

Cures després d'una Prostatectomia

Li donem uns consells, perquè algunes de les cures que ha rebut durant el seu ingrés les pugui continuar al seu domicili, fins la propera visita mèdica.

- **Activitat:** Limiti l'activitat física durant les dues setmanes següents a la intervenció. No podrà reprendre les seves activitats habituals fins que el metge li doni l'alta.
 - No pot conduir vehicles, ni fer viatges llargs fins que li ho indiqui el metge
 - Eviti aixecar pesos o arrossegar càrregues.
 - Pot passejar i pujar escales sense fatigar-se.
- **Dieta:** És important que begui de 2 a 3 litres de líquids al dia, bé sigui, aigua o suc.
- **Cures de la sonda uretral:**
 - Portarà la sonda durant 15 dies i després li retiraran quan vagi a la consulta.
 - Per a qualsevol manipulació de la sonda renti's primer les mans.
 - Porti la bossa connectada sempre. Durant el dia, posi's la bossa petita subjectada a la cuixa i a la nit, la bossa gran lligada a la vora del llit, per sota del nivell de la bufeta urinària. Ha de tenir en compte en els dos casos, que no es torci el tub que uneix la sonda a la bossa.
 - Buidi les bosses quan estiguin plenes, i canviï-les cada dia.
 - És probable que els primers dies l'orina surti amb una mica de sang i que dreni líquid sanguinolent pel penis, li aconsellem que utilitzi compreses per evitar mullar-se.
 - La punta del penis pot molestar una mica, a causa del fet que la sonda pot fregar o estrebar. Mantingui la sonda ben agafada a la cama. Utilitzi aigua i sabó per rentar aquesta àrea diàriament.
- **Si vostè és portador de sonda Suprapúbica: Aquesta sonda ha de romandre pinçada**
 - Portarà la sonda durant 15 dies, li retiraran quan vagi a la consulta.
 - Per a qualsevol manipulació de la sonda renti's primer les mans.
 - Netegi amb aigua i sabó el punt d'inserció de la sonda amb la pell, i doni al final uns tocs amb povidona iodada
 - Haurà de fixar la sonda al ventre, preferiblement cap avall i en forma de bucle.
 - La sonda suprapúbica ha de romandre tancada amb un tap. Només podrà obrir-la si no surt orina per la sonda uretral, o té febre superior a 37'5°C en aquests dos casos col·loqui una bossa d'orina connectada a la sonda suprapúbica.
- **Higiene:** Pot dutxar-se amb regularitat, en fer-ho la ferida es pot mullar, s'ha d'assecar amb gases i sense fregar i/o ajudant-se d'un assecador amb aire fred.
- **Cura de la ferida quirúrgica :** S'ha de curar cada dia
 - Renti's les mans amb aigua i sabó abans i després de la cura.
 - Renti la ferida amb aigua i sabó i desinfecti-la amb povidona iodada, tapi-la amb gases estèrils, si no li han indicat el contrari després de 48h de l'alta no és necessari tapar la ferida, amb gases.
- **Medicació:** Pot prendre els medicaments que prenia abans de la cirurgia, llevat que li indiquin el contrari.
- **En general :** Una vegada retirada la sonda és important per enfortir la bufeta fer uns exercicis que consisteixen en: estrènyer les natges, mantenint la posició uns deu segons i després cal deixar relaxar per a tornar a començar. Faci-ho unes deu vegades successives en diferents moments del dia.

VAGI AL SEU METGE EN CAS de:

- Dolor sota el ventre que no cedeix amb els calmants.
- Sagnat fort o coàguls de sang a l'orina.
- Interrupció de la sortida d'orina per la sonda.
- Febre més alta de 37'5°C

Observacions

Nom i cognom :
(Infermer/a)

Signatura: