Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDIKASYON PASYAN AK MOUN K AP BAY SWEN

Konsènan Operasyon Bladpipi pou Mete yon Nouvo Bladpipi

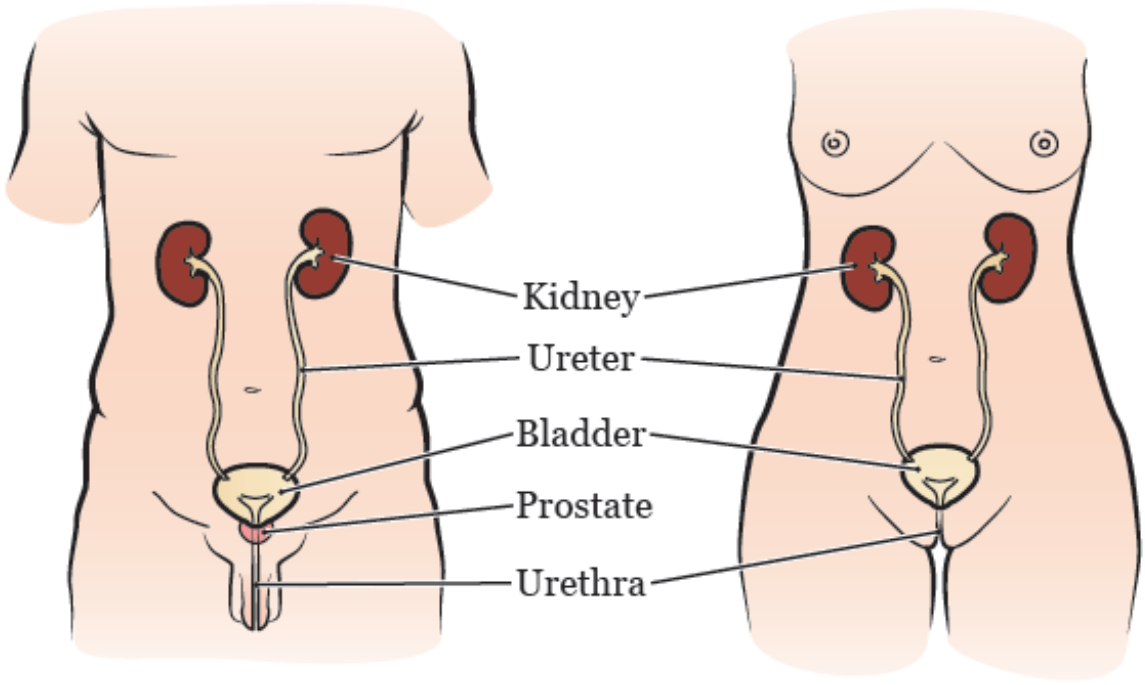
Gid sa a ap pèmèt ou pare pou w fè operasyon blapipi w la nan MSK. Epitou, li ap pèmèt ou konnen sa k pral pase ofiyamezi w ap geri.

Itilize gid sa a pou w ka jwenn enfòmasyon anvan w fè operasyon w lan. Vini avèk li jou w ap fè operasyon an. Ou menm ak ekip swen w lan ap itilize li ofiyamezi nou ap konnen plis bagay sou gerizon w lan.

Konsènan operasyon bladpipi ou an

Aparèy pipi ou konpoze ak ògàn ki pwodui pipi (pise) a epi li la pou l mete pipi deyò nan kò ou (gade lmaj 1 an).

- Ren yo netwaye toksin (dechè) yo nan san ou epi yo pwodui pipi.
- Tiyo ren yo se yon pil tib ki pran pipi a nan ren yo pou yo pote l nan bladpipi ou.
- Bladpipi a kenbe pipi a jiskaske ou gen anvi pipi (pise).
- Kanal pipi w oswa irèt ou se yon tib ki pote pipi a nan bladpipi w pou mete l deyò nan kò ou pandan w ap pipi.
    - Si ou genyen yon vajen, irèt ou kout anpil. Li chita kò li sou tèt vajen ou.
    - Si ou genyen yon peni, irèt ou pi long. Li pase nan glann pwostat ou ak peni an.



Imaj 1. Aparèy pipi ou

Fason yo retire aparèy pipi ou

Operasyon yo fè pou retire tout bladpipi w la rele sistektomi radikal.

Pandan operasyon an, doktè w la ap retire bladpipi ou ak kèk nan glann ki toupre li yo. Apresa, li ap rekonstui aparèy pipi ou.

Konsènan glann yo

Glann yo se yon seri ti ògàn ki gen fòm pwa ou jwenn nan tout kò ou. Yo fè pati sistèm lenfatik ou, ki li menm fè pati sistèm defans kò ou. Pandan operasyon an, doktè w la ap retire kèk glann. Se paske li posib pou yo genyen selil ki gen kansè.

Li posib pou w te fè operasyon oswa radyoterapi nan zo basen ou deja. Si wi, li posib pou doktè w la retire kèk glann. Li fè sa pou li evite ou genyen pwoblèm apre operasyon an.

Fason yo retire lòt ògàn ki toupre bladpipi ou

Doktè w la ap retire bladpipi ou ak glann ou yo. Epitou, li ka retire lòt ògàn ki toupre bladpipi ou pou li asire li tout kansè a disparèt.

Chirijyen w lan ka retire youn (1) oswa plizyè nan ògàn sa yo pandan operasyon w lan.

- Pwostat
- Sak dechay
- Yon pati nan kanal espèm nan
- Irèt
- Matris
- Twonp yo
- Ovè yo
- Yon pati nan vajen an

Kreyasyon nouvo bladpipi ou an

Apre doktè a fin retire bladpipi ou, li ap kreye yon nouvo pòch ki pou kenbe pipi w. Yo rele sa devyasyon pipi. Kalite devyasyon pipi ou ap genyen an rele nouvo bladpipi.

Anvan operasyon an, ou menm ak doktè w la ap pale sou ki kalite devyasyon pipi ki ka pi apwopriye pou ou. Men, doktè a ap pran dènye desizyon an pandan l ap fè operasyon an. Li ap eksplike ou fason li pran desizyon sa a ak rezon ki fè ou bezwen yon plan B.

Doktè w la ap pran yon ti moso nan ti trip ou pou l fè nouvo bladpipi w la. Li ap mare yon pwent nan nouvo bladpipi w la nan tiyo ren yo. Li ap mare lòt pwent lan nan kanal pipi ou.

Apre operasyon an, pipi a ap koule soti nan ren yo, li ap pase nan tiyo ren yo, epi l ap tonbe nan nouvo bladpipi w la.

Ou pral itilize misk ki nan anbativant (vant) ou yo pou w vide nouvo bladpipi a. Sa pa menm jan ak fason ou vide bladpipi nòmal ou an. Ou pral aprann fason pou w fè sa apre operasyon an.

Pafwa, ou gendwa oblije mete yon katetè ki pase nan kanal pipi ou epi tonbe nan nouvo bladpipi w la pou ka vide tout pipi ki ladan li an. Yon katetè a se yon tib ki fen epi ki fleksib. Si ou bezwen itilize youn, yon moun nan ekip swen w lan ap montre w jan pou w itilize l.

Operasyon sa a souvan dire apeprè 4 a 7 èdtan. Li ka pran plis tan si w genyen lòt pwoblèm sante oswa si w te fè plizyè operasyon oparavan.

Anvan operasyon nan blad pipi a

Ribrik sa a ap ede w prepare pou fè operasyon an. Li l lè yo pwograme operasyon w lan. Al gade li ofiyamezi dat operasyon w lan ap pwoche. Li genyen enfòmasyon ki enpòtan sou sa pou w fè pou ka prepare.

Pandan w ap li ribrik sa a, note kesyon yo pou w poze pwofesyonèl swen sante w la.

