

## 經由尿道行前列腺切除(TUR-P)之衛生教育指導

### ✚ 手術後「當天」注意事項

1. 手術後會留置一條尿管，運用無菌沖洗液採持續性沖洗方式，沖洗至隔天後，由主治醫師評估是否續沖洗。
2. 須先自行準備尿壺，當尿袋內尿液超過一半時，須立即倒除。
3. 沖洗過程注意事項：
  - (1) 注意沖洗液與尿袋流出滴速，是否上下滴速一致。
  - (2) 若沖洗液與尿袋流出滴速不一致，請知會護理師評估是否有阻塞情況，勿自行調整沖洗液的滴速。
  - (3) 可能有血尿情況，之後顏色會逐漸偏淡，勿太緊張。
  - (4) 未經醫護人員允許不能下床，以免阻塞或發生跌倒。
  - (5) 維持尿管通暢，勿壓迫到尿管，以免阻塞

### ✚ 手術後「隔天」注意事項

1. 攝取足夠的水份，每天約 2500~3000 cc、多食蔬菜，水果，以預防便秘發生，並避免久坐。
2. 不可自行坐浴或熱敷腹部，以免血管擴張導致出血。
3. 洗澡方式宜採淋浴。

### ✚ 拔除尿管之後注意事項

1. 可能會有短暫性的頻尿和失禁，一段時間後會消失。
2. 一旦有尿意感即趕快排尿，避免使膀胱過度膨脹。
3. 測餘尿檢查及步驟：

- (1) 將自解的尿液尿到尿壺內做尿量紀錄。
- (2) 立即通知護理師做餘尿檢查。
- (3) 護理師使用測餘尿機器進行類似超音波檢查餘尿量。

#### 居家注意事項

1. 避免做劇烈的運動，如：騎腳踏車、賽跑、騎摩托車。
2. 手術後一個月內，避免喝刺激性飲料，如茶、咖啡、酒。
3. 手術後一個月內或依醫師指示避免性生活。
4. 手術後一個月可能會有滴尿、頻尿、尿解不乾淨之情形發生，可藉會陰肌肉收縮運動使症狀改善。

#### 有下列情況發生應即刻就醫

1. 持續 2~4 週的間歇血尿或是嚴重出血。
2. 排尿困難。