

* 生殖泌尿保健

- ◆ 前列腺肥大手術後出院衛教
- ◆ 膀胱訓練之間歇性導尿衛教單張
- ◆ 體內置放輸尿管雙-J管病人注意事項
- ◆ 綠光雷射前列腺汽化手術出院衛教

前列腺肥大手術後出院衛教

- 一、術後 6 週內或出院後 3 週內，不可做激烈的運動、提重物、開車、騎腳踏車、爬高、騎馬等。
- 二、手術後 6-8 週才可開始性生活，性功能不會受影響，若性生活後小便有混濁現象，不用驚慌，此乃因射精時逆流入膀胱之故。
- 三、平日需預防便秘並避免用力排便。
- 四、不可喝大量的酒及咖啡。
- 五、出院後仍需持續做會陰運動，即每小時做 12-25 次的腹肌、臀肌及會陰肌肉的收縮，以幫助尿道括約肌的控制。
- 六、不要憋尿，養成想解便去解尿的習慣。
- 七、手術出院後，若解尿後仍會有滴尿現象，此為術後正常現象。
- 八、每二星期返院複診，可向醫師詢問進一步的指示。
- 九、出院後如有下列情形,請速返院檢查:
 1. 排尿有出血現象。

2. 無法排尿,膀胱膨脹。

3. 有尿失禁現象。