Preparasyon pou operasyon

Ou menm ak ekip swen w lan ap travay ansanm pou ka prepare pou operasyon an. Ede nou pwoteje ou lè ou di nou si youn nan bagay sa yo valab pou ou, menm si ou pa sèten.

- Mwen pran nenpòt medikaman yo vann avèk preskripsyon. Yon medikaman sou preskripsyon se yon medikaman ou ka jwenn sèlman avèk yon preskripsyon nan men yon pwofesyonèl swen sante. Egzanp ki enkli:
  - Medikaman ou vale.
  - Medikaman ou pran pa enjeksyon (piki).
  - Medikaman ou enspire (rale souf ou antre).
  - Medikaman ou mete sou po w tankou yon plak oubyen yon krèm.
- Mwen pran nenpòt medikaman yo vann san preskripsyon, tankou patch ak krèm. Yon medikaman yo vann san preskripsyon vle di ou pa bezwen yon preskripsyon doktè pou achte l.
- Mwen pran nenpòt sipleman alimantè, tankou remèd fèy, vitamin, mineral,

Ou dwe toujou asire ke moun k ap ba w swen yo konnen tout medikaman ak sipleman w ap pran yo.

Ou ka bezwen swiv enstriksyon yo anvan operasyon an selon medikaman ak sipleman ou pran yo. Si w pa swiv enstriksyon sa yo, operasyon w lan ka ranvwaye oubyen anile.

oubyen remèd natirèl oubyen remèd mwen fè lakay mwen.

- Mwen genyen yon pesmekè, yon defibrilatè otomatik yo kapab enplante (AICD), oubyen lòt aparèy pou kè.
- Mwen te genyen yon pwoblèm avèk anestezi (anestezi) oparavan. Anestezi a se medikaman ki pou fè w dòmi pandan yon operasyon oubyen yon pwosedi.
- Mwen fè alèji ak kèk medikaman oubyen materyèl, tankou latèks.
- Mwen pa vle resevwa yon transfizyon san.
- Mwen konsome dwòg, tankou marigwana, jis pou plezi.

Li enpòtan pou w di nou tout medikaman ak sipleman w ap pran yo. Yo kapab afekte tretman ou.

Medikaman GLP-1 pou pèdi pwa

Li enpòtan pou di pwofesyonèl swen sante w la si w ap pran medikaman GLP-1 an. Ou dwe swiv yon rejim manje espesyal ak enstriksyon bwè anvan operasyon oswa pwosedi w la. **Li enpòtan anpil pou w suiv enstriksyon sa yo. Si w pa swiv yo, yo ka voye operasyon w oswa pwosedi w lan nan yon lòt dat oswa anile l.**

- **Swiv yon rejim likid klè lavèy jou operasyon oswa pwosedi w lan.** Pa manje okenn manje solid. Li *Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet) pou w aprann plis.
- **Sispann bwè likid 8 èdtan anvan ou rive.** Pa manje ni bwè anyen aprè fwa sa a, sa enkli ladan l likid klè. Ou ka pran ti gout dlo avèk medikaman w yo.

Pou w aprann plis, li *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines).

Men kèk egzanp medikaman GLP-1. Genyen lòt, kidonk asire w ke ekip swen sante w la konnen tout medikaman w ap pran yo. Pafwa, yo konn preskri medikaman sa yo pou ede jere dyabèt oswa lòt maladi. Lòt fwa, yo konn preskri yo pou pèdi pwa.

• Semaglitid (Wegovy®, Ozempic®, Rybelsus®) • Dilaglitid (Trulicity®)	• Tirzepatid (Zepbound®, Mounjaro®) • Liraglitid (Saxenda®, Victoza®)

Konsènan konsomasyon alkòl

Li enpòtan pou w pale avèk pwofesyonèl swen sante w la sou kantite alkòl ou bwè. Sa ap pèmèt nou planifye swen ou.

Si ou bwè alkòl regilyèman, ou gendwa gen risk pou w gen pwoblèm pandan ak apre operasyon an. Pwoblèm sa yo se senyman, enfeksyon, pwoblèm kè, epi ou ap fè plis tan entène lopital.

Si w bwè alkòl regilyèman epi ou sispann bwè bridsoukou, li kapab fè w gen kriz, depale, epi li kapab menm touye ou. Si nou konnen ou gen risk pou w gen pwoblèm sa yo, nou kapab preskri w medikaman ki pou pèmèt ou evite yo.

Men sa ou kapab fè anvan operasyon an ki pou anpeche w genyen pwoblèm.

- Pinga ou bay pwofesyonèl swen sante w yo manti sou kantite alkòl ou bwè.
- Fè yon jan pou w sispann bwè alkòl depi yo planifye operasyon w lan. Mete pwofesyonèl swen sante w la okouran lapoula si:
  - Ou genyen tèt fè mal.
  - Ou gen anvi vomi.
  - Ou santi w gen plis kè sote pase jan w abitye genyen an.
  - Ou pa ka dòmi.

Sa yo se premye siy ki di kò ou reyaji paske w sispann bwè alkòl e yo kapab trete.

- Di pwofesyonèl swen sante w la sa si ou pa kapab sispann bwè alkòl.
- Poze pwofesyonèl swen sante w la kesyon sou konsomasyon alkòl ak operasyon. Tout enfòmasyon medikal ou yo ap rete sekrè, kòm toujou.

Konsènan fimen

Si ou fimen oubyen ou itilize yon aparèy elektwonik pou fimen, ou ka gen pwoblèm respiratwa pandan operasyon an. Vapè ak sigarèt elektwonik se

egzanp aparèy elektwonik pou fimen. Kanpe menm pou kèlke jou anvan operasyon an ka ede prevni pwoblèm respiratwa pandan e aprè operasyon an.

Pwofesyonèl swen sante w la ap voye ou nan Pwogram Tretman pou Moun ki Konsome Tabak nou an si w fimen. Epitou, ou kapab kontakte pwogram lan nan 212-610-0507.

Pwogram nan kapab ede ou kite fimen, sa ki enpòtan pou moun ki gen kansè bladpipi. Selon rechèch yo, si ou kontinye fimen, li kapab nui sante ou epi afekte efikasite tretman kansè w la. Si ou fimen, genyen plis chans pou timè a kontinye devlope, oswa kansè a ap simaye. Epitou, genyen plis chans pou w fè rechit (sa vle di kansè a retounen).

Konsènan apne somèy

Apne somèy se yon pwoblèm respirasyon moun genyen souvan. Lè ou genyen apne somèy, ou sispann respire pou yon ti tan pandan w ap dòmi. Kalite apne somèy moun genyen pi souvan an se apne somèy obstriktif (obstructive sleep apnea, OSA). Lè ou gen OSA, vwa respiratwa ou bloke nèt pandan w ap dòmi.

OSA kapab lakoz gwo pwoblèm pandan ak apre operasyon an. Di nou si ou genyen oswa panse ou ka genyen apne somèy. Si ou itilize yon aparèy respirasyon, tankou yon machin CPAP, vini avèk li jou w ap fè operasyon an.

Lè w ap itilize MSK MyChart

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org) se pòtal pasyan MSK a. Ou kapab itilize li pou w voye ak li mesaj ekip swen ou an voye ba ou, gade rezilta tès ou yo, wè dat ak lè randevou w yo, elatriye. Epitou, ou kapab envite moun k ap ba ou swen an kreye pwòp kont pa li yon fason pou l kapab wè enfòmasyon sou swen ou.

Si ou pa gen yon kont MSK MyChart, ou ka anrejistre sou mskmychart.mskcc.org. Ou kapab mande yon manb ekip swen w lan tou pou voye yon envitasyon pou ou.

Si ou bezwen èd avèk kont ou an, rele Biwo asistans MSK MyChart la nan 646-227-2593. Yo disponib soti Lendi rive Vandredi ant 9 è nan maten rive nan 5 è nan aprèmidi (Lè Ès).

