنید. از مصرف مواد غذایی محرک مثانه مثل گوجه فرنگی، شکلات، غذاهای تند، قهوه و کافئین که باعث تحریک مثانه می شوند و بی اختیاری ادراری را تشدید می کنند، خودداری کنید. از نوشابه های گازدار و الکل استفاده نکنید.

## فعالیت:

تا زمانی که پزشک اجازه نداده، راه نروید. در دو هفته اول فقط اطراف اتاق راه بروید و کم کم آن را ارتقا دهید. در صورت وجود خون در ادرار راه رفتن را کاهش دهید. تا ۶ هفته بعد از عمل اجسام سنگین را از زمین بلند نکنید. تا ۴ هفته و بعد از اجازه پزشک می توانید فعالیت زناشویی داشته باشید. ورزش کگل را بیاموزید و روزانه ۳ تا ۴ نوبت آن را تمرین کنید. تا حدود دو هفته بعد از عمل ممکن است کمی خونریزی از محل جراحی ببینید، طی این مدت فعالیت خود را محدود کنید و در صورت لزوم حتما بیه پزشک مراجعه کنید.

## علائم هشدار:

در صورت بروز هر یک از علائم زیر هرچه سریعتر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید:

- افزایش میزان خونریزی از مجرا
- احتباس ادرار
- تب و لرز
- تهوع و استفراغ
- سختی در نفس کشیدن یا سرفه ای که بهبود نمی یابد.
- ادرار بدبو و غلیظ که تغییر رنگ داده
- درد، قرمزی و تورم پاها

## منابع:

- [www.medlineplus.com](http://www.medlineplus.com)

- کتاب DRS پرستاری داخلی جراحی "تالیف" سمیه غفاری"