



**عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سرطان پروستات**

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-20/A	۱ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

**تعریف بیماری سرطان پروستات :**

غده پروستات، گردو شکل و جایگاهش در بین مثانه و آلت تناسلی مردانه (penis) است جایگاه پروستات در جلوی راست‌روده (rectum) است. اگر اندازه آن طبیعی باشد، آن را می‌توان به دو لوب چپ و راست تقسیم کرد. ادرار در مسیرش از مثانه تا آلت تناسلی از مجرای در قسمت مرکزی پروستات عبور کرده و در نهایت از بدن دفع می‌شود. پروستات ترشح مایعی را بر عهده دارد که وظیفه‌اش تغذیه و محافظت از اسپرم‌هاست. رشد سلول‌های پروستات توسط تستسترون تحریک می‌شود.

**علل شایع بروز سرطان پروستات:**

- سن: سرطان پروستات در سنین بالاتر از ۵۰ سال به سرعت افزایش می‌یابد.
- نژاد: سرطان پروستات در سیاه‌پوستان بیشتر از مردان از نژادهای دیگر است. احتمال مرگ ناشی از سرطان پروستات در مردان سیاه‌پوست نیز بیش از دو برابر مردان سفیدپوست است.
- سابقه خانوادگی: به نظر می‌رسد سرطان پروستات در برخی از خانواده‌ها بیشتر اتفاق بیافتد، که نشان می‌دهد در برخی موارد ممکن است عوامل ارثی یا ژنتیکی وجود داشته باشد. احتمال بیماری در فردی که پدر یا برادرش مبتلا به سرطان پروستات باشند دو برابر سایر مردان است. همچنین احتمال داشتن سرطان پروستات در افراد با سابقه قوی خانوادگی سرطان پستان و تخمدان بیشتر از افراد بدون سابقه خانوادگی است.
- رژیم‌های غذایی نامناسب
- چاقی
- استعمال دخانیات
- قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی

**علائم:**

- تکرر ادرار، بخصوص در شب



بسمه تعالی  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی  
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سرطان پروستات

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۲/۲۰	۱۴۰۱/۲/۵	۱۴۰۲/۲/۵	۲ از ۷	INS-PR-20/A

- سختی آغاز یا قطع دفع ادرار
- جریان ضعیف یا قطره قطره ادرار
- دفع دردناک یا سوزناک ادرار
- انزال دردناک
- وجود خون در ادرار یا مایع منی
- احساس فشار یا درد در مقعد
- درد یا سفتی در پایین کمر، لگن یا ران
- درد مکرر در موضع درگیر
- مشکل در دفع ادرار
- نیاز ناگهانی و یا مکرر دفع ادرار
- کاهش وزن غیرقابل توضیح
- وجود درد در لگن و ران و کمر
- وجود درد و یا علائم غیرطبیعی در آلت تناسلی
- جریان ضعیف دفع ادرار
- درد استخوانی

تشخیص:

- علائم بالینی
- عکس از کلیه و مجاری ادراری
- سونوگرافی
- آزمایش خون ( PSA )
- نمونه گیری از بافت
- معاینه پروستات از طریق مقعد
- اسکن استخوان



بسمه تعالی  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی  
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سرطان پروستات

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-20/A	۳ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

- سیتی اسکن

- MRI

درمان:

- دارو درمانی

- شیمی درمانی

- پرتو درمانی

- عمل جراحی و برداشتن پروستات

نکات آموزشی:

- بعد از عمل ممکن است ادرار خونی رنگ و بعد از آن به تدریج کم رنگ خواهد شد، پس نگران نباشید.
- ممکن است بعد از خارج کردن سوند کمی بی اختیاری ادراری بوجود آید، که این امر با انجام ورزشهای مخصوص انقباض و انبساط بهبود می یابد.
- ورزش های سبک انجام دهید.