Konsènan Gerizon Amelyore Apre Operasyon (About Enhanced Recovery After Surgery, ERAS)

ERAS se yon pwogram ki pou pèmèt ou geri pi rapid apre operasyon an. Li enpòtan pou w fè kèk bagay anvan ak apre operasyon an nan kad pwogram ERAS la.

Anvan operasyon an, asire w fè bagay sa yo pou prepare ou:

- **Li gid sa a.** Li ap pèmèt ou konnen sa k pral pase anvan, pandan, ak apre operasyon an. Si ou genyen kesyon, note yo. Ou kapab poze pwofesyonèl swen sante w la kesyon yo nan pwochen randevou a oswa rele klinik li an.
- **Fè egzèsis fizik epi suiv yon rejim ki bon pou lasante.** Sa ap prepare kò ou pou operasyon an.

Apre operasyon an, men sa pou w fè pou pèmèt ou geri pi vit:

- **Li dokiman ki trase pakou gerizon w lan.** Se yon dokiman pwofesyonèl swen sante w la ap ba ou pou pèmèt ou aprann. Ladan li genyen objektif pou gerizon w lan. Li ap pèmèt ou konnen sa pou w fè ak sa pou w atann chak jou.
- **Kòmanse deplase pi vit ou kapab.** Tank ou soti nan kabann pi bonè, se tank ou ap kapab reprann aktivite nòmal ou yo pi rapid.

Nan espas 30 jou apre operasyon an

Tès anvan operasyon (Presurgical Testing, PST)

Ou ap genyen yon randevou pou w fè tès anvan operasyon an. Klinik dokte k ap fè operasyon an ap voye yon rapèl ba ou ki genyen dat randevou a, lè ak kote a. Ale sou www.msk.org/parking pou w jwenn enfòmasyon sou pakin ak itinerè pou tout kote MSK chita kò l yo.

Ou kapab manje ak pran medikaman ou abitye pran yo jou ou genyen randevou pou fè tès anvan operasyon an.

Li ap itil pou w vini avèk bagay sa yo nan randevou a:

- Yon lis ki gen tout medikaman w ap pran, tankou medikaman yo vann avèk preskripsyon ak medikaman yo vann san preskripsyon, patch, ak krèm.

- Rezilta nenpòt tès medikal ou pa t fè nan MSK ane ki sot pase a, si ou genyen yo. Pa egzanp, rezilta yon tès efò kadyak, ekokadyogram, oswa doplè kawotidyen.
- Non ak nimewo telefòn pwofesyonèl swen sante w yo.

Ou ap rankontre avèk yon pwofesyonèl swen sante ki resevwa fòmasyon avanse (advance practice provider, APP) pandan randevou PST w la. Li travay nan tèt ansanm avèk ekip anestezis MSK a. Yo se doktè ki resevwa fòmasyon espesyal nan zafè itilizasyon anestezi pandan yon operasyon oswa pwosedi.

APP ou an ap rewè antesedan medikal ak chirijikal ou avèk ou. Li gendwa fè tès pou l planifye swen ou, tankou:

- Yon elektwokadyogram (EKG) pou l verifye rit kè ou.
- Yon radyografi pwatrin.
- Tès san.

APP ou an ka konseye ou al wè lòt pwofesyonèl swen sante. Epitou, li ap di ou ki medikaman pou w pran nan maten ou ap fè operasyon an.

Idantifye moun k ap ba ou swen an

Moun k ap ba ou swen an jwe yon wòl enpòtan nan laswenyay ou. Anvan operasyon an, ou menm ak moun k ap ba ou swen an ap jwenn enfòmasyon sou li nan men pwofesyonèl swen sante yo. Apre operasyon an, moun k ap ba ou swen an ap mennen w lakay ou lè yo egzeyate ou. Epitou, l ap ede w pran swen tèt ou lakay ou.

Pou moun k ap bay swen yo

Pran swen yon moun k ap fè tretman kont kansè vini avèk yon pil responsablite. Nou ofri resous ak sipò ki pou ede ou jere yo. Ale sou www.msk.org/caregivers oswa li atik *Yon Gid pou Moun k ap Bay Swen* (www.mskcc.org/ht/cancer-care/patient-education/guide-caregivers) pou w jwenn plis enfòmasyon.

Ranpli yon fòm Reprezantan Swen Sante

Si ou poko ranpli yon fòm Reprezantan Swen Sante, nou konseye ou fè sa kounye a. Si ou deja ranpli youn oswa ou genyen nenpòt lòt direktiv alavans, vini avèk yo nan pwochen randevou a.

Yon fòm reprezantan swen sante se yon dokiman legal. Li di ki moun ki pral pale pou ou si ou pa kapab pale pou tèt ou. Moun sa a rele ajan swen sante.

- Pou w jwenn enfòmasyon sou dokiman reprezantan swen sante yo ak lòt direktiv alavans yo, li atik *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning).
- Pou w jwenn enfòmasyon sou fason pou w vin yon ajan swen sante, li atik *How to Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent).

Pale avèk yon moun nan ekip swen w lan si ou gen kesyon sou fason pou w ranpli yon fòm Reprezantan Swen Sante.

Wè avèk yon enfimyè ki espesyalize nan blesi, ostomi, ak zafè kontwòl pipi (WOC), si sa nesesè.

Yon enfimyè WOC resevwa fòmasyon espesyal nan zafè pran swen blesi, ostomi, ak lòt pwoblèm po. Yon estomi se yon ti ouvèti nan po vant ou. Epitou, yon enfimyè WOC kapab ede ou si w gen pwoblèm pou kenbe pipi.

Anvan ou fè operasyon an, enfimyè WOC ou an kapab eksplike ou sa k pral pase lè ou genyen yon nouvo bladpipi.

Li gendwa make yon kote sou vant ou pou yo mete yon ostomi. Kote li ap make se ap pi bon kote a, li ap lwen zòn ki gen sikatris ak pli yo. Epi si sa posib, l ap nan yon zòn kote li ap fasil pou w pran swen li.

Doktè w la gendwa pa panse ou ap bezwen yon ostomi. Men, li gendwa fè enfimyè WOC ou a make kote a kanmenm. Li fè sa sizoka plan operasyon an ta chanje selon dekouvèt li fè pandan operasyon w lan.

Fè egzèsis respirasyon ak egzèsis touse

Aprann rale gwo souf ak touse anvan w fè operasyon an. Nou ka ba ou yon espiwomèt ki pou pèmèt poumon ou elaji. Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)

Konsidere pwogram sante seksyèl nou yo

Operasyon bladpipi a ap afekte sante seksyèl ou. Si ou gen enkyetid sou fason li ap afekte ou, pale avèk yon moun ki nan ekip swen w lan. Li kapab voye ou nan youn nan klinik sante seksyèl nou yo.

Enfòmasyon pou moun ki fèt avèk yon peni epi yon pwostat

Operasyon bladpipi a kapab fè chanjman nan gasonlite ou Sa ki vle di kapasite ou pou w bande epi rete bande (kanpe). Pifò moun genyen pwoblèm bann (erectile dysfunction, ED) apre operasyon an. Pwoblèm bann vle di peni ou pa ka kanpe ni rete kanpe.

Doktè w la ap eksplike ou sa pou w prevwa fè pou w ka bande ankò apre operasyon an. Genyen yon dividal tretman pou pwoblèm bann nan, tankou grenn, piki, oswa pwotèz. Doktè w la kapab eksplike ou opsyon sa yo.

Yo ap retire pwostat ou, epi ou p ap kapab ansent fanm apre operasyon an. Si ou prevwa fè timoun byolojik pi devan, ou gendwa oblije konsève espèm ou anvan operasyon an. Mande yon moun ki nan ekip swen w lan enfòmasyon sou zafè konsèvasyon espèm nan si w vle konsève espèm ou. Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *Sperm Banking* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking).

