

# نبذة عن جراحتك الصدرية البطنية في مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) للأطفال

سيساعدك هذا الدليل على الاستعداد لجراحتك في المنطقة الصدرية البطنية في مركز ميموريال سلون كيترينج (Memorial Sloan Kettering MSK)). وسيساعدك أيضًا في فهم الأمور المتوقعة خلال فترة التعافي.

استخدم هذا الدليل كمصدر معلومات خلال الأيام السابقة للجراحة. اصطحبي معك في يوم الجراحة. وسيحيلك إليه فريق الرعاية الصحية الخاص بك لمعرفة المزيد من المعلومات خلال فترة تعافيك.

ومفردات المخاطب وضمائر المخاطب في هذا المستند تعني أنتم وأطفالكم.

## نبذة عن جراحتك

### نبذة عن الورم الأرومي العصبي

الورم الأرومي العصبي هو ورم سرطاني نادر يصيب الأطفال وينشأ في الخلايا العصبية في مراحل تكوينها المبكرة والتي تُعرف بالأرومات العصبية. تتطور الأرومات العصبية بشكل طبيعي إلى الخلايا العصبية لبناء الجهاز العصبي للإنسان قبل ولادته. ويحدث الورم الأرومي العصبي عندما يبدأ نمو الأرومات العصبية بشكل خارج عن السيطرة ويتكوّن ورم.

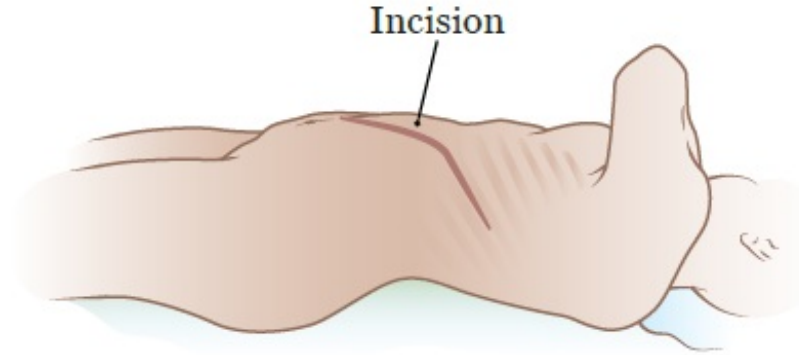
تتوقف خطط علاج الورم الأرومي العصبي على عدة عوامل، من بينها

مكان الورم في الجسم. فإذا كان في الجزء العلوي من البطن، فقد يوصي الطبيب بإجراء جراحة في المنطقة الصدرية البطنية في إطار خطة العلاج الخاصة بك.

### نبذة عن الجراحة الصدرية البطنية

تعتبر الجراحة الصدرية البطنية علاجًا جراحيًا شائعًا للورم الأرومي العصبي في الجزء العلوي من البطن. ويمكن استخدامها أيضًا لعلاج أنواع أخرى من الأورام، غير أن هذا أقل شيوعًا. سيتحدث معك الجراح إذا كنت ستخضع لجراحة في المنطقة الصدرية البطنية لعلاج أحد أنواع السرطان بخلاف الورم الأرومي العصبي.

أثناء الجراحة الصدرية البطنية، يُحدث الجراح شقًا جراحيًا فُطريًا يمتد من الجزء السفلي من الصدر حتى الجزء العلوي من البطن (انظر الشكل 1). وهو يساعده في رؤية هذه المنطقة بوضوح حتى يتمكن من إزالة الورم بشكل آمن.



الشكل 1. الشق الجراحي الصدري البطني

سيساعدك الجراح وأعضاء فريق الرعاية الآخرون في معرفة ما يمكن أن تتوقعه قبل الجراحة وأثناءها وبعدها. وسيتناولون بالتفصيل خطة الجراحة التي ستخضع لها ويجيبون عن أي أسئلة لديك.

## قبل إجراء الجراحة

سُساعدك المعلومات الواردة في هذا القسم في الاستعداد لإجراء الجراحة الخاصة بك. اقرأ هذا القسم عند تحديد موعد الجراحة الخاصة بك وارجع إليها مع اقتراب موعد إجراء الجراحة. فهو يحتوي على معلومات مهمة حول ما ينبغي عليك فعله قبل الجراحة.

أثناء قراءة هذا القسم، دوّن أي أسئلة واستفسر عنها من مقدم الرعاية الصحية.

### الاستعداد للجراحة

ستتعاون مع فريق الرعاية الصحية من أجل الاستعداد للجراحة الخاصة بك. ومن المهم إبلاغنا بما إذا كنت:

- تتناول أدوية تُصرف بدون وصفة طبية أو أي مكملات غذائية. قد تحتاج إلى التوقف عن تناول بعض الأدوية والمكملات الغذائية قبل الخضوع للجراحة. حيث قد ترتفع مخاطر حدوث مضاعفات أثناء الجراحة. وتعتبر الفيتامينات والعلاجات العشبية من ضمن الأمثلة على المكملات الغذائية.
- تعاني من أي حساسية.
- واجهت أي مشكلات بخصوص التخدير فيما مضى.

### استخدام MyMSK

MyMSK ([my.msccc.org](http://my.msccc.org)) هو حساب بوابة المرضى في مركز ميموريال سلون كيترينج [MSK]. يمكنك استخدام حساب MyMSK لإرسال واستلام الرسائل من وإلى فريق الرعاية الصحية الخاص بك، وعرض نتائج الاختبارات، والاطلاع على تواريخ وأوقات المواعيد المقررة لك، والمزيد غير ذلك. ويمكنك أيضًا دعوة مُقدم الرعاية الخاص بك لإنشاء حسابه

الخاص حتى يكون بوسعه الاطلاع على المعلومات الخاصة برعايتك.

إذا لم يكن لديك حساب MyMSK، فيمكنك زيارة [my.mskcc.org](http://my.mskcc.org) أو الاتصال برقم 646-227-2593 أو الاتصال بمكتب طبيبك للحصول على معرف تسجيل للتسجيل. يمكنك أيضًا مشاهدة الفيديو الخاص بنا *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal)). للحصول على المساعدة، اتصل بمكتب مساعدة MyMSK عن طريق إرسال بريد إلكتروني إلى [mymsk@mskcc.org](mailto:mymsk@mskcc.org) أو الاتصال برقم 0593-248-800.

نبذة عن قائمتك المرجعية لأهداف الخروج من المستشفى على حساب MyMSK

بعد إجراء جراحتك، ستركز على التعافي بالشكل الكافي الذي يتيح لك مغادرة المستشفى. سترسل القائمة المرجعية لأهداف الخروج من المستشفى إلى حسابك على MyMSK لمساعدتك في تتبع مستوى تقدمك. يمكنك استخدام هذه القائمة المرجعية الإلكترونية لعرض الأهداف التي يجب عليك تحقيقها قبل مغادرة المستشفى وتحديث مستوى تقدمك على مدار اليوم. وسترسل تحديثاتك أيضًا التنبيهات إلى فريق الجراحة الخاص بك بشأن مستوى تقدمك.

للحصول على المزيد من المعلومات، اقرأ المورد *How to Use Your MyMSK Goals to Discharge Checklist* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mymsk-goals-discharge-checklist](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mymsk-goals-discharge-checklist)).

نبذة عن التعافي المُحسَّن بعد الجراحة  
التعافي المُحسَّن بعد الجراحة هو برنامج يهدف لمساعدتك على التحسن

بشكل أسرع بعد الجراحة. وفي إطار هذا البرنامج، يكون من المهم الالتزام بعدة أمور قبل وبعد الجراحة.

قبل الجراحة، تأكد أنك مستعد للقيام بالأمور التالية:

• **اقرأ هذا الدليل.** سيساعدك هذا في معرفة ما يمكن أن تتوقعه قبل الجراحة وأثنائها وبعدها. إذا كانت لديك أسئلة، فقم بتدوينها. يمكنك أن تسأل مقدم الرعاية الصحية خلال موعدك التالي، أو يمكنك الاتصال بمكتبه.

• **مارس التمارين الرياضية واتبع نظامًا غذائيًا صحيًا.** حيث يساعد هذا جسمك على الاستعداد للجراحة.

بعد الجراحة، عزز قدرتك على التعافي بسرعة أكبر عن طريق القيام بالأمور التالية:

• **اقرأ مسار التعافي الخاص بك.** وهو عبارة عن موردًا تعليميًا مكتوبًا يعطيك إياه مقدم الرعاية الصحية الخاص بك. وهو يحدد أهدافًا للتعافي ويساعدك في معرفة ما يجب أن تفعله وتتوقعه كل يوم أثناء فترة التعافي.

• **ابدأ الحركة بمجرد أن تستطيع ذلك.** فبمجرد أن تنهض من السرير وتتحرك أو تحبو أو تمشي على قدميك، ستمكن من العودة لممارسة أنشطتك المعتادة بسرعة أكبر.

اختبار قبل الجراحة

قبل الجراحة الخاصة بك، سيتم تحديد موعد لك لإجراء اختبار قبل الجراحة (PST) أو اختبار قبل الجراحة للأطفال (PPST). وسيكون تاريخ ووقت ومكان موعد الاختبار مطبوعًا على إشعار اختبار قبل الجراحة الذي يمكنك

الحصول عليه من عيادة الجراح الخاص بك. يمكنك تناول الطعام وتناول أدويةك المعتادة في يوم موعد اختبار قبل الجراحة.

أثناء هذا الموعد، ستلتقي ممرضة ممارسة تعمل عن كثب مع فريق الجراحة الخاص بك. ستراجع الممرضة الممارسة سجلك الطبي والجراحي معك. وقد تخضع لاختبارات، مثل مخطط كهربية القلب (EKG) لفحص نظم قلبك، وعمل أشعة سينية على الصدر، وإجراء تحاليل الدم وأي اختبارات أخرى مطلوبة للتخطيط لرعايتك. وقد توصي الممرضة الممارسة أيضًا بعرضك على مقدمي رعاية صحية آخرين.

