



Prostatectomie radicale

Qu'est-ce qu'une prostatectomie radicale?

Votre prostate a été retirée pour enlever le cancer de votre corps. La prostate est située sous la vessie et devant le rectum.

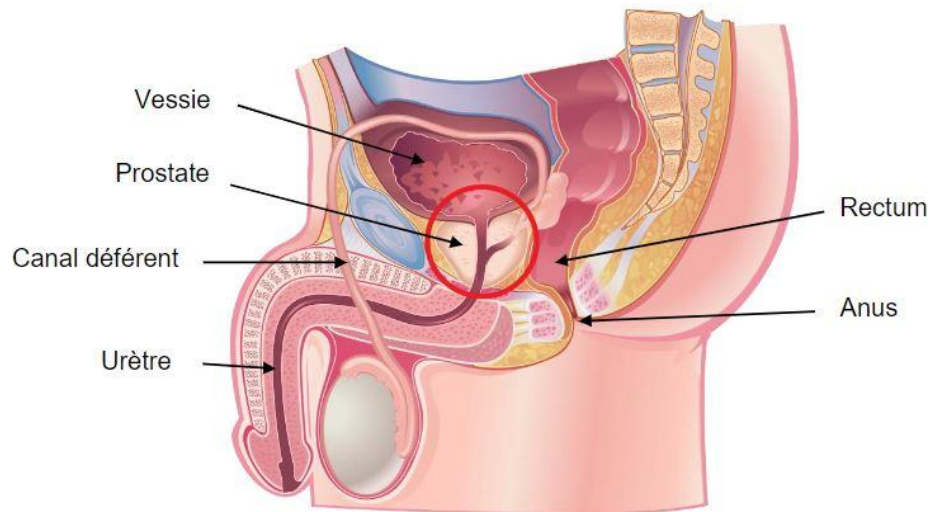


Image du CISSS de Laval

Comment soulager votre douleur?

Il est normal de ressentir une sensation de brûlure au niveau de vos coupures. La douleur est plus forte les 1 à 2 premiers jours et diminue peu à peu par la suite. Les conseils suivants vous aideront à soulager votre douleur :

- Prenez vos médicaments prescrits contre la douleur et suivez les consignes de votre médecin et de votre pharmacien
- Prenez de l'acétaminophène (Tylenol^{MD}) régulièrement, à moins d'avis contraire
- Prenez les narcotiques selon votre prescription si la douleur est plus forte
- Utilisez un support pour le scrotum et le pénis (suspensoir) ou un sous-vêtement serré pendant 3 à 4 semaines si vous présentez de l'enflure

Soutenir le scrotum et le pénis aide à diminuer l'enflure. Le suspensoir est disponible dans les pharmacies.

Comment bien prendre soin de votre coupure?

Votre coupure est refermée à l'aide d'agrafes. Un pansement couvre votre coupure. Vous devez le garder propre et sec. Un petit tube (drain Jackson-Pratt) pourrait être inséré au bas de votre ventre pour faire sortir le liquide.

Si vous avez un drain à votre retour à domicile, référez-vous au document d'information *Drain Jackson-Pratt* pour en faire les soins

Il est normal que la peau autour de votre coupure soit rose. Il s'agit du désinfectant utilisé pendant l'opération. Vous pouvez nettoyer votre peau avec de l'eau et du savon.

- Votre pansement sera changé par l'infirmière du CLSC s'il y a encore un pansement sur votre plaie
- Le CLSC enlèvera vos agrafes et des bandes blanches collantes seront mises sur votre coupure
- Enlevez vos bandes collantes 7 à 10 jours après avoir fait enlever vos agrafes si les bandes collantes sont toujours en place

Pouvez-vous vous laver?

- Vous pouvez prendre une douche lorsque votre drain est enlevé et votre coupure doit être propre et sèche depuis 2 jours
- Nettoyez votre coupure délicatement avec de l'eau et du savon
- Évitez de diriger le jet de la douche directement sur votre coupure
- Terminez en séchant la peau sans frotter
- Attendez 1 mois après votre opération avant de prendre un bain et de vous baigner dans une piscine ou un spa pour diminuer les risques d'infection de votre coupure



Comment bien prendre soin de votre sonde urinaire?

- Votre sonde restera en place de 10 à 14 jours et il est possible que votre urine soit teintée de sang
- Gardez votre sonde attachée sur votre ventre ou votre cuisse pour votre confort

Référez-vous au document d'information
Soins à apporter à votre cathéter urinaire pour faire les soins

Votre sonde urinaire peut irriter votre vessie et causer des spasmes (contractions de votre vessie). Les spasmes peuvent vous donner :

- Des douleurs au bas du ventre sous forme de crampes
- La sensation que votre vessie est pleine
- Le besoin urgent d'uriner

De l'urine peut couler à côté de votre sonde pendant que vous avez des spasmes. Pour aider à réduire vos spasmes :

- Prenez de grandes respirations pour relâcher vos muscles du plancher pelvien
- Prenez vos médicaments contre les spasmes prescrits par votre médecin

Incontinence urinaire (fuite d'urine)

Il arrive souvent d'avoir des fuites d'urine après avoir enlevé la sonde urinaire. Ce problème diminue avec le temps (3 à 12 mois) en faisant les exercices pour renforcer les muscles du plancher pelvien.

