

攝護腺手術後 注意事項



衛生福利部屏東醫院

地址：屏東市自由路 270 號

電話：(08) 7363011

<http://www.pntn.mohw.gov.tw>

一、水分飲食補充：

1. 手術後，您身上會有點滴、導尿管，有時醫師也會將點滴接到尿管，為您做膀胱灌洗。（注意：請勿任意調整任一種點滴的流速。）
2. 除了點滴外，您每日至少需要喝 2000～3000c.c. 開水。（有腎臟疾病者，另外依醫囑攝取水份，以免過量）
3. 尿液可能呈紅色，多補充水分，2～3 天就會變清澈。
4. 飲食無特殊限制，應多吃蔬菜水果，預防便秘。

二、尿管照顧：

1. 尿管清潔：
 - (1)用物準備：無菌棉棒、生理食鹽水或優碘藥水。
 - (2)方法：①棉棒沾生理食鹽水沿著尿道口周圍清潔。②取另一枝棉棒沾優點藥水，環形塗在尿道口。
2. 翻身時勿拉扯到尿管以免受傷。

3. 尿管不可壓住或摺到，以免阻礙尿液流出，造成膀胱內血凝結。若有尿量變少、膀胱脹，即可能尿管阻塞，請通知護理師。
4. 尿袋中積尿勿過 1/2～2/3，請常倒，並記錄倒尿時間、尿量。
5. 有接膀胱點滴者，應於接上新的膀胱點滴時，馬上倒掉尿袋中尿液，並記錄尿量。
6. 活動時，尿袋應低於腰部。平躺時，尿袋固定應低於身體。翻身時應將尿管摺住，再提到另一側固定，否則會造成尿液回流，造成感染。

三、活動：

1. 手術後應臥床一天，除吃飯外，勿長時間坐著，以免腹內壓造成再出血。
2. 小便 2～3 天變較清澈，但下床活動時，可能造成輕微血尿，此現象您臥床休息後可緩解。

衛生福利部屏東醫院—「屏醫衛編碼 NO.144：攝護腺手術後注意事項」護理指導

☐ 給予病人護理指導單張。 ☐ 可說出護理指導內容 1～2 項。 ☐ 可說出護理指導內容 2 項以上。

指導人員： ，說明日期： 年 月 日，病人或家屬： ，關係：

3. 應避免便秘，解大便時勿用力，以免造成出血。

四、排尿困難：

1. 術後 3~4 天尿液較清澈，醫師會為您安排尿管訓練，然後依情況除去尿管。
2. 膀胱訓練：若留有膀胱造瘻者，於尿管拔除後，應每小時喝水 100c. c.，並於解尿後將膀胱造瘻打開 15 分鐘後，再關閉，以便測餘尿量（正常餘尿量 50c. c. 以下）。
3. 尿管拔除後多喝水，當您第一次感覺想解尿時就馬上去解，勿拖延。若覺得解尿困難，有以下誘尿方法：
 - (1)先使病人心情放鬆，躺著無法解尿時可扶起坐著或站著解尿。
 - (2)開水龍頭聽流水聲。
 - (3)以冷水或微溫水沖洗尿道口。
 - (4)按摩大腿內側。
 - (5)手握冰塊。以上方法如仍無效，請通知護理師。

五、居家照顧注意事項：

1. 飲食：飲食上無限制，多食用新鮮蔬菜水果，宜清淡，每日應喝 2000~3000c. c. 開水（約 8 大杯）。吃高纖維食物，避免便秘。
2. 禁止咖啡、菸、酒、茶等刺激性飲料。
3. 避免提重物，用力解便。
4. 避免爬樓梯、長時間走路（三個月內）。若一定須走樓梯時，請雙腳儘量張開，避免磨擦患部。
5. 禁止：騎腳踏車、機車、激烈運動（三個月內）。若術後一個月，您需騎機車上班，應採柔軟坐墊，時速 30 公里以下，避開石子及路面凹洞。
6. 必須每天淋浴。
7. 避開長程旅行。
8. 避免久坐或久站，至少半小時更換一次姿勢。
9. 性行為三個月即可恢復：性行為時可能會有向後射精（即逆行性射精），乃

正常現象，不用擔心。

10. 需返診情況：
 - (1)嚴重血尿。
 - (2)解尿困難，尿滯留。
 - (3)解尿疼痛。
 - (4)睪丸疼痛。
 - (5)復原後每半年至一年仍需追蹤檢查。

制定日期：96 年 04 月

修訂日期：103 年 06 月(3)

審閱日期：115 年 06 月