Pou w ka wè yon espesyalis nan Pwogram Medsin Seksyèl ak Repwodiktif pou Gason nou an, mande yon moun ki nan ekip swen ou an yon referans. Epitou, ou kapab rele nan 646-888-6024 pou w jwenn plis enfòmasyon.

Enfòmasyon pou moun ki fèt avèk yon vajen epi yon matris

Si yo retire ògàn repwodiksyon ou yo, ou p ap an mezi pou w fè timoun byolojik apre operasyon an. Si ou prevwa fè timoun byolojik pi devan, panse ak opsyon planifikasyon familyal yo (tankou jele ovil) anvan operasyon an. Doktè w la kapab eksplike ou opsyon sa yo.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *Fertility Preservation Before Cancer Treatment: Options for People Born with Ovaries and a Uterus* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment).

Epitou, gendwa gen chanjman ki fèt nan fonksyònman seksyèl ou apre operasyon an. Vajen ou gendwa vin pi kout epi ou ka fè menopoz (ou ka rete). Menopoz la se lè ou pa gen règ ankò. Doktè w la ap eksplike ou sa k pral pase. Epitou, li kapab ba ou plis detay sou chwa tretman ou genyen yo.

Pou w ka wè yon espesyalis nan Pwogram Medsin Seksyèl ak Repwodiktif pou Fanm nou an, mande yon moun ki nan ekip swen w lan nan MSK yon referans. Epitou, ou kapab rele nan 646-888-5076 pou w jwenn plis enfòmasyon.

Fè aktivite fizik

Lè ou fè aktivite fizik, sa ap pèmèt ou kò ou byen djanm pou w ka fè operasyon an. Epitou, l ap fè w geri pi vit e pi fasil.

Fè aktivite fizik chak jou, si w kapab. Nenpòt aktivite ki fè kè ou bat pi vit se yon bon chwa. Pa egzanp, eseye mache, naje, monte bekàn nan omwen yon distans 1,5 kilomèt, oswa monte eskalye chak jou. Si li fè frèt deyò a, monte eskalye ki lakay ou a oswa ale nan yon mòl oswa nan yon sant komèsyal.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *General Exercise Program: Level 2* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/general-exercise-level-2).

Pale avèk doktè w la pou konnen ki kalite ak ki kantite aktivite fizik ki apwopriye pou ou. Ou gendwa oblije evite oswa chanje kèk aktivite akoz plan tretman kansè w la.

Suiv yon rejim ki bon pou lasante

Li enpòtan anpil pou moun ki gen kansè yo manje byen. Li posib pou genyen kèk chanjman ou kapab fè kounye a anvan w fè operasyon an ki ap itil ou.

Toudabò, manje manje ki bon pou lasante. Sa kapab fè ou pi djanm. Sa kapab pèmèt kò ou rete ak yon bon pwa. Li enpòtan pou w asire ou pran kalori ak pwoteyin ou bezwen yo. Sa ap kenbe kò ou djanm pandan tretman an.

Moun bezwen diferan kantite kalori ak pwoteyin. Genyen mezi ou kapab pran pou w byen manje anvan ou fè operasyon an.

- Eseye manje ak bwason ki gen anpil pwoteyin chak lè w ap manje. Vyann poul, pwason, vyann wouj, ze, lèt, fwomaj, pwa, oswa tofou se kèk egzanp.
- Konsève pwa kò ou oswa gwosi lè ou manje tout manje w yo pandan jounen an.
- Ajoute ti goute ki gen anpil kalori ak pwoteyin nan tout repa ou yo. Nwa, manba ki fèt ak nwa, ze ki bouyi di, yogout, pire fwi, chek, zaboka, oumous, ak fwomaj se kèk egzanp.

Si ou genyen kesyon sou rejim ou, mande pou wè yon dyetetisyen-nitrisyonis klinik.

Achte yon pwodui antiseptik pou netwaye po ki gen 4% glikonat kloreksidin (chlorhexidine gluconate, CHG), tankou Hibiclens®

Pwodui ki gen 4% CHG a se yon pwodui pou netwaye po ki elimine mikwòb yo pandan 24 èdtan apre w fin itilize l. Lè ou benyen avèk li anvan operasyon an, sa ap pèmèt ou diminye risk pou gen enfeksyon lè w fin fè operasyon an. Ou kapab achte li nan famasi ki nan zòn ou an san preskripsyon.

Achte likid

W ap oblije suiv yon rejim likid konplè anvan operasyon an. L ap itil ou si w achte likid alavans mete la. Li ribrik ki gen pou tit “Suiv yon rejim likid konplè” a pou w jwenn yon lis likid ou kapab bwè.

Fè egzèsis Kegel yo

Egzèsis Kegel yo ap ranfòse misk perine yo ki yo menm te afebli apre operasyon an. Yo se misk ou itilize pou w kanpe pipi a lè w ap pipi (pise). Ou ap sèvi ak misk perine ou yo lè w ap vide nouvo bladpipi w la.

Aprann fè egzèsis Kegel yo anvan ou fè operasyon an pou w ka konnen jan w ta dwe santi ou. Enfimyè w la ap eksplike ou jan pou w fè egzèsis Kegel yo.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik:

- *Pelvic Floor Muscle (Kegel) Exercises for Males* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males)
- *Pelvic Floor Exercises for Females* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-females)

Pinga ou fè egzèsis Kegel yo pandan ou genyen yon katetè pipi (Foley®) sou ou.

7 jou anvan operasyon an

Suiv enstriksyon pwofesyonèl swen sante ou an pou pran aspirin

Aspirin kapab lakoz senyman. Si w ap pran aspirin oswa yon medikaman ki genyen aspirin, ou ka oblije chanje dòz ou a oswa sispann pran li sèt (7) jou anvan operasyon an. Suiv enstriksyon pwofesyonèl swen sante w la. **Pa sispann pran aspirin lan sof si yo di w sispann pran li.**

Pou plis enfòmasyon, li *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

Sispann pran vitamin E, miltivitamin, remèd fèy, ak lòt sipleman alimantè

Vitamin E, miltivitamin, remèd fèy, ak lòt sipleman alimantè yo kapab lakoz senyman. Sispann pran yo sèt (7) jou anvan operasyon an. Si pwofesyonèl swen sante w la pase ou lòt enstriksyon, suiv yo pito.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

2 jou anvan operasyon an

Sispann pran medikaman kont anflamasyon ki pa gen estowoyid yo (NSAID yo)

NSAID yo, tankou ibipwofèn (Advil® ak Motrin®) ak napwoksèn (Aleve®), kapab

lakoz senyman. Sispann pran yo de (2) jou anvan operasyon an. Si pwofesyonèl swen sante w la pase ou lòt enstriksyon, suiv yo pito.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

1 jou anvan operasyon an

Suiv yon rejim likid konplè

W ap oblije suiv yon rejim likid konplè lavèy operasyon an. Pwofesyonèl swen sante w la ap di ou si w oblije tanmen yon rejim likid konplè oswa fè lòt preparasyon nan trip la.

Yon rejim likid konplè se yon rejim kote ou pa manje okenn gwo manje. Ou kapab manje manje ou pa bezwen moulen oswa vale, tankou yogout. Nan tablo “Rejim likid konplè” anba, ou ap jwenn kèk egzanp bagay ou kapab manje ak bwè.

Pandan w ap suiv yon rejim likid konplè:

- Piga ou manje gwo manje.
- Eseye bwè omwen yon (1) vè oswa 8 ons likid chak èdtan pandan je ou klè.
- Bwè divès kalite likid. Piga ou bwè sèlman dlo, kafe ak te. Ou kapab bwè likid tout koulè.
- Pinga ou bwè likid ki pa gen sik sof si ou soufri dyabèt epi yon moun nan ekip swen w lan di w bwè li.