وستتحدث الممرضة الممارسة معك أيضًا بشأن الأدوية التي ستتناولها صباح يوم الجراحة.

من المفيد إحضار الأشياء التالية في موعد الفحص:

- جميع الأدوية التي تتناولها، وتشمل الأدوية الموصوفة وتلك التي تُصرف بدون وصفة طبية، إلى جانب أي لصقات وكريمات.
- نتائج أي اختبارات أُجريت خارج MSK، مثل اختبار إجهاد القلب، أو تخطيط صدى القلب، أو فحص دوبلر للشرايين السباتية.
- اسم (أسماء) ورقم (أرقام) هاتف مقدم (مقدمي) الرعاية الصحية لك.

فريق تخفيف الألم والرعاية التلطيفية للأطفال (PACT)

يتكون فريق تخفيف الألم والرعاية التلطيفية للأطفال من الأطباء والممرضات الممارسات الذين يقدمون الدعم للأطفال والعائلات التي تواجه أمراض خطيرة في مركز ميموريال سلون كيترينج للأطفال (MSK Kids).

وهدف الرعاية التلطيفية هو مساعدتك أنت وعائلتك أثناء فترة العلاج. نحن

نساعدكم في التغلب على المشكلات الجسدية والعقلية والاجتماعية والنفسية. والرعاية التلطيفية مهمة ومفيدة للجميع على اختلاف أعمارهم ومراحل مرضهم، وتحصل عليها إذا كنت مقيمًا في المستشفى أو إذا كنت أحد مرضى العيادات الخارجية.

يحترم فريق تخفيف الألم والرعاية التلطيفية للأطفال اختياراتكم وقيمكم ومعتقداتكم الثقافية. نوصيك أنت وأفراد عائلتك بأخذ خطوات إيجابية لاتخاذ القرارات المتعلقة بأهدافكم وخطط الرعاية الخاصة بكم. وستعاون مع جميع أعضاء فريق الرعاية الخاص بك. ونهدف للتأكد من حصولك أنت وأفراد عائلتك على الدعم المطلوب لعيش أفضل حياة ممكنة.

## الرعاية الطبية التكاملية

توفر خدمات الطب التكاملي في مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) المساعدة في الاسترخاء وتخفيف الشعور بعدم الراحة، وتعمل على تحسين صحتك وعافيتك بوجه عام. لدينا متخصصون مُدربون ومؤهلون في الممارسات الصحية التكاملية مثل:

- العلاج بالتدليك • التأمل
- العلاج بالموسيقى • اللياقة العقلية والبدنية
- العلاج بالرقص • العلاج بالإبر الصينية
- اليوجا

خلال زيارتك الأولى لتلقي الرعاية الطبية التكاملية، سيتحدث إليك أحد المتخصصين في الطب التكاملي حول خدمات الطب التكاملي المتاحة في مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK). وسيتحدث معك أيضًا بشأن:

- الأنواع المختلفة لتقنيات الطب التكاملي والشمولي.
- كيفية الاستفادة من هذه العلاجات خلال مدة إقامتك.
- كيف تساعدك أنت وعائلتك قبل الجراحة وخلال فترة التعافي.

## إعداد جسمك للجراحة

يمكنك التعافي بشكل أسرع وأسهل إذا قمت بإعداد جسمك ليكون في أفضل حالة ممكنة قبل الجراحة. يضم هذا القسم أمثلة عن الأنشطة التي يمكنك ممارستها لإعداد جسمك للجراحة. وسيساعدك فريق الرعاية في اتخاذ القرار بشأن الأنشطة

## ممارسة تمارين التنفس والسعال

مارس تمارين أخذ أنفاس عميقة والسعال قبل الجراحة. ويمكنك القيام بذلك عن طريق:

- المشي أو اللعب.
- نفخ الفقاقيع أو نفخ منديل ورقي في الهواء.
- استخدام مقياس التنفس المحفّز إذا أعطاك فريق الرعاية واحدًا.

## ممارسة التمارين

حاول ممارسة التمارين الهوائية (التمارين التي تؤدي لتسارع نبض القلب) كل يوم. ومن بين الأمثلة على التمارين الهوائية المشي أو السباحة أو ركوب الدراجة. يقدم مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) فصول مجانية عبر الإنترنت لجميع الأعمار تساعدك في زيادة معدل نشاطك. اطلب من مقدم الرعاية الصحية الخاص بك الحصول على مزيد من المعلومات.

## مارس التأمل واليقظة

يمكنك أيضًا ممارسة تمارين التنفس اليقظ والتأمل والحركة والتدليك



وأساليب العلاج بالإبر التي تمنحك الدعم خلال فترة استعدادك للجراحة.

شاهد مقاطع الفيديو لخدمة الرعاية الطبية التكاملية الخاصة بنا، والتي تساعدك في العثور على الأنشطة المناسبة لإضافتها إلى أنشطتك الاعتيادية قبل الجراحة. يمكنك أيضًا زيارة الموقع [www.mskcc.org/meditation](http://www.mskcc.org/meditation) لمشاهدة مقاطع فيديو عن التأمل الموجّه، يقدمها خبراء متخصصون في اللياقة العقلية والبدنية.

### اتباع نظام غذائي صحي

استشر أحد خبراء تغذية الأطفال في مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) بشأن كيفية الاستعداد للجراحة. يمكنك تعلّم كيفية التأكد من حصولك على أفضل تغذية ممكنة. إذا كنت تتلقى علاجات السرطان الأخرى قبل الجراحة، فقد تتسبب في تغيير حاسة التذوق لديك وفقدان الشهية إلى جانب صعوبة في الهضم. وقد يؤدي ذلك لصعوبة تناول الكمية الكافية من الطعام، ما يؤدي بدوره إلى فقدان الوزن.

يمكن أن يتعاون معك خبير تغذية الأطفال مرضى العيادات الخارجية في مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) لوضع خطة تساعدك في مواجهة صعوبات تناول الطعام. ومن المفيد أيضًا اتباع التوجيهات العامة التالية:

- تناول وجبات صغيرة بعدد أكبر. فيمكنك على سبيل المثال تناول نصف وجبة كل ساعتين أو 3 ساعات. حاول أن تتناول 6 إلى 8 وجبات صغيرة يوميًا بدلًا من 3 وجبات كبيرة.
- ضع جدول مواعيد للوجبات واحرص على اتباعه. لا تنتظر حتى تشعر بالجوع. ضع جدول المواعيد في مكان واضح للجميع.
- احتفظ بطعامك المفضل في المنزل بحيث يمكنك الوصول إليه بسهولة.

- اشترِ الأطعمة ذات الحصة الواحدة والتي يمكنك تناولها بسهولة، مثل عصائر الزبادي القابلة للشرب أو أصابع الجبن.
  - احرص على طهي الوجبات على دفعات بحيث يتبقى بعضها لتناوله في وقت لاحق.
    - احتفظ بوجبة واحدة إضافية في ثلاجتك لليوم التالي، وليس بعد ذلك.
    - وقم بتجميد الوجبات الأخرى الإضافية. وعندما تكون مستعدًا لتناول الوجبة، قم بإذابتها في الثلاجة أو الميكروويف وليس على طاولة المطبخ. ثم أعد تسخينها حتى يصدر منها البخار.
  - أضف العديد من المجموعات الغذائية وأنواع الطعام إلى نظامك الغذائي ما لم يمنعك الطبيب أو خبير التغذية من ذلك.
  - قد يكون الشرب أحيانًا أسهل من تناول الطعام. حاول الحصول على المزيد من السعرات الحرارية من المشروبات عوضًا عن السوائل الصلبة. على سبيل المثال، تناول مخفوق الحليب أو المُكمّلات الغذائية مثل PediaSure® أو Carnation Breakfast Essentials®.
  - اجعل تجربة تناول الطعام ممتعة وخالية من أي توتر. جرب تناول الطعام في أوقات الوجبات العائلية أو الوجبات الخفيفة الجماعية مع أفراد العائلة.
  - اعتبر أن التغذية تحظى بنفس أهمية الأدوية.
- تذكر اختيار الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية والغنية بالبروتين. استشر خبير تغذية الأطفال بمركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) بشأن أنسب الأطعمة بناءً على أطعمتك المفضلة أو أنماط تناول الوجبات الخاصة بك.

تناول مشروبًا غنيًا بالكربوهيدرات في صباح يوم الجراحة. سيقدم لك أحد مقدمي الرعاية الصحية زجاجة (CF)Preop® أو Ensure® قبل الجراحة لتناولها في صباح يوم الجراحة. وهي مشروبات غنية بالكربوهيدرات تخفف الشعور بالإجهاد الناجم عن الصيام (الامتناع عن تناول الطعام) قبل الجراحة. وهي تساعد في التئام الجروح والتعافي بعد الجراحة بشكل أفضل.

التقي متخصصي الرعاية الصحية الآخرين عند اللزوم. يضم مركز MSK العديد من متخصصي الرعاية الصحية الذين يمكنهم مساعدتك قبل تلقي علاج السرطان وأثناءه وبعده.

• فيما يقدم **الاختصاصيون الاجتماعيون** المساعدة بشأن الجوانب العاطفية والاجتماعية والجسدية المرتبطة بتشخيص الإصابة بالسرطان. يقدم اختصاصيوننا الاجتماعيون المشورة والمساعدة العملية. وهم يساعدون العائلات في التعامل مع مرض طفلهم ويعملون على تحسين التواصل مع أفراد العائلة والأصدقاء ومشاركة المعلومات حول الموارد المجتمعية إلى جانب المساعدة في التأقلم على العلاج الطبي.

