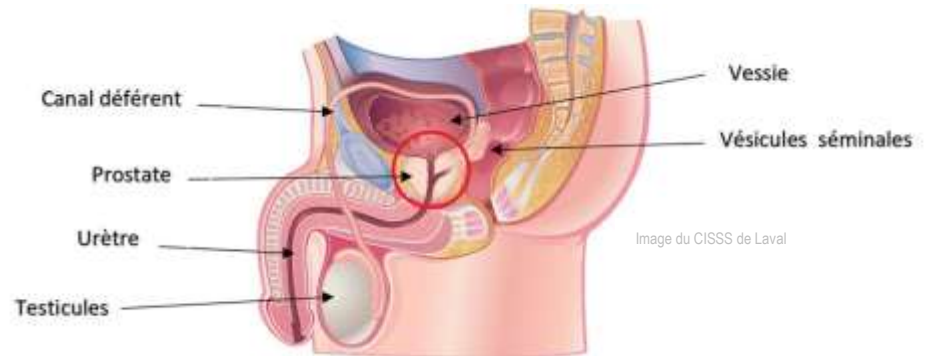


Consignes après un traitement de l'hyperplasie bénigne de la prostate par vapeur d'eau



Après votre traitement, la taille de votre prostate va grossir avant de devenir plus petite. Ceci est une réaction normale de votre corps en réponse au traitement. Aussi,

il vous faudra être patient, vos problèmes urinaires vont être pire avant d'être mieux. Habituellement, la guérison complète prend de 6 à 8 semaines et il peut y avoir une amélioration jusqu'à 3 mois après le traitement.



Comment prendre soin de votre cathéter urinaire?

- Vous aurez un tuyau pour l'urine (sonde) durant 1 à 4 semaines selon la consigne de votre médecin
- Il est normal que votre urine soit teintée de sang (urine rosée) et qu'elle présente des dépôts
- Vous devez boire beaucoup d'eau (6 à 8 verres d'eau) pendant les premiers jours suivant le traitement, sauf si votre médecin vous dit autre chose
- Vous pouvez consulter le document *Soins à apporter à votre cathéter urinaire* pour les soins de votre sonde urinaire
- Vous serez référé au CLSC pour faire enlever la sonde urinaire

Quoi faire pendant l'incontinence urinaire?

Après avoir enlevé votre sonde urinaire, une incontinence urinaire (légère fuite d'urine) et des contractions de votre vessie peuvent arriver. Cela est habituellement passager. Les conseils suivants peuvent vous aider à réduire les fuites urinaires :

- Diminuez votre consommation des aliments et boissons suivants :
 - Caféine (café, thé, cola et chocolat)
 - Mets épicés (thaïlandais, mexicains, etc.)
 - Alcool (1 consommation par jour pour un maximum de 3 par semaine)
- Cessez ou réduisez votre consommation de tabac

Comment soulager votre douleur?

Il est normal que vous ressentiez une douleur ou une sensation de brûlure dans votre pénis pendant 1 à 2 semaines. La douleur est causée par le traitement et la présence de votre sonde urinaire. La douleur devrait baisser avec le temps.

- Prenez les médicaments prescrits par votre médecin pour soulager votre douleur
- Suivez les consignes de votre médecin et de votre pharmacien

Quelles sont les activités physiques permises durant votre période de récupération?

Reprenez vos activités uniquement après le retrait de la sonde urinaire. Durant les 6 premières semaines :

- **Évitez** de soulever des objets lourds de plus de 5 kg (10 livres), par exemple, soulever un sac de patates (10 livres)



Image par Mourad Mokrane de Noun Project

Après le retrait de la sonde urinaire, vous pouvez reprendre vos activités physiques peu à peu.

Quand pourrez-vous reprendre vos activités sexuelles?

Il est conseillé d'attendre 6 semaines après le traitement avant la reprise des relations sexuelles.

Généralement les érections ne sont pas affectées après le traitement. Dans certains cas (moins de 10 personnes sur 100), certaines personnes auront une éjaculation rétrograde. C'est-à-dire que le sperme pénètre dans la vessie au lieu du pénis. Lors d'une éjaculation rétrograde, il y a peu ou pas de sperme. Ce n'est pas dangereux ni inconfortable.

Si vous présentez l'un des signes suivants

- Fièvre (température par la bouche plus grande que 38 °C ou 100,4 °F)
- Diarrhées fréquentes ou incontrôlables
- Incapacité d'uriner après le retrait de votre sonde urinaire
- Douleur qui augmente malgré la prise de médicament
- Absence d'urine dans votre sonde urinaire pendant 2 heures malgré une bonne hydratation

Contactez **Info-Santé**
(811) ou avisez
l'infirmière du CLSC



Image de macrovector sur Freepik

Si vous présentez

- Saignement important ou qui augmente dans votre sonde urinaire

Présentez-vous à
l'urgence



Image de macrovector sur Freepik

Direction des soins infirmiers, volet pratiques professionnelles et développement clinique
Février 2025

Nous vous invitons à remplir un sondage
de satisfaction sur les soins et les
informations reçus

<https://forms.office.com/r/4ezMmiJZAE>



Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches

Québec 