Fason pou w suiv yon rejim likid konplè si ou soufri dyabèt

Mande pwofesyonèl swen sante ki ap jere dyabèt ou a:

- Sa pou w fè pandan w ap suiv yon rejim likid konplè.
- Si ou oblije chanje dòz ensilin ou an oswa lòt medikaman kont dyabèt yo, si w ap pran yo.
- Si ou ta dwe bwè likid ki pa gen sik.

Kontwole nivo sik nan san ou souvan pandan w ap suiv yon rejim likid konplè. Si ou gen kesyon, pale avèk pwofesyonèl swen sante w la.

Tablo rejim likid konplè

Manje manje ki nan tablo sa a pou w rete an sante. Si pwofesyonèl swen sante w la di ou pou manje manje ki pa menm ak manje ki nan lis sa a, obeyi li.

Rejim likid konplè		
	Sa ou ka pran	Sa ou pa ka pran
Soup	• Bouyon ak konsonmen. • Soup ki pire nan blenndè jiskaske li lis, tankou krèm pòmdetè, kawòt, ak bwokoli.	• Soup ki gen moso manje, tankou legim, pastina, ak diri.
Pwodui lèt	• Poudin. • Krèm glase ki lis. • Yogout ki lis tankou sa ki gen savè vaniy, sitwon, ak kafe. • Lèt ak chek. • Lèt ki fèt ak nwa, lèt ki fèt ak plant, krèm ki pa gen pwodui lèt, ak lòt opsyon pou lèt (lèt zanmann, lèt soja, lèt diri, ak lèt Lactaid®).	• Pwodui lèt ki gen fwi, nwa, granola, oswa moso manje yo ajoute.
Sereyal	• Sereyal cho ki fèt avèk ase likid yon fason pou yo ka fen epi likid san boul. Semoul, avwàn ki pase nan paswa, labouyi mayi ak Wheatena® se kèk egzanp.	• Grenn sereyal ki gen fwi, nwa, granola, oswa moso manje yo ajoute.
Sipleman alimantè	• Sipleman likid, tankou bwason Ensure®, Boost®, Carnation Breakfast Essentials®, ak Diabetishield®. • Sipleman alimantè poudin yo (tankou Poudin Nitrisyonèl Boost ak Ensure Original Pudding).	• Sipleman ki gen fwi, nwa, granola, oswa moso manje yo ajoute.

Bwason	• Ji fwi tankou limonad, ji pòm, ji krannberi, oswa ji resen. • Bwason ki gen elektwolit, tankou Pedialyte®, Gatorade®, ak Powerade®. • Kafe nwa. • Te senp. • Dlo, san wete dlo ki gen gou.	• Ji ki gen ma. • Nekta. • Te ki gen bil. • Bwason ki gen alkòl. • Bwason gazez, tankou dlo gazez ak soda (tankou soda jenjanm, 7UP®, Sprite®, ak dlo mineral gazez).
Epis ak sezonnman	• Moutad lejè, sòs tomat, mayonèz, sik, sèl, oswa yon tikras pwav melanje nan manje ak bwason ki anwo yo.	• Tout lòt epis ak asezonnman.

Note lè operasyon an

Yon manm pèsonèl la ap rele ou apre 2è nan apremidi lavèy operasyon w lan. Si yo pwograme operasyon an pou yon jou lendi, li ap rele ou jou vandredi anvan an. Si ou pa resevwa yon apèl anvan 7è nan aswè, rele nan 212-639-5014.

Manm pèsonèl la ap di w a ki lè pou rive nan lopital la pou fè operasyon an. Li ap raple w kote pou ale tou.

Men kote l ap fèt:

Presurgical Center (PSC) nan Memorial Hospital
1275 York Ave. (ant East 67th ak East 68th streets)
New York, NY 10065
Pran asansè B a pou ale nan 6yèm etaj la.

Ale sou www.msk.org/parking pou w jwenn enfòmasyon sou pakin ak itinerè pou tout kote MSK chita kò l yo.

Benyen avèk yon pwodui antiseptik pou netwaye po ki gen 4% CHG, tankou Hibiclens

Benyen avèk yon pwodui antiseptik pou netwaye po ki gen 4% CHG anvan ou al kouche lavèy operasyon an.

1. Lave cheve ou avèk chanpou ak rens ou abitye lave li a. Rense tèt ou byen rense.

2. Lave figi ou ak zòn pati jenital (fant janm) ou avèk savon ou abitye sèvi a. Rense kò ou byen avèk dlo tyèd.
3. Ouvri boutèy pwodui ki gen 4% CHG a. Vide yon tikal nan men ou oswa yon ti sèvyèt twalèt ki pwòp.
4. Retire kò ou anba dlo k ap koule a. Fwote pwodui ki gen 4% CHG a dousman sou kò w soti nan kou w rive nan pye w. Pinga ou mete li nan figi w ni zòn pati jenital ou.
5. Retounen anba dlo k ap koule a pou w rense pwodui a sou kò ou. Itilize dlo tyèd.
6. Seche kò ou avèk yon sèvyèt pwòp.

Pinga ou mete losyon, krèm, deyodoran, makiyaj, poud, pafen, dlo kolòy lè w fin benyen.

Enstriksyon pou manje

Enpòtan Si ou pran medikaman GLP-1 an, pa swiv enstriksyon sa yo. Swiv enstriksyon nan *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines) pito.

Sispann manje a minwi (12è nan maten) lavèy nwit operasyon oswa pwosedi ou a. Ss enkli ladan l sirèt ak chiklèt.

Moun k ap ba w swen sante a kapab ba w plizyè enstriksyon sou kilè pou sispann manje. Nan ka sa a, swiv enstriksyon yo ba w yo. Gen kèk moun ki bezwen fè jèn (pa manje) pandan plis tan anvan operasyon oswa pwosedi yo an.

Jou operasyon an

Enstriksyon pou bwè

Enpòtan Si ou pran medikaman GLP-1 an, pa swiv enstriksyon sa yo. Swiv enstriksyon nan *Eating and Drinking Before Your Surgery or Procedure When Taking GLP-1 Medicines* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines) pito.

Ant minwi (12è nan maten) epi de 2 èdtan anvan ou rive, bwè sèlman likid ki nan lis ki pi ba a. Pa manje ni bwè okenn lòt bagay. Sispann bwè likid de 2 èdtan anvan ou rive.

- Dlo.
- Ji pòm ki klè, ji rezen ki klè, oubyen ji krannberri ki klè
- Gatorade oubyen Powerade.
- Kafe nwa oubyen te senp. Se pa yon pwoblèm si w ajoute sik ladan l. Pa ajoute okenn lòt bagay ladan l.
  - Pa ajoute okenn kantite nan okenn kalite lèt oubyen krèm ladan l. Sa gen ladan l lèt ak krèm ki abaz plant yo.
  - Pa ajoute siwo ki bay gou.

Si ou soufri dyabèt, fè atansyon ak kantite sik ki nan bwason w ap bwè yo. Li ap pi fasil pou w kontwole nivo sik ki nan san ou si ou enkli vèsyon san sik, ba sik, oswa ki pa gen sik ajoute nan bwason sa yo.

Li bon pou ou rete idrate anvan operasyon ak pwosedi yo, kidonk bwè si ou swaf. Pa bwè depase. Y ap ba ou likid nan venn (nan venn) pandan operasyon oubyen pwosedi ou an.

Sispann bwè likid 2 èdtan anvan ou rive. Sa enkli ladan l dlo.

Moun k ap ba w swen an te kapab ba w plizyè enstriksyon sou kilè pou sispann bwè. Nan ka sa a, swiv enstriksyon yo ba w yo.