• **اختصاصيو حياة الأطفال** هم متخصصون مُدربون خبراء في النمو والتطور البشري. إذا كنت تشعر بالقلق أو التوتر بشأن الجراحة التي ستخضع لها، فيمكنهم مساعدتك في إيجاد الطرق التي تمنحك الراحة والاسترخاء. يتميز اختصاصيو حياة الأطفال في مركز MSK بخلفيات واهتمامات عديدة في جوانب مختلفة مثل التعليم وعلم النفس والفنون الجميلة والعلاج بالفن. وتوفر مجموعة المهارات والمؤهلات الكبيرة لدينا مجتمعةً باقة متكاملة من خدمات حياة الأطفال التي تعلم على تثقيف وتمكين المرضى وعائلاتهم خلال مرحلة المرض.

- يمكن للمستشارين والمعالجين مقابلتك أنت وأفراد عائلتك وتقديم المشورة بشأن المشكلات العاطفية المرتبطة بالتعامل مع مرض السرطان. ويضم مركز تقديم المشورة بمركز MSK أيضًا مجموعات دعم تعقد الاجتماعات بشكل دوري.

قد يعرض مقدم الرعاية الصحية إحالتك إلى هذه الخدمات. ويمكنك أيضًا طلب الإحالة إذا كنت مهتمًا بذلك.

### إجراء الترتيبات للسكن عند اللزوم

توفر منشأة Ronald McDonald House مساكن مؤقتة خارج المدينة للأطفال مرضى السرطان وعائلاتهم. ويجري مركز MSK أيضًا الترتيبات مع العديد من الفنادق والمنشآت السكنية المحلية التي قد تقدم لك تخفيضات خاصة. وبوسع الاختصاصي الاجتماعي مناقشة الخيارات المتاحة لك ومساعدتك في إجراء الحجوزات. كما يمكنك الاتصال برقم 639-212-8315 للتحدث مع منسق خدمات الأطفال المرضى.

### استكمال نموذج وكيل الرعاية الصحية عند اللزوم

إذا كنت تبلغ من العمر 18 سنة أو أكثر ولم تكن قد استكملت بالفعل نموذج وكيل الرعاية الصحية، فإننا نوصيك باستكمالها الآن. وإذا كنت قد استكملت واحدًا بالفعل، أو كانت لديك أي توجيهات مسبقة أخرى، فأحضرها معك في الموعد التالي.

ويعد نموذج وكيل الرعاية الصحية مستندًا قانونيًا يحدد الشخص الذي تريد منه التحدث بالنيابة عنك إذا لم تتمكن من التواصل بنفسك. ويُعرف الشخص الذي تحدده بوكيل الرعاية الصحية.

تحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كنت ترغب في استكمال نموذج وكيل الرعاية الصحية. كما يمكنك قراءة الموارد *Advance Care*

*Planning* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-How to Be a Health Care Agent](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-How%20to%20Be%20a%20Health%20Care%20Agent)) و ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning))  
*Agent* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)) للاطلاع على معلومات حول وكلاء الرعاية الصحية، والتوجيهات المسبقة الأخرى، ومهام وكيل الرعاية الصحية.

## 7 أيام قبل جراحتك

اتبع تعليمات مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بشأن تناول الأسبرين إذا كنت تتناول الأسبرين أو دواء يحتوي على الأسبرين، فقد تحتاج إلى تغيير جرعتك أو التوقف عن تناوله 7 أيام قبل الجراحة الخاصة بك. قد يُسبب الأسبرين نزيفًا.

اتبع تعليمات مقدم الرعاية الصحية الخاص بك. **لا تتوقف عن تناول الأسبرين إلا إذا طلب منك ذلك.** للحصول على المزيد من المعلومات، اقرأ المورد *Common Medications Containing Aspirin, Other Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs (NSAIDs), or Vitamin E* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

توقف عن تناول فيتامين هـ والفيتامينات المتعددة والعلاجات العشبية والمكملات الغذائية الأخرى

توقف عن تناول فيتامين هـ والفيتامينات المتعددة والعلاجات العشبية والمكملات الغذائية الأخرى 7 أيام قبل الجراحة. فهذه المواد يمكن أن تسبب النزيف. للحصول على المزيد من المعلومات، اقرأ المصدر *Herbal Remedies and Cancer Treatment* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)).

## اصطحاب صور الأشعة عند اللزوم

سيتمين عليك اصطحاب صور الأشعة لمساعدة مقدمي الرعاية الصحية في التخطيط للجراحة الخاصة بك. وإذا كنت قد أجريتها في مكان آخر بخلاف مركز MSK، فقد يطلب منك مقدم الرعاية الصحية إحضار القرص الذي يضم نسخًا من صور الأشعة عند حضور أحد المواعيد المقررة.

## يومان قبل جراحتك

التوقف عن تناول الأدوية غير الستيرويدية المضادة للالتهابات

توقف عن تناول الأدوية غير الستيرويدية المضادة للالتهابات (NSAIDs)،

مثل إيبوبروفين (Advil®) و Motrin®) و نابروكسين (Aleve®) قبل يومين من الجراحة. فهذه الأدوية يمكن أن تسبب النزيف. للحصول على المزيد

من المعلومات، اقرأ المورد *Common Medications Containing*

*Aspirin, Other Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs (NSAIDs),*

*or Vitamin E* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)

[education/common-medications-containing-aspirin-and-other-](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)

[nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

## يوم واحد قبل جراحتك

سجل الوقت المحدد لجراحتك

سيتصل بك أحد العاملين في مكتب الإدخال للمستشفى بعد الساعة 2:00

صباحًا في اليوم السابق للجراحة. فإذا كان موعد جراحتك مقررًا يوم

الإثنين، فسيتصل بك يوم الجمعة السابق له. إذا لم تتلق أي مكالمات

بحلول الساعة 4:00 مساءً، فاتصل بالرقم 7002-639-212.

سيخبرك أحد العاملين بموعد وصولك إلى المستشفى لإجراء الجراحة.

وسيدرك أيضًا بالموقع الذي ستتوجه إليه. للحصول على معلومات عن

مواقع مركز MSK، وتشمل الاتجاهات وخيارات إيقاف السيارة، تفضل

## بزيارة دليل المواقع الخاص بنا.

استحم أو اغتسل بمحلول غلوكونات الكلورهيكسيدين 4% المطهر والمنظف للجلد (مثل محلول هيبكليس [Hibiclens]).

محلول غلوكونات الكلورهيكسيدين 4% هو منظف للبشرة يقتل الجراثيم لمدة 24 ساعة بعد استخدامه. سيساعد الاستحمام أو الاغتسال به قبل الجراحة على تقليل خطر الإصابة بالعدوى بعد الجراحة.

سيعطيك مقدم الرعاية الصحية زجاجة محلول غلوكونات الكلورهيكسيدين 4% خلال أحد المواعيد المقررة لك قبل الجراحة. ويمكنك شراؤه من الصيدلية المحلية دون الحاجة إلى وصفة طبية. استحم أو اغتسل به في الليلة السابقة للجراحة أو صباح يوم الجراحة.

1. استخدم الشامبو المعتاد لديك لغسل شعرك. اشطف رأسك جيدًا.

2. استخدم الصابون المعتاد لديك لغسل وجهك والمنطقة التناسلية. اشطف جسمك جيدًا بالماء الدافئ.

3. افتح زجاجة محلول غلوكونات الكلورهيكسيدين 4%. صب القليل منه في يدك أو في قطعة قماش نظيفة. وتجنب تخفيفه (خلطه بالماء).

4. ابتعد عن تيار الدُش أو قف في حوض الاستحمام. افرك محلول غلوكونات الكلورهيكسيدين 4% برفق على جسمك من رقبتك إلى قدميك. لا تضعه على وجهك أو منطقتك التناسلية.

5. اشطف محلول غلوكونات الكلورهيكسيدين 4% بالماء الدافئ.

بعد الاستحمام أو الاغتسال، جف جسمك بمنشفة نظيفة. ارتدِ بيجامة أو ملابس نظيفة. تجنب وضع أي غسول أو كريم أو مزيل عرق أو مكياج أو بودرة أو عطر أو كولونيا.

## تعليمات الأكل قبل الجراحة الخاصة بك



**لا تأكل أي شيء بعد منتصف الليل في الليلة السابقة لجراحتك.** وهذا يشمل الحلوى الصلبة والعلكة.

صباح يوم جراحتك

تعليمات الشرب قبل الجراحة الخاصة بك

يمكنك الاستمرار في تناول الحليب الصناعي أو حليب الثدي والسوائل الشفافة بعد منتصف الليل. اتبع التعليمات الواردة في الجدول التالي. لا بأس بغسل أسنانك وتناول أدوية مع رشفة ماء صغيرة.

| نوع السائل  | الكمية التي يمكن شربها   | متى يجب التوقف  |
|---|--|---|
| <b>الحليب الصناعي</b>   | • أي كمية  | يجب التوقف عن شرب الحليب الصناعي قبل 6 ساعات من موعد الوصول المحدد. |
| <b>حليب الثدي</b>   | • أي كمية  | يجب إيقاف الرضاعة الطبيعية قبل 4 ساعات من وقت الوصول المحدد.        |
| <b>السوائل الصافية، مثل الماء وعصائر الفاكهة بدون اللب، والمشروبات الغازية، والشاي بدون حليب، والقهوة بدون حليب</b> | • الأطفال في عمر 0 إلى 3 سنوات: حتى 4 أونصات (120 مللي لتر)<br>• الأطفال في عمر 4 إلى 8 سنوات: حتى 6 أونصات (180 مللي لتر)<br>• الأطفال في عمر 9 إلى 13 سنة: حتى 8 | يجب إيقاف تناول السوائل الصافية قبل ساعتين من وقت الوصول المحدد.    |



|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p><b>أونصات (240 مللي لتر)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• الأطفال في عمر 13 سنة وأكثر: حتى 12 أونصة (360 مللي لتر)</li> </ul> |  |
|--|--|--|

تعليمات الشرب قبل الجراحة الخاصة بك



**تناول مشروب الكربوهيدرات الذي قدمه لك مقدم الرعاية الصحية عن آخره قبل ساعتين من موعد وصولك المحدد.** سيخبرك مقدم الرعاية الصحية بالكمية التي يمكنك تناولها.