Référez-vous au document d'information
Prostatectomie : Prévenir et traiter l'incontinence urinaire chez l'homme
pour faire les exercices des muscles du plancher pelvien

Débutez ces exercices **7 jours après avoir enlevé la sonde urinaire**. Il s'agit des mêmes exercices que vous avez pratiqués avant votre opération.

Malgré tout, il peut arriver que l'incontinence reste de façon permanente. N'hésitez pas à en parler avec votre médecin.

Plusieurs types de protection contre les pertes urinaires existent comme les culottes d'incontinence et les coquilles d'absorption (pad). Utilisez les produits qui sont pour les hommes pour une meilleure efficacité. Faites vos achats avant le retrait de votre sonde urinaire. Apportez une protection lors de votre rendez-vous pour faire enlever votre sonde urinaire.

Que pouvez-vous faire pour diminuer l'incontinence urinaire?

- Évitez de forcer pour faire sortir vos selles. Si vous souffrez de constipation, référez-vous à votre guide de préparation à la chirurgie
- Diminuez votre consommation des aliments et boissons suivants, car ils peuvent causer plus de fuites urinaires :
 - Caféine (café, thé, cola et chocolat)
 - Mets épicés (thaïlandais, mexicains, etc.)
 - Alcool (1 consommation par jour pour un maximum de 3 par semaine)
- Réduisez ou cessez votre consommation de tabac

Quelles sont les activités physiques permises?

Il est conseillé de reprendre vos activités peu à peu tous les jours et de prévoir des temps de repos. Par exemple, continuer de marcher plusieurs fois par jour sur de courtes distances. Le temps de récupération après votre opération est de 3 mois.



Image par Mourad Mokrane de Noun Project

Durant le 1^{er} mois, **évitez** de :

- Soulever des objets lourds de plus de 5 kg (10 livres) (ex. : soulever un sac de patates)
- Prendre des longues marches
- Faire des trajets en voiture de plus de 1 heure
- Conduire une voiture

Durant 3 mois, **évitez** de :

- Vous asseoir longtemps sur une surface dure
- Vous asseoir sur une selle à califourchon (ex. : se promener à cheval, faire du vélo, faire du véhicule tout terrain, faire de la motoneige, etc.)

Quand pouvez-vous reprendre vos activités sexuelles?

Il est conseillé d'attendre 4 semaines avant la reprise des relations sexuelles.

Il est possible d'avoir de la difficulté à avoir une érection (dysfonction érectile). Certaines personnes retrouvent cette capacité entre 6 mois à 2 ans après leur opération.

Vous n'aurez plus d'éjaculation parce qu'on a enlevé votre prostate qui est responsable de produire le sperme. Malgré ces changements, l'opération ne change pas votre désir sexuel ni l'orgasme. Une petite fuite d'urine est possible lors de la relation sexuelle. Pour éviter d'avoir des fuites d'urine, vider votre vessie (uriner) avant d'avoir une relation sexuelle.

Après votre opération, vous pouvez vous sentir bouleversé et vivre beaucoup d'émotions. Pour mieux vivre avec vos émotions, il est important d'en parler avec votre partenaire, vos proches ou un professionnel de la santé. Le fait de dire ce que vous vivez vous aidera à diminuer les conflits et les peurs.

Des traitements pour améliorer la capacité d'avoir une érection sont disponibles. Par exemple :

- Des médicaments (ex. Cialis^{MD} et Viagra^{MD})
- Appareil de thérapie (ex. : RestoreX)

N'hésitez pas à parler à votre médecin de vos inquiétudes et de poser vos questions sur les traitements disponibles.

Quels signes devez-vous surveiller?

Si vous présentez l'un des signes suivants

- Fièvre (température par la bouche plus grande que 38 °C ou 100,4 °F)
- Fatigue plus importante
- Douleur, rougeur, enflure ou chaleur à un mollet ou à l'intérieur d'une cuisse

Au niveau de vos coupures

- Enflure plus importante
- Apparition d'une nouvelle rougeur ou rougeur qui augmente
- Masse ou bosse
- Augmentation de la douleur
- Saignement
- Liquide jaune ou vert qui coule de votre coupure

Contactez **Info-Santé** (811)



Image de macrovector sur Freepik

Si vous présentez l'un des signes suivants

- Saignement important de votre coupure
- Coloration rouge de l'urine et présence de caillots dans votre sonde urinaire
- Absence d'urine dans votre sonde urinaire pendant 2 heures malgré une bonne hydratation

Présentez-vous à **l'urgence**



Image de macrovector sur Freepik

Direction des soins infirmiers, volet pratiques professionnelles et développement clinique
Juin 2024

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 