Pran medikaman w yo jan yo di w pran yo a

Yon moun nan ekip swen w lan ap di w ki medikaman pou w pran nan maten ou ap fè operasyon an. Pran medikaman sa yo sèlman avèk yon gòje dlo. Selon medikaman ou abitye pran an, gendwa se tout, kèk, oswa okenn nan medikaman ou konn pran nan maten yo.

Benyen avèk yon pwodui antiseptik pou netwaye po ki gen 4% CHG, tankou Hibiclens

Benyen avèk yon pwodui antiseptik pou netwaye po ki gen 4% CHG anvan ou ale lopital la. Itilize li menm jan ou te itilize li an lavèy.

Pinga ou mete losyon, krèm, deyodoran, makiyaj, poud, pafen, dlo kolòy lè w fin benyen.

Bagay pou w sonje

- Mete yon rad ki pa sere ou.
- Si ou pote vè kontak, mete linèt pito. Si w mete vè kontak pandan operasyon an, li kapab andomaje je ou.
- Pa mete okenn objè an metal sou ou. Retire tout bijou ou gen sou ou, tankou pèsing ki nan kò ou. Zouti yo itilize pandan operasyon an kapab lakoz brili si yo jwenn ak metal.
- Retire kitèks ak dekorasyon zong yo.
- Kite bagay ki gen valè yo lakay ou.
- Si w gen règ ou, mete yon kotèks. Pinga ou mete tanpon. N ap ba ou souvètman ou ka jete apre (nan poubèl) ak yon kotèks, si sa nesesè.

Sa pou w pote

- Yon pantalon ki pa sere ou epi byen chita sou ou, tankou pantalon djògin. Vant ou gendwa fè yon ti anfle. Ou kapab mete pantalon ki gen senti elastik oswa yon koulis menm si vant ou anfle.
- Tenis ki gen lasèt. Pye ou gendwa fè yon ti anfle. Ou kapab mete tenis ki gen lasèt yo menm si pye w anfle.
- Aparèy respirasyon w lan pou apne somèy (tankou machin CPAP ou a), si w

genyen youn.

- Espiwomèt ou a, si w genyen youn.
- Fòm Reprezantan Swen Sante w la ak lòt direktiv alavans yo, si ou te ranpli yo.
- Telefòn pòtab ak tout chajè li.
- Lajan ou ka bezwen pou fè kèk ti acha, tankou yon jounal.
- Yon bwat pou w mete bagay pèsonèl ou yo, si ou genyen. Linèt, aparèy pou ede moun tande, fo dan, aparèy pwotèz, perik ak aktik relijye se kèk egzanp.
- Gid sa a. Ou pral itilize li pou w aprann fason pou okipe tèt ou apre operasyon an.

Lè ou rive nan lopital la

Lè ou rive nan lopital la, pran asansè B a pou ale nan 6yèm etaj la. Anrejistre nan respesyon ki nan sal datant PSC a.

Plizyè nan manm pèsonèl la ap mande w pou di ak eple non w epi di dat ou fèt. Se pou sekirite ou. Li posib pou gen moun ki gen menm non ak ou oswa non ki sanble ak non ou k ap fè operasyon menm jou a.

N ap ba ou yon blouz lopital, wòb, chosèt ki pa ka glise pou mete lè moman an rive pou w chanje rad pou fè operasyon an.

Pou moun k ap bay swen, fanmi, ak zanmi

Li atik *Information for Family and Friends for the Day of Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery) pou ka konnen sa k pral pase jou operasyon pwòch ou a.

Wè avèk yon enfimyè

Ou pral wè avèk yon enfimyè anvan operasyon w lan. Di li dòz nenpòt medikaman ou te pran apre minui ak lè ou te pran yo. Asire w di li medikaman preskripsyon ak medikaman san preskripsyon yo, patch, ak krèm yo.

Enfimyè w la ka mete yon liy pou sewòm nan youn nan venn ou yo (IV),

jeneralman se nan bra w oswa men ou. Si enfimyè w la pa mete li, anestezis ou a ap fè li nan sal operasyon an.

Fason yo make kote pou fè operasyon an

Nou ap mande ou non w ak dat ou fèt. Epitou, nou ka mande ou:

- Non doktè w la.
- Ki operasyon ou ap fè.
- Ki bò nan kò ou y ap fè operasyon an.

Doktè ou oswa yon lòt moun nan ekip operasyon an ka make kote ou ap fè operasyon an. Li ap itilize yon makè pou li make kote li ap fè operasyon an nan kò ou. Se pou sekirite ou. Nou fè sa se pou nou ka asire nou tout moun ki nan ekip operasyon an byen konnen plan operasyon w lan.

Wè avèk yon anestezis

Ou pral wè avèk anestezis ou an tou anvan operasyon an. Men sa l ap fè:

- Li ap rewè antesedan medikal ou avèk ou.
- Mande si w te gen pwoblèm avèk anestezi oparavan. Sa gen ladan l anvi vomi oswa doulè.
- Li ap pale avèk ou pou l konnen si w alèz epi an sekirite pandan operasyon w lan.
- Li ap pale avèk ou sou kalite anestezi ou pral pran an.
- Li ap reponn kesyon ou genyen sou anestezi.

Doktè oswa anestezis ou an ka pale avèk ou tou sou fason pou li ba ou medikaman doulè apre operasyon an.

- Si w ap pran medikaman doulè nan kolòn vètebral, yo ap mete li nan espas epidiral ou an. Espas epidiral la se espas nan kolòn vètebral ou ki an deyò kolòn vètebral ou. Yo bay medikaman doulè a nan yon katetè.
- Lè w ap pran medikaman doulè nan venn, medikaman an ap pase nan tib sewòm ki nan venn ou an pou l ale dirèkteman nan san ou.

- Si w ap fè yon sistektomi, ki se operasyon pou retire kis, avèk èd wobo, li posib pou yo ba w yon medikaman pou bloke nè yo. Se yon piki estewoyid, anestezi lokal, oswa lòt medikaman yo ba w dirèkteman nan nè ki lakoz doulè yo. Sa anpeche nè ou yo voye mesaj doulè bay sèvo ou. Yo souvan bay moun ki fè sistektomi avèk èd wobo yo medikaman pou bloke nè yo yon fason pou soulaje doulè a.

Prepare pou operasyon

Lè moman pou w fè operasyon an rive, w ap retire linèt, aparèy pou ede moun tande, fo dan, aparèy pwotèz, perik ak atik relijye.

W ap antre nan sal operasyon an oswa yon manm pèsonèl la ap mennen ou anndan an sou yon branka. Yon moun nan ekip ki nan sal operasyon an ap ede w monte sou kabann operasyon an. L ap mete bòt konpresyon nan bout jarèt ou. Bòt konpresyon yo ap gonfle oswa degonfle dousman pou pèmèt san sikile nan janm ou yo.

Depi w fin alèz, anestezis ou an ap ba ou anestezi nan tib ki nan venn ou an epi dòmi ap pran ou. Epitou, ou ap pran likid nan tib ki nan venn ou an pandan ak apre operasyon an.

Pandan operasyon an

Apre dòmi fin pran ou nèt, ekip swen w lan ap mete yon tib respirasyon nan bouch ou ki ale nan vwa respiratwa ou. Tib sa a ap ede w respire. Epitou, y ap mete yon katetè pipi (Foley) nan nouvo bladpipi ou an. Li ap retire pipi a mete deyò pandan operasyon an.

Chirijyen w lan ap fèmen ensizyon an avèk agraf oswa l ap koud li lè li fin fè operasyon an. Epitou, li ap mete Steri-Strips™ (moso tep operasyon ki fen) oswa Dermabond® (kòl operasyon) sou ensizyon w lan. L ap mete pansman sou ensizyon w lan.