**لا تشرب أي شيء قبل ساعتين من موعد وصولك المحدد.** ويشمل ذلك الحليب الصناعي وحليب الثدي والماء وأي سوائل صافية أخرى.

تناول الأدوية الخاصة بك حسب التعليمات إذا أخبرك مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بتناول بعض الأدوية في صباح يوم الجراحة، فتناول تلك الأدوية فقط مع رشفة من الماء. وتبعًا للأدوية التي تتناولها، فإنه قد يسمح لك بتناول كل الأدوية التي تتناولها عادةً في الصباح أو بعضها أو لا يسمح بأي منها.

نقاط يجب تذكرها

- إذا كنت ترتدي عدسات لاصقة، فارتد نظارتك بدلًا منها. قد يؤدي ارتداء العدسات اللاصقة أثناء الجراحة إلى الإضرار بعينيك.
- لا ترتدي أية أشياء معدنية. انزعي جميع المجوهرات، بما في ذلك أقراط الجسم. قد تتسبب الأدوات المستخدمة أثناء الجراحة في

إصابتك بحروق إذا لامست المعدن.

• لا تضع أي كريم أو مزيل عرق أو مكياج أو بودرة أو عطر أو كولونيا.

ما ينبغي إحصاره

• أحد كائنات الراحة (مثل بطانية الأمان أو الدُمية).

• جهاز إلكتروني محمول واحد أو اثنين (مثل الهاتف الذكي أو الجهاز اللوحي) والشاحن الخاص به.

• جميع الأدوية التي تتناولها، وتشمل الأدوية الموصوفة وتلك التي تُصرف بدون وصفة طبية والمُكملات الغذائية، إلى جانب أي لصقات وكريمات.

• مقياس التنفس المحفّز إذا كنت تستخدم واحدًا.

• نموذج وكيل الرعاية الصحية الخاص بك والتوجيهات المسبقة الأخرى، إذا قمت بإكمالها.

• هذا الدليل. سيستخدمه فريق الرعاية الصحية لإعلامك بكيفية الاعتناء بنفسك بعد الجراحة.

بمجرد دخولك المستشفى

عندما تتوجه إلى المستشفى، استقل المصعد B إلى الطابق السادس. قم بتسجيل الوصول على المكتب الموجود في غرفة الانتظار بمركز رعاية ما قبل الجراحة (PSC).

سيطلب منك العديد من أعضاء فريق الرعاية الصحية ذكر اسمك وتاريخ ميلادك وتهجي حروفهما وهذا الأمر حفاظًا على سلامتك. فقد يكون هناك أشخاص لهم أسماء مماثلة سيخضعون للجراحة في نفس اليوم.

عندما يحين وقت تغيير الملابس لإجراء الجراحة، سترتدي سِرْبَال المستشفى، ورداء وجوارب غير قابلة للانزلاق.

## مقابلة الممرضة

ستقابل الممرضة قبل الجراحة. أخبرها بجرعات أي أدوية تناولتها بعد منتصف الليل (بما في ذلك الأدوية والموصوفة وتلك التي تُصرف بدون وصفة طبية، واللصقات، والكريمات) وأوقات تناولها.

إذا كان لديك منفذ وريدي مغروس أو قسطرة وريدية مركزية، فستتولى الممرضة توصيله. وإلا، فسيقوم طبيب التخدير بتركيب قُنِيَّة وريدية (IV) في أحد أوردتك داخل غرفة العمليات.

## مقابلة طبيب التخدير

ستلتقي أيضًا طبيب التخدير قبل الجراحة. وسيقوم بما يلي:

- مراجعة سجلك الطبي معك.
- سؤالك عما إذا كنت قد واجهت أي مشكلات بخصوص التخدير فيما مضى، بما في ذلك الغثيان أو الألم.
- التحدث معك بشأن راحتك وسلامتك أثناء الجراحة الخاصة بك.
- التحدث معك بشأن نوع التخدير الذي ستتلقاه.
- الرد على أسئلتك بشأن التخدير الذي ستتلقاه.

## الاستعداد للجراحة

وعندما يحين وقت الجراحة، ستتوجه إلى غرفة العمليات إما سيرًا على قدميك أو سيأخذك إليها أحد أعضاء الفريق على نقالة. وسيساعدك أحد أعضاء فريق غرفة العمليات على اعتلاء سرير العملية.

بمجرد أن تشعر بالراحة، سيقوم طبيب التخدير بتخديرك وستخلد إلى النوم. ستحصل أيضًا على السوائل عن طريق المنفذ الوريدي المغروس أو

القسطرة الوريدية المركزية أو القُنْيَّة الوريدية (IV) أثناء الجراحة وبعدها.

## أثناء الجراحة

بعد أن يتم تخديرك تمامًا، سيوضع أنبوب تنفس داخل مجرى التنفس لمساعدتك على التنفس. وسيتم أيضًا تركيب قسطرة بولية (Foley) لنزح البول من مثانتك.

بعد الانتهاء من الجراحة، سيتم إغلاق الشق (الشقوق) الجراحي بالغرز الجراحية (الخيطة) أو Dermabond® (مادة جراحية لاصقة) أو Steri-Strips™ (قطع رفيعة من شريط لاصق). وستتم تغطيتها أيضًا بضمادة.

## بعد الجراحة

ستوضح لك المعلومات الواردة في هذا القسم ما يمكنك توقعه بعد الجراحة، أثناء الإقامة في المستشفى وبعد مغادرتها. ستتعلم كيفية التعافي بشكل آمن من الجراحة.

أثناء قراءة هذا القسم، دوّن أي أسئلة واستفسر عنها من مقدم الرعاية الصحية.

في وحدة الرعاية المُركزة للأطفال (PICU) أو وحدة رعاية ما بعد التخدير (PACU)

عندما تستيقظ بعد الجراحة، ستكون في وحدة الرعاية المُركزة للأطفال (PICU) أو وحدة رعاية ما بعد التخدير (PACU). إذا كنت في وحدة رعاية ما بعد التخدير، فسينقلك أحد أعضاء الطاقم الطبي إلى وحدة الرعاية المُركزة للأطفال بمجرد توافر سرير جاهز.

وستقوم ممرضة بمراقبة العلامات الحيوية لديك (درجة حرارتك ونبضك وضغط دمك ومستويات الأكسجين لديك). وربما يظل أنبوب التنفس مُركبًا

لديك. وإلا، فقد تحصل على الأكسجين عن طريق أنبوب رفيع يستقر أسفل أنفك أو قناع يغطي أنفك وفمك.

## مسكنات الألم

بعد الجراحة مباشرة، سيتم إعطاؤك دواءً مسكنًا للألم عن طريق المنفذ الوريدي المغروس أو القسطرة الوريدية المركزية أو القنية الوريدية. وقد تحصل على دواء إضافي مسكن للألم عن طريق قسطرة الحيز فوق الجافية أو قسطرة العصب المحيطي (تخدير العصب). أبلغ مقدمي الرعاية الصحية إذا شعرت بأي ألم.

سيكون بوسعك التحكم في الدواء المُسكن للألم باستخدام زر يُسمى جهاز التحكم الذاتي بمُسكن الألم (PCA). لمزيد من المعلومات، اقرأ المصدر *جهاز التحكم الذاتي بمُسكن الألم* ([www.mskcc.org/ar/cancer-PCA](http://www.mskcc.org/ar/cancer-PCA)) ([www.mskcc.org/ar/cancer-PCA/care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/ar/cancer-PCA/care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)).

## الأنابيب وأجهزة النزح

سيتم تركيب واحد أو أكثر من الأنابيب وأجهزة النزح التالية لك بعد الجراحة. سيخبرك فريق الرعاية بما يمكنك توقعه.

- أنبوب صدر. يساعد في تصريف الهواء ونزح الماء من المنطقة المحيطة برئتك.
- أجهزة نزح السوائل من البطن. تساعد في نزح السوائل من بطنك. وهي تبرز من الشق الجراحي ويتم تثبيتها بالغرز في مكانها.
- أنبوب تغذية. يُستخدم لإعطائك العناصر الغذائية.
- أنبوب تنفس. يساعدك على التنفس.
- أنبوب شرياني. يتتبع ضغط الدم لديك.

سيُعْتَنِي مقدمو الرعاية الصحية بالأنابيب وأجهزة النرح أثناء إقامتك في المستشفى. ويتم نزع أي أنابيب أو أجهزة نرح لدى معظم الأشخاص عندما يكونون مستعدين لمغادرة المستشفى. وسيظل لديك أنبوب أو جهاز نرح مُركب عند مغادرتك، وسيُعلمك مقدمو الرعاية الصحية كيفية الاعتناء به في المنزل. وسيُأكدون أيضًا من حصولك على المستلزمات التي تحتاجها.

## العلاج الطبيعي والمهني

إذا كنت تحتاج إلى المساعدة بشأن الحركة أو الحبو أو المشي على قدميك أو اللعب أو أداء مهام الرعاية الذاتية بعد الجراحة، فقد يزورك اختصاصي علاج طبيعي أو علاج مهني أو قد يزورك كلاهما.

- يمكن أن يساعدك اختصاصي العلاج الطبيعي في الحركة وأداء المهام بشكل أفضل بعد الجراحة. وهو يساعدك على استعادة القوة والالتزان وتنسيق الحركات المطلوب لفعل أشياء مثل الحبو والمشى وصعود الدرج واللعب وممارسة الرياضة.

- فيما يساعدك اختصاصي العلاج المهني في تحسين مهاراتك المطلوبة للقيام بالأنشطة اليومية المهمة. فهو يساعدك على مواجهة مشكلات بشأن مهام الرعاية الذاتية (مثل ارتداء ملابسك وغسل أسنانك)، إلى جانب أنشطة اللعب أو المهارات المطلوبة للدراسة أو العمل.

