

ALTAREN ONDORENGO GOMENDIOAK: ROBOT BIDEZKO PROSTATEKTOMIA ERRADIKALA

AURKEZPENA

Prostatatik operatu berri zaituzte, Da Vinci robot bidezko teknikaren bidez.

Orri honek etxean izan ditzakezun konplikazioak gainditzen lagunduko dizu.

Horregatik, garrantzitsua da orri hau ondo irakurtzea eta, zalantzarik izanez gero, alta hartuta joan aurretik guri galdetzea.

HIGIENA, ELIKADURA ETA JARDUERA FISIKOA



Eguneroko higiena oso garrantzitsua da usain txarrak kentzeko, infekziorik ez izateko, eta ondo eta osasuntsu sentitzeko.

Komeni da dutxa erabiltzea; arreta berezia izan behar da sabel inguruan zauri kirurgikoengatik eta genitaletan (ur eta xaboi ugarirekin garbitu behar da inguru hori, prepuzioa atzerantz eramanda eta gero berriro bere lekuan jarrita) maskuriko zunda jarrita daramazulako.

Dutxa hartu ondoren azala hidratatzeko ohitura baduzu, egin dezakezu, sabelaldea ukitu gabe, zauri kirurgikoak hor dituzulako.

Elikadura askotarikoa izan behar da, pixkanaka-pixkanaka ohiko dietara iritsi arte.

Zuntz ugari duten elikagaiak jan behar dituzu eta behar beste likido edan (gutxienez bi litro, medikuak kontrakorik esan ez badu) idorreriarik ez izateko eta gernua garbitzeko.

Operazioaren ondoren jardura fisikoa mugatu egin behar duzu. Hilabetez, gutxi gorabehera, ez duzu gauza astunik altxatu behar, ez duzu gidatu behar, eta ez duzu esfortzu handia eskatzen dizun jarduerarik egin behar. Pixkanaka jardura fisikoa areagotzen joango zara, ohiko mailara iritsi arte.

HEPARINAREN (HBPM) GARRANTZIA

Urologoak azaldu dizu egun batzuetan heparina-injekzioa jarri behar duzula egunero, odolbildurik ez izateko, horiek gorputzeko beste leku batzuetara joan eta tronbosia eragin dezaketelako.

Erizainak, ospitaleratuta egon zaren bitartean, injekzioa nola jartzen den erakutsi dizu, eta beti ordu berean jartzearen garrantziaz hitz egin dizu.

Gogoratu injekzioa jarri aurretik eskuak garbitu behar dituzula, eta hematomarik egon ez dadin xiringa azaletik kentzean ez duzula leku horretan igurtzi behar.

NOLA ZAINDU ZAURI KIRURGIKOA

Garbitu ebaki kirurgikoak dutxan ur eta xaboiarekin, eta gero lehortu ondo eta ez estali.

Eguzkia hartu nahi baduzu, babestu ebaki kirurgikoak aposituekin edo babes osoko eguzkitako krema jarri.

NOLA MANEIATU MASKURIKO ZUNDA

Gernua kanpora atera ahal izateko zunda bat daukazu jarrita maskurian, eta zunda atera ez dadin 20cm³ ur edo gehiagorekin puztutako globo bat daukazu maskuriaren barruan. Horregatik, oso garrantzitsua da indarrez tira ez egitea eta poltsak gernu gehiegi ez edukitzea.



Garbitu eskuak zunda eta/edo gernu-poltsa maneiatu aurretik eta ondoren.

Zunda beti garbi eduki. Odolik edo bestelako fluidorik badago, garbitu ondo. Ez jarri tapoirik zundari. Eduki ezazu gernu-poltsa maskuriaren mailaren azpitik.

Ohikoa izaten da esfortzu batzuk egiten direnean (libratzea, etab...) gernua odolarekin zikintzea. Halakoetan, gernua garbitu arte likido gehiago hartzea gomendatzen da. Bestalde, gernua zundatik kanpo ere atera daiteke.

“Espasmoa” esaten diogun mina zundak maskurian egindako narritadurak edo odolbildu txikiek eragin dezakete. Nola kontrolatu espasmoak?: postura aldatu, sabeleko masajea eman edo analgesiko bat hartu.

GUREKIN HARREMANETAN JARRI NAHI DUZU?



Sendatze-prozesuaz edozein zalantza izanda ere, hemen dituzu posta elektronikoaren helbidea eta telefono-zenbakia, gurekin harremanetan jarri ahal izateko.

Telefonoa: 945 00 70 23.

Urologia-kontsultara zatozenean, berriro azalduko dizute zeintzuk diren gernu-inkontinentziatik eta erekzioaren disfuntziotik eratorritako arazoak, baita zure bizi-kalitatea hobetzeko egon daitezken irtenbideak eta erabili ahal dituzun gailuak zeintzuk diren ere.

*Marrazkiak hemendik atera dira: www.atucuidado.es.t; www.burjassot.org; eta www.osakidetza.net.

IO-UROLOGIA-20