Gen kèk chirijyen nan MSK ki resevwa fòmasyon espesyal nan zafè itilize aparèy wobo pou ede yo fè operasyon sa a. Si w ap fè yon sistektomi avèk èd wobo, chirijyen w lan ap fè plizyè ensizyon sou vant ou. Ensizyon yo ap piti anpil (apeprè gwosè yon twou pòt). Yo ap gen yon kòl operasyon sou yo

(Dermabond) ki ap dekole poukont li.

Ekip swen w lan ap souvan retire tib respirasyon w lan pandan w toujou nan sal operasyon an.

Apre operasyon nan blad pipi a

Ribrik sa a ap pèmèt ou konnen sa k pral pase apre operasyon an. Ou pral konnen fason pou w reprann ou san pwoblèm apre operasyon an lè w nan lopital la ak lè w lakay ou.

Pandan w ap li ribrik sa a, note kesyon yo pou w poze pwofesyonèl swen sante w la.

Nan Inite Swen Apre Anestezi (Post-Anesthesia Care Unit, PACU)

Lè w reveye apre operasyon w la, w ap wè ou nan PACU a. Ap gen yon enfimyè k ap siveye tanperati kò ou, vitès batman kè ou, tansyon ou, ak nivo oksijèn ou. Ou ka pran oksijèn nan yon tib ki chita anba nen ou oswa yon mask ki kouvri nen w ak bouch ou. Epitou, ou kapab genyen bòt konpresyon nan bout jarèt ou.

Medikaman kont doulè

Y ap ba ou medikaman doulè pandan ou nan PACU a.

- Si w ap pran medikaman doulè nan kolòn vètebral, yo ap mete li nan espas epidiral ou an atravè katetè epidiral la.
- Lè w ap pran medikaman doulè nan venn, medikaman an ap pase nan tib sewòm ki nan venn ou an pou l ale dirèkteman nan san ou.
- Si y ap ba ou yon medikaman pou bloke nè, yo ap mete li dirèkteman nan nè ki lakoz doulè a.

W ap an mezi pou w kontwole medikaman doulè a gras ak yon bouton ki rele aparèy analjezi pou pasyan (patient-controlled analgesia, PCA). Li atik *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca) pou w jwenn plis enfòmasyon.

Tib ak drenaj

Ou ap genyen kèk kalite tib drenaj nan kò ou. Pwofesyonèl swen sante w la ap eksplike ou sa k pral pase. Epitou, li ap koche ti kare ki toupre tib yo ka mete pou ou yo.

- **Drenaj Jackson-Pratt (JP):** Se yon ti resipyan ki gen fòm ze. Li konekte nan yon tib ki nan pati anba vant ou. Li mete likid deyò nan zo basen ou.
- **Andopwotèz:** Sa yo se 2 ti tib. Yo gendwa nan yon ti ouvèti nan vant ou. Oswa, yo gendwa kole nan yon katetè Foley anndan kò ou. Yo la pou mete pipi deyò nan ren ou.
- **Tib nan Zòn Anwo Sèks (SP):** Se yon tib yo mete nan pati anba vant ou. Li la pou mete pipi deyò nan nouvo bladpipi a.
- **Katetè Foley:** Se yon tib yo mete nan irèt ou. Li la pou mete pipi deyò nan nouvo bladpipi a.

Fason yo ap transfere ou nan chanm lopital la

Li posib pou w pase nuit lan nan PACU a. Kantite tan ou ap fè ladan an depannde kalite operasyon ou te fè a. Yon manm pèsonèl la ap mennen ou nan chanm ou lè ou soti nan PACU a.

Nan chanm lopital la

Kantite tan ou pase nan lopital la apre operasyon an depannde jan ou reprann ou. Pifò moun rete nan lopital la pandan 3 a 4 jou.

Pandan w entène lopital la, w ap jwenn ak youn nan enfimyè nou yo k ap pran swen ou. Yon enfimyè ap ede w desann kabann nan epi l ap mete ou chita sou chèz woulant lan lè w rive.

Ekip swen w lan ap montre ou fason pou w okipe tèt ou pandan w ap geri apre w fin fè operasyon an. Men sa pou w fè pou pèmèt ou geri pi vit:

- **Li dokiman ki trase pakou gerizon w lan.** Si w poko genyen youn, nou ap ba ou yon dokiman ki gen ladan l objektif ou ap genyen pou w atenn pou w ka geri. Li ap pèmèt ou konnen sa pou w fè ak sa k ap pase chak jou pandan w ap geri a.

- **Kòmanse deplase pi vit ou kapab.** Tank ou soti nan kabann pi bonè, se tank ou ap kapab reprann aktivite nòmal ou yo pi rapid.

Deplase ak mache

Lè ou deplase ak mache, sa ap pèmèt ou diminye risk pou w gen san kaye ak nemoni (enfeksyon nan poumon). Epitou, sa ap pèmèt ou kòmanse fè pete ak poupou ankò. Enfimyè w la, fizyoterapet ou a, oswa ègoterapet ou a ap ede w deplase, si sa nesesè.

Pou w jwenn plis enfòmasyon sou fason mache kapab ede w geri, li atik *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery).

Pou w konnen sa w kapab fè pou w an sekirite epi anpeche w tonbe pandan w nan lopital la, li atik *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall).

Eseye suiv objektif deplasman ak objektif mache ki pi ba yo. Objektif sa yo nan dokiman ki trase pakou gerizon w lan tou.

Objektif pou deplasman ak mache	
Jou	**Objektif**
Jou operasyon an	• Pandye janm ou sou bò kabann nan.
Yon (1) jou apre operasyon an	• Chita sou chèz woulant lan pandan 2 a 3 minit. • Mache pou ale nan saldeben an epi bwose dan ou. • Fè twa (3) tou mache oswa plis ozalantou sèvis swen enfimyè a.
De (2) jou apre operasyon an	• Chita sou chèz woulant lan pandan 3 èdtan oswa plis. • Chita sou chèz woulant lan lè w ap manje. • Mache pou ale nan saldeben an epi bwose dan ou. • Fè sèt (7) tou mache oswa plis ozalantou sèvis swen enfimyè a.

Twa (3) jou apre operasyon an	• Chita sou chèz woulant lan pandan 4 èdtan oswa plis. • Chita sou chèz woulant lan lè w ap manje. • Mache pou ale nan saldeben an epi fè tout aktivite pou fè twalèt ou, tankou bwose dan ou ak lave figi ou. • Fè dis (10) tou mache oswa plis ozalantou sèvis swen enfimyè a.
Kat (4) jou apre operasyon an	• Chita sou chèz woulant lan pandan 5 èdtan oswa plis. • Chita sou chèz woulant lan lè w ap manje. • Fè katòz (14) tou mache oswa plis ozalantou sèvis swen enfimyè a (1.6 kilomèt).

Fason pou jere doulè

W ap genyen yon ti doulè apre operasyon an. Doktè w la ap pale avèk ou tou sou fason pou li ba ou medikaman doulè apre operasyon an.

Toudabò, w ap resevwa medikaman doulè w la nan katetè epidiral ou a oswa tib sewòm nan. W ap an mezi pou w kontwole medikaman doulè a gras ak yon aparèy PCA.

Si w te fè yon sistektomi avèk èd wobo, w ap pran medikaman doulè a dirèkteman nan nè a. Depi ou kapab manje, y ap ba ou medikaman doulè ou kapab vale.

Nou ap poze ou kesyon sou doulè w la souvan epi nou ap ba w medikaman lè sa nesesè. Si doulè a pa amelyore, mete youn nan pwofesyonèl swen sante w yo okouran. Li enpòtan pou w kontwole doulè a yon fason pou w ka itilize espiwomèt ou a epi deplase. Lè ou kontwole doulè a, sa kapab pèmèt ou geri pi vit.