وسيُخبرك اختصاصي العلاج الطبيعي والمهني بعدد مرات أداء تمارين العلاج الطبيعي أو العلاج المهني أو كليهما. للحصول على المزيد من المعلومات، اقرأ المورد *Staying Active Before and After Surgery for Pediatric Patients* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/staying-active-peds](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/staying-active-peds)).

## الانتقال إلى غرفة المستشفى

تعتمد مدة إقامتك في وحدة الرعاية المُركزة للأطفال على سرعة تعافيك. يقيم أغلب الأشخاص لمدة يوم واحد أو يومين. ستقيم في وحدة الرعاية المُركزة للأطفال حتى:

- يتم نزع أنبوب التنفس والأنبوب الشرياني في حالة تركيبهما.
  - تستطيع النهوض من السرير والحركة.
  - تستطيع ممارسة تمارين التنفس (مثل استخدام مقياس التنفس المحفّز أو العجلة الهوائية).
  - إذا كانت علامتك الحيوية في النطاق المقبول.
- بمجرد أن تكون مستعدًا، سيصطحبك أحد أعضاء الفريق إلى غرفة المرضى الداخليين بالمستشفى.

## في غرفة المستشفى

تتوقف المدة التي تقضيها في المستشفى بعد الجراحة على تعافيك وعلى خطة العلاج الفردية الخاصة بك. سيخبرك فريق الرعاية بما يمكنك توقعه.

عند انتقالك إلى غرفة المستشفى، ستلتقي بإحدى الممرضات التي تقدم لك الرعاية أثناء إقامتك في المستشفى. أثناء وجودك في المستشفى، سيُعلمك مقدمو الرعاية الصحية بكيفية الاعتناء بنفسك خلال فترة التعافي من الجراحة. يمكنك تعزيز قدرتك على التعافي بشكل أسرع باتباع الخطوات التالية:

- **اقرأ مسار التعافي الخاص بك.** سيقدم لك مقدم الرعاية الصحية مسارًا يتضمن أهداف التعافي الخاصة بك، إذا لم تكن قد حصلت على واحد بالفعل. وهو يساعدك في معرفة ما يجب أن تفعله وتوقعه كل

يوم أثناء فترة التعافي.

• **ابدأ الحركة بمجرد أن تستطيع ذلك.** فبمجرد أن تنهض من السرير وتتحرك أو تحبو أو تمشي على قدميك، ستتمكن من العودة لممارسة أنشطتك المعتادة بسرعة أكبر.

• **مارس تمارين الرئتين.** استخدم مقياس التنفس المحفّز أو العجلة الهوائية لمساعدة رئتيك على التمدد بالكامل. حيث يساعد ذلك في منع الإصابة بالالتهاب الرئوي (عدوى الرئة).

• **مارس التمارين الرياضية.** سيُعلمك اختصاصيو العلاج الطبيعي والمهني بالأنشطة والتمارين التي تساعد في بناء قوتك.

يمكنك استخدام القائمة المرجعية لأهداف الخروج من المستشفى على حساب MyMSK لتتبع مستوى تقدمك خلال مدة التعافي. للحصول على المزيد من المعلومات، اقرأ المورد *How to Use Your MyMSK Goals to Discharge Checklist* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mysk-goals-discharge-checklist](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mysk-goals-discharge-checklist)).

وسيتتبع فريق الرعاية الصحية كمية السوائل التي يتم نزعها من أنبوب الصدر وجهاز نزع السوائل من البطن لديك. وعندما تصبح كمية السوائل منخفضة بما يكفي، فسيزيلون الأنبوب أو جهاز النزع.

**السيطرة على الألم**

ستشعر ببعض الألم بعد الجراحة. وسيضع مقدمو الرعاية الصحية خطة للسيطرة على الألم لمنحك أكبر قدر ممكن من الراحة.

• ستحصل أيضًا على الأدوية المُسكنة للألم الأفيونية (المُخدِّرة) لمدة وجيزة لعلاج الألم بعد الجراحة. ستحصل على أقل جرعة من هذه الأدوية وتتناولها لأقصر مدة ممكنة مطلوبة.



- ستتلقى بعض الأنواع الأخرى للأدوية المُسكنة للألم لمنحك الشعور بالراحة وحتى تستهلك جرعات أقل من الدواء (الأدوية) الأفيوني.
- وقد تحصل على التخدير في الحيز فوق الجافية أو تخدير العصب.

سيحدث إليك فريق تخفيف الألم والرعاية التلطيفية للأطفال وطبيب التخدير الخاص بك بشأن خطة السيطرة على الألم الخاصة بك ويردون على أسئلتك.

وسيقوم مقدمو الرعاية الصحية بزيارتك كل يوم للتأكد من السيطرة على الألم بشكل جيد قدر الإمكان. إذا كنت تعاني من الألم، فأخبر أحد مقدمي الرعاية الصحية بذلك. فمن المهم السيطرة على الألم حتى يكون بوسعك ممارسة تمارين التنفس والحركة. كما أن السيطرة على الألم تساعدك في التعافي بشكل أفضل.

ستحصل على وصفة طبية للأدوية الفموية المُسكنة للألم (التي يتم بلعها) قبل مغادرة المستشفى. تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك حول الأعراض الجانبية المحتملة ومتى تبدأ التحول إلى استخدام الأدوية المُسكنة للألم التي تُصرف بدون وصفة طبية. اصطحب الدواء الموصوف المُسكن للألم معك خلال زيارة المتابعة في العيادة.

السيطرة على الألم عن طريق الرعاية الطبية التكاملية بوسع اختصاصيو الرعاية الطبية التكاملية تقديم الدعم لك إذا كنت تشعر بالألم بعد الجراحة. يمكننا مساعدتك في ممارسة التأمل واليقظة عن طريق تمارين التنفس والحركة القائمة على اليقظة واستخدام أساليب التخيل الموجه. وقد يوفر التدليك والعلاج بالموسيقى بعض الراحة لك. يمكن اتباع الأساليب المرحية عن طريق الرقص لتحسين حالتك المزاجية وتشتيت انتباهك عن الألم. إذا كنت مهتمًا بالسيطرة على الألم من خلال

الرعاية الطبية التكاملية، فاسأل أحد أعضاء فريق الرعاية عن مستشار الرعاية الطبية التكاملية.

## الحركة والمشى

تساعدك الحركة والمشى في تخفيف مخاطر حدوث الجلطات الدموية والالتهاب الرئوي. كما تساعدك في إخراج الريح وتسهيل حركة الأمعاء (التبرز) مرة أخرى. يجب أن تبرز قبل خروجك من المستشفى.

يمكنك الحركة من خلال المشى إلى الحوض أو المرحاض أو المشى في أرجاء الوحدة. ستساعدك الممرضة أو أخصائي العلاج الطبيعي أو أخصائي العلاج المهني على الحركة عند اللزوم. تتوفر أيضًا أنواع العلاج بالحركة القائمة على اليقظة، مثل العلاج بالرقص وممارسة رياضة تاي تشي واليوجا. إذا كنت مهتمًا بالعلاج بالحركة القائمة على اليقظة، فاسأل أحد أعضاء فريق الرعاية عن مستشار الرعاية الطبية التكاملية.

## ممارسة تمارين الرئتين

يجدر بك ممارسة تمارين الرئتين حتى تتمدداً بالكامل. حيث يساعد ذلك في منع الإصابة بالالتهاب الرئوي.

- استخدم مقياس التنفس المحفّز أو العجلة الهوائية 10 مرات كل ساعة أثناء الاستيقاظ. لمزيد من المعلومات، اقرأ كيفية استخدام جهاز قياس التنفس المحفّز ([www.mskcc.org/ar/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/ar/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)).

- مارس تمارين السعال والتنفس العميق. وسيعلمك أحد أعضاء فريق الرعاية بكيفية ممارستها. من الأفضل ممارسة تلك التمارين مباشرةً بعد تناول الدواء المُسكن للألم. ومن المفيد وضع وسادة على الشق الجراحي أثناء ممارسة التمارين.

يمكن لأحد مقدمي الرعاية الطبية التكاملية بمركز ميموريال سلون  
كيترينج (MSK) مساعدتك أيضًا في ممارسة تمارين الرثتين من خلال  
توجيهك لأساليب التنفس أو التأمل.

## تناول الأطعمة والمشروبات

لن يكون بإمكانك تناول أي طعام أو مشروبات لمدة 3 أيام على الأقل بعد  
الجراحة. وستحصل على التغذية بالكامل عن طريق تركيبة غذائية سائلة  
تُعطى لك عبر أنبوب التغذية. وهذه التركيبة الغذائية سهلة الهضم  
ويستطيع الجسم امتصاصها بسهولة. وهي تحتوي على جميع العناصر  
الغذائية التي يحتاجها جسمك.

## التغذية عن طريق الأنبوب بعد الجراحة

معدل التغذية عبر الأنبوب هو كمية التركيبة الغذائية التي تحصل عليها عن  
طريق أنبوب التغذية كل ساعة. وهي تُقاس بعدد وحدات مللي لتر كل  
ساعة.

جدول التغذية المستهدف هو معدل التغذية عبر الأنبوب وعدد الساعات  
التي تعطيك الكمية المناسبة من السعرات الحرارية والبروتين والسوائل.

وسيحسب خبير تغذية الأطفال المرضى الداخليين في مركز MSK جدول  
التغذية المستهدف الخاص بك بناءً على طولك ووزنك. سيكون معدل  
تغذيتك عبر الأنبوب منخفضًا في البداية. وستتم زيادة معدل التغذية عبر  
الإنبوب ببطء حتى تصل إلى المعدل أو الجدول المستهدف.

