



راهنمای خودمراقبتی

بیماران

TURBT (خارج کردن تومور)

مثانه از طریق مجرا)

بیمار گرامی / همراه عزیز :

باسلام و آرزوی سلامتی شما

با مطالعه نوشتار حاضر ابتدا با ماهیت

بیماری تان و سپس با نحوه مراقبت از

خود آشنا می شوید.

تأیید کننده:

دکتر محمد حسن نصیری طوسی

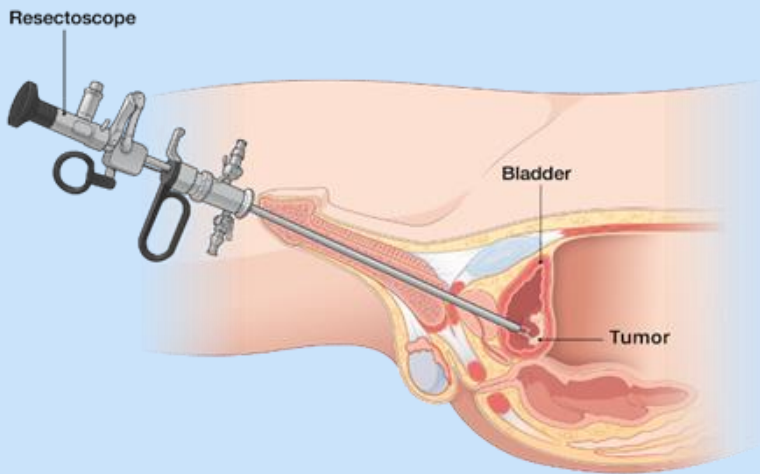
(متخصص جراحی کلیه، مجاری ادراری

و تناسلی)

تنظیم کننده:

دفتر پرستاری (دپارتمان آموزش به

بیماران)



مقدمه:

نوعی جراحی بسته است که طی آن پزشک با استفاده از وسیله ای لوله ای شکل به نام سیستوسکوپ، اقدام به خارج نمودن تومور مثانه می نماید. بیمار پس از این عمل، معمولاً (بسته به نظر پزشک معالج) به مدت ۲۴-۴۸ ساعت سوند مجرا خواهد داشت که هدف از آن شستشوی مثانه و جلوگیری از احتباس ادراری است.

آموزش های ویژه بعد از ترخیص:

سوزش ادرار معمولاً ۳-۲ روز پس از خارج کردن سوند مجرا بهبود می یابد. تا یک هفته پس از خارج کردن سوند، ممکن است ادرار مقداری خون آلود باشد. تا دو هفته پس از عمل دیده شدن مجدد خون در ادرار، که ممکن است همراه با مواد زایدی مانند مقداری از نسج یا بافت مثانه باشد، طبیعی بوده و به دنبال طی شدن مراحل ترمیم زخم اتفاق می افتد. با مصرف مایعات فراوان از لخته شدن خون و عفونت مثانه، پیشگیری کنید. **رژیم غذایی:** می توانید رژیم عادی خود را از سر بگیرید. روزانه ۱۲-۱۰ لیوان مایعات مصرف کنید. با مصرف بیشتر از سبزیجات و میوه های تازه، از یبوست پیشگیری کنید.

فعالیت:

زمان بازگشت به کار بسته به نوع شغل و نظر پزشک معالج متفاوت بوده، معمولاً ۳-۲ هفته بعد خواهد بود. قدم زدن فعالیت مناسبی است ولی خود را خسته نکنید. می توانید به طور محدود و آرام از پله بالا یا پایین بروید. به مدت ۳-۴ هفته از انجام ورزش یا فعالیت های سنگین خودداری کنید. به مدت ۲ هفته از جا به جا کردن وسایل سنگین تر از ۵-۴ کیلوگرم خودداری کنید. دوش گرفتن منعی ندارد. پس از خارج کردن سوند مجرا به مدت ۳-۲ هفته از انجام مقاربت جنسی اجتناب نمایید. **رانندگی:** توصیه می شود به مدت ۳-۲ هفته رانندگی نکنید.

مراقبت از سوند مجرا

۱. قبل و بعد از تمیز کردن سوند مجرا دست های خود را بشویید.
۲. با آب و صابون اطراف سوند ادراری را ۲ بار در روز بشویید و سپس با حوله ای تمیز خشک کنید.
۳. می توانید با وجود سوند مجرا و کیسه ادراری دوش بگیرید (مگر نظر پزشک معالج غیر از این باشد).
۴. از باز بودن مسیر سوند و تخلیه ادرار به درون کیسه ادراری اطمینان حاصل کنید.
۵. از پیچ نخوردن و انسداد نداشتن سوند اطمینان حاصل کنید.
۶. محل ورود سوند به مجرا را از نظر التهاب یا سایر نشانه های عفونت مثل ترشح زرد و چرکی تورم، قرمزی و... مراقبت کنید.
۷. کیسه ادراری را همیشه پایین تر از سطح مثانه نگهدارید تا ادرار به راحتی تخلیه شود (به ویژه هنگام خواب) از کشیده شدن ناگهانی سوند جلوگیری کنید).
۸. از مالیدن لوسیون ها، کرم و پودر به اطراف مجرای ادراری در محل ورود سوند خودداری کنید.

علائم هشدار:

در صورت ایجاد موارد زیر به پزشک یا نزدیک ترین اورژانس محل سکونت مراجعه کنید: افزایش میزان خونریزی از مجرا، احتباس (جمع شدن) ادرار، تب و لرز (تب بالاتر از ۳۸/۵)، تهوع یا استفراغ، سختی در نفس کشیدن یا سرفه ای که بهبود نمی یابد، ادرار بدبو و غلیظ که تغییر رنگ داده است، درد و تورم پاها.