آموزش حین ترخیص:

- در صورت مشاهده هر کدام از علائم نشان دهنده عفونت فورا به پزشک مراجعه شود این علائم شامل:
  - تب
  - قرمزی در محل برش جراحی
  - تورم در محل برش جراحی
  - درد در محل برش جراحی
  - گرمی پوست در محل برش جراحی در هنگام لمس



بسمه تعالی  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی  
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سرطان پروستات

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-20/A	۴ از ۷	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

- خروج ترشحات چرکی در محل برش جراحی می باشد.
- در هنگام مراجعه به مرکز درمانی حتما مدارک قبلی و داروهای مصرفی را به همراه داشته باشید.
- داروها به موقع و سر وقت مصرف شود و در صورت وجود هر گونه عارضه ای و حساسیت به دارو با پزشک مشورت شود.
- جهت رفع هر گونه ابهام و سوال در رابطه با بیماری، داروها و .. شماره داخلی بخش (۳۲۱۲۵۴۱۱) می باشد.
- رژیم غذایی:
  - جهت پیشگیری از غلیظ شدن ادرار توصیه می شود بیمار روزانه آب فراوان مصرف کند.
  - بیمار بیشتر از گذشته از میوه ها و سبزیجات استفاده کند.
  - جهت پیشگیری از یبوست، بیمار رژیم غذایی پرفیبر مصرف کند.
  - از مصرف الکل خودداری شود.
  - چربی کمتر مصرف شود.
  - در صورت مصرف گیاهان دارویی با پزشک خود مشورت شود.
  - عوارض جانبی داروها را به بیمار تاکید شود
- سیگار کشیدن را متوقف کنید.
- نشستن به مدت طولانی بیش از ۲ ساعت توصیه نمی شود.
- داروهای تجویز شده را مرتب مصرف نماید.
- معمولا تا ۶ هفته بعد از عمل از فعالیت جنسی پرهیز کنید.
- ۴-۶ هفته بعد از عمل از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- از رانندگی به مدت طولانی و بیش از ۲ ساعت خودداری کنید.
- ۸ هفته بعد از جراحی مجاز به فعالیت جنسی هستید. در صورت ناتوانی جنسی از مشاوره پزشک کمک بگیرید.
- جواب نمونه پروستات ارسالی به آزمایشگاه را از بخش پاتولوژی دریافت و به پزشک خود نشان دهید.
- در صورت داشتن هر کدام از علائم زیر به پزشک مراجعه شود.



بسمه تعالی  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی  
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سرطان پروستات

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۲/۲۰	۱۴۰۱/۲/۵	۱۴۰۲/۲/۵	۵ از ۷	INS-PR-20/A

- کاهش میزان ادرار
- ادم یا ورم در پاها
- فشار خون بالا
- افزایش وزن
- عارضه احتمالی سرطان پروستات شامل:
  - انسداد کامل پیشابراه
  - درد لگن احتباس ادرار
  - بی اختیاری ادرار
  - متاستاز به استخوان
- عارضه بعد از عمل جراحی شامل این موارد می باشد:
  - شوک
  - خونریزی
  - بی اختیاری تشکیل لخته در ساق پا
  - خروج قطره قطره ادرار
  - درد
  - یبوست
  - عفونت که علائم آن شامل تب، لرز، قرمزی محل عمل و حساسیت در لمس در قسمت برش جراحی می باشد که باید به بیمار/ همراه بیمار تاکید نمایید.

منابع و مراجع	برونر و سودارث. پرستاری داخلی- جراحی کلیه و مجاری ادراری. ترجمه دریا دخت مسرور. تهران: نشر بشری، ۱۳۹۸. آموزش به بیمار ( دکتر خدیجه نصریانی) ۱۳۹۴
تهیه کنندگان	افسون توفیق ( مسؤل آموزش به بیمار)- سارا همتی پور ( سرپرستار بخش جراحی)



بسمه تعالی  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی  
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سرطان پروستات

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۲/۲۰	۱۴۰۱/۲/۵	۱۴۰۲/۲/۵	۶ از ۷	INS-PR-20/A

یورولوژی	
دکتر داریوش ایرانی (متخصص جراحی کلیه، فلوشیپ اندوآورولوژی)	تایید کننده

