

攝護腺肥大/尿滯留衛生教育指導

攝護腺肥大會壓迫尿道，造成泌尿道狹窄，使膀胱排尿功能受阻，主要症狀包括解尿時尿流變細且微弱無力、解尿中斷、解不乾淨情形，嚴重時會無法解尿導致尿滯留、膀胱脹痛情形。

1. 五十歲以上的男性應該做定期的健康檢查。
 2. 不能憋尿，因為憋尿會使得攝護腺肥大更嚴重。
 3. 平時應該多注意尿尿是否疼痛不適、尿液是否有血絲等發炎現象，並且要多加注意腎功能狀況。
 4. 平時避免久坐、久臥或過度刺激攝護腺，會使攝護腺充血腫脹，更加惡化排尿阻塞症狀。
 5. 不要抽菸或喝酒，因為煙酒物質容易刺激攝護腺充血腫脹。
 6. 睡前盡量避免飲用多量含有利尿成分的飲料。
- 若有發燒、排尿疼痛或尿不出來的現象，都應立即就醫。

羅東聖母醫院 敬祝健康

攝護腺肥大/尿滯留衛生教育指導

姓名：		病歷號碼：		生日：____年____月____日	
指導對象	指導日期	指導方式	指導評值	指導者簽名	接受指導者簽名
<input type="checkbox"/> 病患 <input type="checkbox"/> 家屬					
指導方式說明(可複選)：講述→T1；衛教資料→T2；示教→T3。 指導評值說明(可複選)：完全錯誤或不會→R1；正確說出部分內容→R2；能完全說出內容→R3；能正確執行部分技術→R4；能完全正確執行→R5。					