ربما تستمر في الحصول على بعض التغذية عن طريق أنبوب التغذية بعد  
مغادرة المستشفى. وفي هذه الحالة، سيُعلم خبير تغذية الأطفال المرضى  
الداخليين في مركز MSK مدير حالتك بالتركيبة الغذائية والمستلزمات التي  
ستحتاجها في المنزل. وسيتعاون مدير حالتك مع إحدى شركات الرعاية

المنزلية لإرسال التركيبة الغذائية التي ستحصل عليها عبر أنبوب التغذية فضلاً عن المستلزمات المطلوبة إلى منزلك.

إذا كنت ستحصل على التغذية عبر الأنبوب بعد مغادرة المستشفى، فستتعلم كيفية استخدام مضخة التغذية عبر الأنبوب أثناء إقامتك في المستشفى. تأكد من استخدامها بشكل مريح قبل مغادرة المستشفى.

### تناول الطعام بعد الجراحة

سيحدد لك فريق الجراحة الوقت حيث يمكنك البدء في تناول الطعام والمشروبات. ويكون غالبًا بعد بضعة أيام من الجراحة. ستبدأ أولاً بشرب السوائل فقط. وبعد ذلك، تبدأ تدريجيًا في تناول الأطعمة الصلبة عندما تستعيد قدرتك على تناول كمية أكبر منها.

سيلتقيك خبير تغذية الأطفال المرضى الداخليين في مركز MSK للتحدث بشأن أنواع الطعام التي يمكنك إضافتها إلى نظامك الغذائي بعد الجراحة. ومن الأفضل اختيار الأطعمة الغنية بالبروتين حتى يحصل الجسم على العناصر الغذائية المطلوبة للتعافي بعد الجراحة بشكل أفضل. بعد أن تبدأ في تناول كمية أكبر من الأطعمة الصلبة، فسيتحدث إليك خبير تغذية الأطفال المرضى الداخليين في مركز MSK. وسيحدد لك أهدافًا لتناول الطعام ويناقش معك كمية السعرات الحرارية التي يمكنك تناولها لتقليل كمية التغذية عبر الأنبوب.

### السيطرة على التغييرات في وظائف الأمعاء

يصاب بعض الأشخاص بالإسهال (براز رخو أو مائي) أثناء إقامتهم في المستشفى بعد الجراحة. إذا كنت مصابًا بالإسهال، فسيساعدك فريق الرعاية الصحية في السيطرة عليه.

### الاستحمام

اغسل وجهك وأسنانك وقم بتغيير ملابسك كل يوم. اطلب المساعدة من أحد مقدمي الرعاية الصحية عند اللزوم.

سيكون بإمكانك الاستحمام بمساعدة شخص آخر بعد مرور 48 ساعة (يومين) من نزع آخر أنبوب أو جهاز نزع.

## الخضوع للعلاج الكيماوي

إذا كنت ستتلقى العلاج الكيماوي في إطار برنامج علاج السرطان، فقد تتلقى العلاج الكيماوي أثناء إقامتك في المستشفى. سيناقش معك فريق الرعاية الصحية ما يمكنك توقعه. إذا كان فريق الرعاية الأقرب إلى منزلك يدير برنامج خضوعك للعلاج الكيماوي، فسيتعاون معهم فريق الرعاية الخاص بك في مركز MSK للتخطيط للعلاج الذي تتلقاه وإدارته.

## مغادرة المستشفى

عندما تكون مستعدًا لمغادرة المستشفى، فسيكون الشق الجراحي لديك قد بدأ في الالتئام. قبل المغادرة، ألق نظرة على الشق الجراحي مع متعهد الرعاية وأحد مقدمي الرعاية الصحية. حيث إن ذلك يساعدك على ملاحظة أي تغييرات لاحقًا.

قبل مغادرة المستشفى، سيُدون أحد مقدمي الرعاية الصحية الخاص بك أوامر الخروج من المستشفى والوصفات الطبية. وستحصل أيضًا على تعليمات الخروج من المستشفى مكتوبة. وسيراجع أحد مقدمي الرعاية الصحية هذه التعليمات معك قبل المغادرة.

## في المنزل

### السيطرة على الألم

يعاني المرضى من الألم أو عدم الراحة لفترات زمنية مختلفة. قد يستمر شعورك ببعض الألم بعد عودتك إلى المنزل وسيزول غالبًا بتناول الدواء

المُسكن للألم. وقد يشعر البعض بالألم أو الشد أو ألم العضلات حول الشق الجراحي لمدة شهر أو شهرين. ولا ينبغي أن يثير هذا الكثير من القلق.

اتبع الإرشادات التالية للمساعدة في السيطرة على الألم في المنزل.

- تناول الأدوية الخاصة بك حسب التوجيهات وعند اللزوم.
- اتصل بمقدم الرعاية الصحية إذا لم يؤدي تناول الدواء الموصوف لك إلى تسكين الألم.
- خلال فترة التئام الشق الجراحي، سيقل شعورك بالألم ومن ثم تحتاج إلى قدر أقل من الأدوية المُسكنة للألم. يساعد مُسكن الألم المتاح دون وصفة طبية مثل أسيتامينوفين (®Tylenol) أو إيبوبروفين (®Advil) في تخفيف الشعور بالألم والانزعاج.
  - اتبع تعليمات مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بشأن التوقف عن تناول الأدوية المُسكنة للألم الموصوفة.
  - لا تتناول جرعة أكبر من تلك المقررة على الملصق الخاص بأي دواء أو حسب إرشادات مقدم الرعاية الصحية الخاص بك.
  - اقرأ الملصقات على جميع الأدوية التي تتناولها، لا سيما إن كنت تتناول دواء أسيتامينوفين. يُعد دواء أسيتامينوفين مكونًا أساسيًا في العديد من الأدوية التي تُصرف بدون وصفة طبية وكذلك الأدوية التي تُصرف بوصفة طبية. فتناول الكثير منه يُمكن أن يُسبب ضررًا للكبد. لا تتناول أكثر من دواء واحد يحتوي على أسيتامينوفين بدون التحدث إلى أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية.
- يجب أن يساعدك الدواء المُسكن للألم في استئناف أنشطتك المعتادة. تناول الجرعة الكافية من الدواء لأداء أنشطتك وتمارينك الرياضية

بشكل مريح. من الطبيعي أن يزيد الشعور بالألم قليلاً مع زيادة النشاط البدني.

- سجّل أوقات تناول الدواء المُسكن للألم. ويظهر أفضل تأثير له بعد 30 إلى 45 دقيقة من تناوله. ويكون تناوله في بداية شعورك بالألم أفضل من الانتظار حتى يتفاقم الألم.

وقد تسبب بعض الأدوية الموصوفة المُسكنة للألم (مثل الأفيونات) الإمساك.

منع حدوث الإمساك والسيطرة عليه

تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية بشأن كيفية منع حدوث الإمساك والسيطرة عليه. ويمكنك أيضًا اتباع التوجيهات الواردة أدناه.

- حاول التبرز في نفس الوقت كل يوم. وسيعتاد الجسم على التبرز في ذلك الوقت. وإذا شعرت بالحاجة للتبرز في وقت آخر، فلا تحبس البراز.
- حاول التبرز بعد 5 إلى 15 دقيقة من تناول الوجبات. ويُفضل محاولة التبرز بعد الإفطار. حيث تكون منعكسات القولون في أقوى حالاتها في هذا الوقت.
- ابذل النشاط البدني قدر استطاعتك.
- ناقش مع خبير التغذية السريري الخاص بك كمية السوائل التي ينبغي لك تناولها كل يوم. استهدف تناول أكبر قدر ممكن من السوائل كل يوم قدر الإمكان.

- اختر السوائل مثل الماء والعصائر (مثل عصير البرقوق المجفف أو العنب أو الكمثرى) والمرق والآيس كريم المخفوق.
- تجنب السوائل المحتوية على الكافيين (مثل القهوة والصودا). وذلك

لأن هذه المشروبات تطرد السوائل خارج الجسم.

- أكثر تدريجيًا من الألياف في نظامك الغذائي. تحدث مع خبير التغذية السريري بشأن مقدار الألياف التي يمكنك تناولها كل يوم. إذا كانت قد أُجريت لك فغرة أو خضعت مؤخرًا لجراحة في الأمعاء، فناقش ذلك مع مقدم الرعاية الصحية قبل إجراء أي تغييرات على نظامك الغذائي. فيما يلي الأطعمة الغنية بالألياف:

- خبز النخالة أو مقرمشات أو وجبات القمح الكامل الأخرى
- الحبوب الكاملة والخبز
- الخضراوات والفواكه غير المُقشرة
- السلطة الخضراء
- المشمش والتين والزبيب المجفف

- تتوفر الأدوية التي تُصرف مع أو بدون وصفة طبية لعلاج الإمساك. ناقش تلك المسألة مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك قبل تناول أي أدوية لعلاج الإمساك، لا سيما إن كانت قد أُجريت لك فغرة أو خضعت لجراحة في الأمعاء.

### العناية بالشق الجراحي

ستتم تغطية الشق الجراحي بصبغ جراحي يُسمى Dermabond®. تجنب لمس أو تقشير الصبغ الجراحي Dermabond. فسيسقط من تلقاء نفسه.

إذا تم نزع جهاز النزح قبل مغادرتك المستشفى مباشرةً، فقد توضع ضمادة فوق هذا الموضع. ويمكنك نزع الضمادة بعد مرور 24 ساعة إلى 48 ساعة (يوم إلى يومين). اتبع تعليمات مقدم الرعاية الصحية الخاص بك.

اتصل بعيادة مقدم الرعاية الصحية الخاص بك في الحالات التالية:



- احمرار الجلد المحيط بالشق الجراحي بشدة.
- احمرار الجلد المحيط بالشق الجراحي بشكل آخذ في التزايد.
- إذا لاحظت نزحًا مثل الصديد (كثيف ويشبه الحليب).
- انبعاث رائحة كريهة من الشق الجراحي.

## الاستحمام أو الاغتسال

يمكنك اتباعك نظامك المعتاد في الاستحمام ما لم تكن قد غادرت المستشفى ولا يزال جهاز نرح مُركبًا في مكانه لديك. إذا كان لديك جهاز نرح، فلا تستحم حتى تتم إزالته.

تجنب غمر الشق الجراحي في الماء (مثل حوض الاستحمام أو حمام السباحة) لمدة 14 يومًا بعد الجراحة.

## تناول الأطعمة والمشروبات

سيساعدك خبير تغذية الأطفال المرضى الداخليين في مركز MSK على إدارة نظامك الغذائي والتغذية بعد مغادرة المستشفى. وسيناقش معك الأطعمة التي يمكنك إضافتها إلى نظامك الغذائي لمساعدتك على التعافي بعد الجراحة، أو اكتساب الوزن، أو كليهما. وإذا كنت تحصل على التغذية عبر أنبوب في المنزل، فسيناقش معك جدول ومعدل التغذية عبر الأنبوب.

اتصل بمقدم الرعاية الصحية إذا لم ترجع شهيتك إلى طبيعتها بعد بضعة أيام أو إذا أصبت بالقيء.

## النشاط البدني والتمارين

يمكنك معاودة ممارسة أغلب أنشطتك المعتادة بمجرد رجوعك إلى المنزل. تجنب ممارسة الرياضات الجماعية التي تتضمن الاحتكاك والأعمال المنزلية الشاقة لمدة 6 أسابيع تقريبًا بعد الجراحة. فهذه هي

المدة التي يستغرقها التئام الشق الجراحي.

العودة إلى المدرسة

يمكنك العودة إلى المدرسة بمجرد شعورك بأنك مستعد لذلك.

السفر

لا يحتاج أغلب الأشخاص لاتباع أي إرشادات خاصة بشأن السفر. ولا بأس بالسفر بالطائرة.

موعد المتابعة

قد تُرتب عيادة الجراح موعد المتابعة الخاص بك قبل مغادرتك المستشفى. أو قد يتم الاتصال بك لتحديد هذا الموعد بعد رجوعك إلى المنزل. يمكن تحديد موعد المتابعة إما بشكل شخصي أو عبر الطبيب عن بُعد.

متى يجب الاتصال بمقدم الرعاية الصحية

اتصل بمقدم الرعاية الصحية في الحالات التالية:

- عندما يبدو الشق الجراحي أحمر اللون أو يزداد الاحمرار المحيط به.
- نزح سائل من الشق الجراحي.
- عندما يبدأ تورم المنطقة المحيطة بالشق الجراحي أو يزداد هذا التورم.
- إذا شعرت بفقدان الشهية (عدم الرغبة في تناول الطعام).
- القيء
- كانت لديك أية أسئلة أو شواغل.

معلومات الاتصال

يمكنك الاتصال بمكتب مقدم الرعاية الصحية أيام الاثنين إلى الجمعة من الساعة 9:00 صباحًا حتى الساعة 5:00 مساءً.

أما بعد الساعة 5:00 مساءً أو خلال عطلات نهاية الأسبوع والعطلات الرسمية، فيمكنك الاتصال برقم 2000-639-212 وطلب التحدث إلى مناب مقدم الرعاية الصحية.

## خدمات الدعم

يضم هذا القسم قائمة بخدمات الدعم التي من شأنها مساعدتك في الاستعداد للجراحة الخاصة بك والتعافي بشكل آمن.

أثناء قراءة هذا القسم، دوّن أي أسئلة واستفسر عنها من مقدم الرعاية الصحية.

خدمات دعم مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK)

### مكتب الإدخال للمستشفى

212-639-7606

اتصل بهذا الرقم إذا كانت لديك أسئلة متعلقة بإدخالك للمستشفى، بما في ذلك طلب غرفة خاصة.

### التخدير

212-639-6840

اتصل بهذا الرقم إذا كانت لديك أسئلة متعلقة بالتخدير

### غرفة المتبرعين بالدم (Blood Donor Room)

212-639-7643

اتصل بهذا الرقم للحصول على مزيد من المعلومات إذا كنت مهتمًا بالتبرع بالدم أو الصفائح الدموية.

## Bobst International Center

888-675-7722

يرحب مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) بالمرضى من جميع أنحاء العالم. إذا كنت مريضًا دوليًا، فاطلب المساعدة في إجراء الترتيبات اللازمة لرعايتك.

### مركز المشورة

0200-888-646

يستفيد الكثير من الأشخاص من المشورة. ونحن نقدم خدمات المشورة للأفراد والأزواج والأسر والمجموعات، كما نقدم الأدوية لمساعدتك إذا شعرت بالقلق أو الاكتئاب. لتحديد موعد، اطلب من مقدم الرعاية الصحية إحالتك أو اتصل بالرقم الوارد أعلاه.

### برنامج مخزن الطعام (Food Pantry)

646-888-8055

يوفر برنامج مخزن الطعام الطعام للمحتاجين خلال تلقيهم علاج السرطان. للحصول على المزيد من المعلومات، تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية أو اتصل بالرقم الوارد أعلاه.

### الخدمات الطبية التكاملية

646-888-0800

تقدم الخدمات الطبية التكاملية العديد من الخدمات المكملة للرعاية الطبية التقليدية (والتي تتوافق معها)، وتشمل العلاج بالموسيقى، والعلاجات العقلية/البدنية والعلاج بالرقص والحركة واليوجا والعلاج باللمس.

### مكتبة ميموريال سلون كيترينج (MSK)

library.mskcc.org

212-639-7439

يمكنك زيارة الموقع الإلكتروني للمكتبة أو التحدث إلى الفريق المرجعي بالمكتبة للعثور على المزيد من المعلومات عن نوع السرطان المحدد الذي أصابك. كما يمكنك زيارة LibGuides على الموقع الإلكتروني لمكتبة MSK وعنوانه [libguides.mskcc.org](http://libguides.mskcc.org).

## **موقع تثقيف المريض و متعهدي الرعاية (Patient and Caregiver Education)**

[www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)

تفضل بزيارة موقع تثقيف المريض ومقدم الرعاية الإلكتروني للبحث في مكتبتنا الافتراضية. وهناك، يُمكنك العثور على موارد تعليمية مكتوبة ومقاطع فيديو وبرامج عبر الإنترنت.

## **برنامج دعم الأقران للمرضى و متعهدي الرعاية (Patient and Caregiver Peer Support Program)**

212-639-5007

قد تشعر بالارتياح عند التحدث إلى شخص خضع لعلاج مماثل لذلك الذي تخضع له. يمكنك التحدث إلى مريض أو متعهد رعاية سابق في MSK عن طريق برنامج دعم الأقران للمرضى و متعهدي الرعاية (Patient and Caregiver Peer Support Program) الذي توفره. وستكون جميع هذه المحادثات سرية. وقد تتم عن طريق مقابلة شخصية أو عبر الهاتف.

## **فواتير المرضى**

646-227-3378

اتصل بهذا الرقم إذا كانت لديك أسئلة حول التفويض المسبق مع شركة التأمين الخاصة بك. وهذا ما يسمى أيضًا بالموافقة المسبقة.

## مكتب تمثيل المرضى

212-639-7202

اتصل بهذا الرقم إذا كانت لديك أسئلة حول نموذج وكيل الرعاية الصحية أو إذا كانت لديك مخاوف بشأن رعايتك.

## منسق التمريض خلال الفترة المحيطة بالجراحة

212-639-5935

اتصل بهذا الرقم إذا كانت لديك أي أسئلة متعلقة بإصدار ميموريال سلون كيترينج (MSK) أي معلومات أثناء خضوعك للجراحة.

## مكتب التمريض الخاص المناوب

212-639-6892

يمكنك طلب تمريض خاص أو مرافقين. اتصل لمزيد من المعلومات.

## برنامج موارد للحياة بعد السرطان

8106-888-646

لا تنتهي الرعاية التي نقدمها في مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) بانتهاء العلاج الفعلي. يُعد برنامج موارد للحياة بعد السرطان (RLAC) مخصصًا للمرضى وعائلاتهم الذين أنهوا العلاج. يوفر هذا البرنامج العديد من الخدمات، والتي تتضمن الندوات وورش العمل ومجموعات الدعم وتقديم المشورة بشأن الحياة بعد العلاج والمساعدة في التعامل مع مشكلات التأمين والتوظيف.

## إدارة الخدمة الاجتماعية (Social Work)

212-639-7020

يساعد الاختصاصيون الاجتماعيون المرضى والأسر والأصدقاء في التعامل مع المشكلات الشائعة لمرضى السرطان. وهم يقدمون المشورة الفردية

ومجموعات الدعم خلال فترة العلاج، ويمكنهم مساعدتك في التواصل مع الأطفال وأفراد الأسرة الآخرين. كما يمكن للاختصاصيين الاجتماعيين لدينا إحالتك إلى الوكالات والبرامج المجتمعية، إلى جانب الموارد المالية إن كنت مؤهلاً للحصول عليها.

## الرعاية الروحانية

212-639-5982

يتوفر رجال الدين للاستماع، والمساعدة في دعم أفراد الأسرة، والصلاة، والتواصل مع رجال الدين أو المجموعات الدينية المجتمعية، أو ليكونوا رفقاء باعثين على الاطمئنان والحضور الروحاني. يمكن لأي شخص أن يطلب الدعم الروحي، بغض النظر عن انتمائه الديني الرسمي.

توجد دار العبادة بمركز ميموريال سلوك كيترينج (MSK) بالقرب من الردهة الرئيسية بمستشفى Memorial Hospital. وهي مفتوحة 24 ساعة يوميًا. إذا كانت لديك حالة طوارئ، فيرجى الاتصال برقم 2000-639-212 وطلب التحدث مع رجل الدين المناوب.

## موقع البرامج الافتراضية (Virtual Programs)

[www.msccc.org/vp](http://www.msccc.org/vp)

يوفر موقع البرامج الافتراضية الخاص بمركز ميموريال سلون كيترينج (MSK) موارد التعليم والدعم عبر الإنترنت للمرضى ومتعهدى الرعاية، حتى عندما يتعذر عليك الحضور شخصيًا إلى مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK). من خلال الجلسات التفاعلية المباشرة، يُمكنك التعرف على تشخيصك، وما يُمكن توقعه أثناء العلاج، وكيفية الاستعداد للمراحل المختلفة لرعاية مرضى السرطان. هذه الجلسات سرية ومجانية ويعمل على إدارتها طاقم طبي متخصص. إذا كنت مهتمًا بالانضمام إلى أحد البرامج الافتراضية، فتفضل بزيارة موقعنا عبر الرابط

[www.mskcc.org/vp](http://www.mskcc.org/vp) لمزيد من المعلومات.

للحصول على مزيد من المعلومات عبر الإنترنت، تفضل بزيارة القسم  
Cancer Types (أنواع السرطان) بالموقع [www.mskcc.org](http://www.mskcc.org).

خدمات الدعم الخارجية

**Access-A-Ride**

[web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm](http://web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm)

877-337-2017

في مدينة نيويورك، توفر هيئة نقل متروبوليتان (MTA) رحلات مشتركة  
وخدمة التوصيل من الباب إلى الباب لذوي الإعاقات الذين لا يستطيعون  
ركوب الحافلات العامة أو مترو الأنفاق.

**Air Charity Network**

[www.aircharitynetwork.org](http://www.aircharitynetwork.org)

877-621-7177

توفر خدمة الانتقال إلى مراكز العلاج.

**جمعية السرطان الأمريكية (American Cancer Society)**

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

800-ACS-2345 (800-227-2345)

تقدم الجمعية معلومات وخدمات متنوعة، ومنها خدمة هوب لودج (Hope  
Lodge)، والتي توفر مكانًا مجانيًا يسكن فيه المرضى ومتعهدي رعايتهم  
أثناء علاج السرطان.

**منظمة السرطان وفرص العمل (Cancer and Careers)**

[www.cancerandcareers.org](http://www.cancerandcareers.org)

مصدر للتثقيف والأدوات والفعاليات الخاصة بالموظفين المصابين



بالسرطان.

## منظمة رعاية السرطان (CancerCare)

[www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

800-813-4673

275 جادة Seventh Avenue (بين شارعي West 25<sup>th</sup> و 26<sup>th</sup>)

New York, NY 10001

تقدم المشورة ومجموعات الدعم وورش العمل التثقيفية والمنشورات  
والمساعدة المالية.

## جمعية دعم مرضى السرطان (Cancer Support)

(Community

[www.cancersupportcommunity.org](http://www.cancersupportcommunity.org)

تقدم الدعم والتعليم للأشخاص المصابين بالسرطان.

## شبكة عمل مقدمي الرعاية (Caregiver Action Network)

[www.caregiveraction.org](http://www.caregiveraction.org)

800-896-3650

توفر التثقيف والدعم لمقدمي الرعاية لأحبائهم المصابين بأمراض مزمنة  
أو إعاقات.

## Corporate Angel Network

[www.corpangelnetwork.org](http://www.corpangelnetwork.org)

866-328-1313

توفر الانتقال المجاني إلى مراكز العلاج في جميع أنحاء الدولة باستخدام  
المقاعد الفارغة على متن طائرات الأعمال.

## Gilda's Club

[www.gildasclubnyc.org](http://www.gildasclubnyc.org)

212-647-9700

مكان يقدم الدعم الاجتماعي والعاطفي للرجال والنساء والأطفال المصابين بالسرطان عن طريق التواصل وورش العمل والمحاضرات والأنشطة الاجتماعية.

**Good Days**

[www.mygooddays.org](http://www.mygooddays.org)

877-968-7233

يقدم المساعدة المالية لسداد الرسوم المشتركة خلال فترة العلاج. ويجب أن يكون المرضى مشمولين بالتأمين الطبي، ويستوفون المعايير المتعلقة بالدخل، وأن توصف لهم الأدوية التي تمثل جزءًا من مجموعة Good Days العلاجية.

**Healthwell Foundation مؤسسة**

[www.healthwellfoundation.org](http://www.healthwellfoundation.org)

800-675-8416

توفر المساعدة المالية لسداد المدفوعات المشتركة وأقساط الرعاية الصحية المبالغ المقتطعة لأدوية وعلاجات معينة.

**Joe's House**

[www.joeshouse.org](http://www.joeshouse.org)

877-563-7468

تقدم قائمة بأماكن الإقامة الموجودة على مقربة من مراكز العلاج للمصابين بالسرطان وأسرتهم.

**LGBT Cancer Project**

[/http://lgbtcancer.com](http://lgbtcancer.com)

يوفر الدعم والمناصرة لمجتمع المصابين بانحرافات جنسية، بما في ذلك مجموعات الدعم عبر الإنترنت وقاعدة بيانات تضم التجارب السريرية المناسبة لهذه الحالات.

## **LIVESTRONG Fertility**

[www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services](http://www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services)

855-744-7777

تقدم المعلومات والدعم في المسائل الإيجابية لمرضى السرطان والناجين ممن تنطوي علاجاتهم الطبية على مخاطر مرتبطة بالعدم.

## **برنامج Look Good Feel Better Program**

[www.lookgoodfeelbetter.org](http://www.lookgoodfeelbetter.org)

(LOOK (800-395-5665-800-395

يوفر هذا البرنامج ورش العمل لتعلم الأشياء التي يمكنك القيام بها لمساعدتك في اكتساب شعور أفضل بشأن مظهرك. للحصول على المزيد من المعلومات أو للتسجيل في إحدى ورش العمل، اتصل بالرقم الوارد أعلاه أو توجه لزيارة موقع البرنامج.

## **المعهد الوطني للسرطان (National Cancer Institute)**

[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov)

800-4-CANCER (800-422-6237)

## **شبكة الخدمات القانونية الوطنية للسرطان (National)**

**(Cancer Legal Services Network)**

[www.nclsn.org](http://www.nclsn.org)

برنامج يوفر الدعم القانوني المجاني لمرضى السرطان.

## **الشبكة الوطنية للمصابين بالسرطان ذوي الانحرافات الجنسية**

## (National LGBT Cancer Network)

[www.cancer-network.org](http://www.cancer-network.org)

توفر التثقيف والتدريب والدعم للناجين من السرطان ذوي الانحرافات الجنسية وهؤلاء المعرضين لمخاطره.

## Needy Meds

[www.needymeds.org](http://www.needymeds.org)

تسرد برامج مساعدة المرضى بشأن الأدوية ذات الأسماء العامة والأسماء التجارية.

## NYRx

[www.nyrxplan.com](http://www.nyrxplan.com)

يوفر مزايا الوصفات الطبية للموظفين المؤهلين والمتقاعدين من موظفي القطاع العام في ولاية نيويورك.

## الشراكة من أجل المساعدة في الوصفات الدوائية (Partnership for Prescription Assistance)

[www.pparx.org](http://www.pparx.org)

888-477-2669

تساعد في تأهيل المرضى الذين لا يحظون بتغطية تكفل لهم الحصول على الأدوية الموصوفة للحصول على الأدوية المجانية ومنخفضة التكلفة.

## مؤسسة Patient Access Network Foundation

[www.panfoundation.org](http://www.panfoundation.org)

866-316-7263

تقدم المساعدة بشأن المدفوعات المشتركة للمرضى المشمولين بالتغطية التأمينية.

مؤسسة دعم المرضى (Patient Advocate Foundation)

[www.patientadvocate.org](http://www.patientadvocate.org)

800-532-5274

توفر الحصول على الرعاية والمساعدة المالية والمساعدة بشأن التأمين والمساعدة بشأن الاحتفاظ بالوظيفة فضلاً عن الوصول إلى دليل الموارد الوطني لذوي التأمين الصحي المنخفض.

RxHope

[www.rxhope.com](http://www.rxhope.com)

877-267-0517

توفر المساعدة للأشخاص بهدف الحصول على الأدوية التي يجدون صعوبة في تدبير تكلفتها.

## الموارد التعليمية

يحتوي هذا القسم على الموارد التعليمية المذكورة في هذا الدليل. ستساعدك هذه الموارد في الاستعداد للجراحة والتعافي بشكل آمن بعد الجراحة.

أثناء قراءة هذه الموارد، دوّن أي أسئلة واستفسر عنها من مقدم الرعاية الصحية.

• *Advance Care Planning* ([www.mskcc.org/cancer-](http://www.mskcc.org/cancer-)

[care/patient-education/advance-care-planning](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning))

• *Common Medications Containing Aspirin, Other Nonsteroidal*

*Anti-inflammatory Drugs (NSAIDs), or Vitamin E*

([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-)

[medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-)

(inflammatory-drugs-nsaids

*Herbal Remedies and Cancer Treatment* •

([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)

*How to Be a Health Care Agent* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent) •

*How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mym-sk-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mym-sk-patient-portal) •

*كيفية استخدام جهاز قياس التنفس المُحَفِّز* •  
([www.mskcc.org/ar/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/ar/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer))

*How to Use Your MyMSK Goals to Discharge Checklist* •  
([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mym-sk-goals-discharge-checklist](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mym-sk-goals-discharge-checklist)

*جهاز التحكم الذاتي بـمُسكن الألم (PCA)* •  
([www.mskcc.org/ar/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/ar/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)

*Staying Active Before and After Surgery for Pediatric Patients* •  
([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/staying-active-peds](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/staying-active-peds)

If you have any questions, contact a member of your healthcare team directly. If you're a patient at MSK and you need to reach a provider after 5:00 PM, during the weekend, .or on a holiday, call 212-639-2000

For more resources, visit [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) to search our .virtual library

---

About Your Thoracoabdominal Surgery at MSK Kids - Last updated on August 25, 2021

All rights owned and reserved by Memorial Sloan Kettering Cancer Center



Memorial Sloan Kettering  
Cancer Center