Ou ta dwe toujou mete yon braslè oswa kolye MedicAlert ki di ou te fè yon sistektomi pou mete yon nouvo bladpipi menm kote ak bladpipi orijinal la. Pi souvan, se nan zepòl ou. Moun souvan genyen kalite doulè sa a. Se gaz yo te itilize pandan operasyon an ki lakoz li. Gaz sa a kapab fè presyon sou kèk pati nan kò ou. Doulè a ap disparèt nan kèk jou. Lè w mache apre operasyon an, sa ap pèmèt kò ou absòbe gaz la pi vit epi l ap redui doulè a. Yon konprès cho ap ede soulaje doulè a tou.

Yo ap ba ou yon preskripsyon pou medikaman doulè anvan w kite lopital la. Pale avèk pwofesyonèl swen sante w la sou efè segondè ki ka genyen yo. Mande li ki lè pou w kòmanse janbe nan medikaman doulè yo vann san preskripsyon yo.

Fason pou antrene poumon ou

Li enpòtan pou w antrene poumon ou pou yo ka elaji nèt. Sa ap pèmèt ou evite nemoni.

- Itilize espiwomèt ou a dis (10) fwa chak lè ou reveye nan dòmi. Li atik *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer) pou w jwenn plis enfòmasyon.
- Fè egzèsis touse ak egzèsis respirasyon pwofon. Yon moun nan ekip swen w lan ap montre w fason pou fè yo.

Manje ak bwè

Ou gendwa an mezi pou w kòmanse bwè likid nan demen apre pwosedi a. Ou ap kòmanse manje gwo manje tikal pa tikal ankò nan jou k ap vini yo. Sa depannde jan trip ou ap fonksyone.

Pandan w ap geri, apeti ou (anvi manje) ka fè yon ti diminye pa rapò ak jan li te ye anvan operasyon an. Manje sis (6) ti repa pandan tout jounen an olye ou manje twa (3) gwo repa. Lè w manje konsa, sa ap fè w dijere manje a fasil epi ba ou enèji pandan tout jounen an.

Si ou genyen kesyon sou rejim ou, mande pou wè yon dyetetisyen-nitrisyonis klinik.

Anflamasyon ak egzeyat

Tousuit apre operasyon an, pati jenital ou ak lenn ou gendwa fè yon ti anfle. Se zòn ki ant vant ou ak kuis ou. Epitou, ou ka gen dlo (likid) blanch k ap soti nan peni w oswa vajen w. Se yon bagay ki nòmal. Anflamasyon an ak dlo blanch lan ta dwe disparèt nan kèk semèn.

Aprann pran swen nouvo bladpipi ou an

Pandan w nan lopital la, enfimyè w la ap montre w fason pou w pran swen nouvo

bladpipi w la. Epitou, li ap montre w fason pou w jere tib ak drenaj w ap genyen sou ou lakay ou. Enfimyè w la ap ba ou enfòmasyon alekri. Ou kapab mete yo nan dosye sa a pou w ka rewè yo lè w lakay ou.

Li ap itil ou anpil si moun k ap ba ou swen an aprann fason pou l jere nouvo bladpipi w la tou. Sa ap rann li pi fasil pou li ede ou pran swen tèt ou lakay ou.

Fè moun k ap ba ou swen an pran randevou pou w rankontre avèk enfimyè w la. Enfimyè w la ap montre li jan pou l pran swen nouvo bladpipi w la. Li kapab reponn kesyon oswa rezoud pwoblèm li yo.

Planifikasyon egzeyat

Ou ap genyen yon responsab dosye ki ap ede w planifye pou w kite lopital la. Li ap pote kole avèk ou pou w ka gen yon enfimyè ki bay swen adomisil. Enfimyè ki bay swen adomisil la ap vin wè ou apre ou fin lopital la.

Anvan ou kite lopital la, enfimyè a ap ba ou ase materyèl pou w pran swen tèt ou lakay ou pandan anviwon twa (3) semèn. Epitou, li ap ba ou yon lis konpayi ou kapab kontakte pou w achte plis materyèl. Epitou, enfimyè ki travay avèk doktè w la ap ede w kòmande plis materyèl apre w fin kite lopital la.

Egzeyat

Anvan w kite lopital la, egzamine ensizyon w lan avèk youn nan pwofesyonèl swen sante w yo. Lè w konnen aparans li, sa ap pèmèt ou remake nenpòt chanjman pi devan.

Jou ou ap kite lopital, planifye pou w kite li anviwon 11è nan maten. Pwofesyonèl swen sante w la ap ekri òdonans egzeyat ou a epi li ap ba ou preskrisyon yo anvan w ale. Epitou, w ap jwenn lòd alekri pou w kite lopital la. Youn nan pwofesyonèl swen sante w yo ap rewè yo avèk ou anvan w ale.

Si machin ki vin pran w lan pa nan lopital la lè w pare pou ale a, ou gendwa rete tann li nan Saldatant pou Pasyan an. Yon moun nan ekip swen w lan ap ba ou plis enfòmasyon.

Lè ou rive lakay ou

Li ribrik *What You Can Do to Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-

care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling) pou w konnen sa w kapab fè pou anpeche w sot tonbe lè w lakay ou ak lè w vini nan randevou yo nan MSK.

Yon enfimyè ki bay swen adomisil ki soti nan lopital la ap vin wè w lè ou lakay ou. Li pral suiv jan w ap geri. Epitou, li ap ede w aprann pran swen nouvo bladpipi w la.

Enfimyè ki travay avèk doktè w la ap rele ou youn (1) a kat (4) jou apre w fin kite lopital la. Li ap mande w kijan ou ye. Epitou, li ap di ou ki lè pou w pran premye randevou w lan apre operasyon an.

Depi yo fin retire katetè Foley ou an, ou ap oblije pipi (pise) selon yon orè. Yo rele sa orè vide bladpipi oswa orè pipi. Lè ou suiv yon orè pipi, sa ap pèmèt ou pa twò plen nouvo bladpipi w la.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *Urination Schedule for Your Neobladder* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/urination-schedule-for-your-neobladder).

Bijou MedicAlert®

Ou ta dwe toujou mete yon braslè oswa kolye MedicAlert ki di ou te fè yon sistektomi pou mete yon nouvo bladpipi menm kote ak bladpipi orijinal la. Sa ap pèmèt moun k ap travay nan sèvis ijans yo pran swen ou si w ta malad grav oswa pran gwo chòk epi ou ta bezwen swen doktè.

Ou kapab achte yon braslè oswa kolye MedicAlert nan pifò famasi. Epitou, ou kapab mande yon moun nan ekip swen w lan yon aplikasyon. Pou w jwenn plis enfòmasyon, ale sou sitwèb MedicAlert la ki se www.medicalert.org.

Fason pou pran swen tib ak drenaj yo

Ou ap kite lopital la avèk youn (1) oswa plizyè tib drenaj. Tib yo ap mete pipi a deyò nan nouvo bladpipi w la epi l ap pèmèt zòn nan geri.

Si ou genyen yon katetè Foley, li atik *About Your Urinary (Foley) Catheter: How To Clean and Care for It* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter).

Si ou genyen yon drenaj Jackson-Pratt (JP), li atik *Caring for Your Jackson-Pratt Drain* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain).

Nouvo bladpipi w la fèt avèk yon moso nan trip ou, epi trip ou pwodui flèm. Flèm sa a kapab akimile epi bouche tib yo nan nouvo bladpipi w la. Pou anpeche sa rive, fòk ou irige (netwaye ak anpil dlo) tib ou yo anvan ak apre ou kite lopital la.

Enfimyè w la ap montre ou fason pou w fè sa. Ou ap oblije irige tib ou yo lakay ou jiskaske yo retire yo.

Apre yo fin retire tib yo, w ap wè ou genyen flèm nan pipi ou. Se yon bagay ki nòmal. Avèk tan k ap pase, nouvo bladpipi w la ap pwodui mwens flèm.

Fason pou jere doulè

Doulè a oswa malèz la pa fè menm kantite tan an kay tout moun. Ou gendwa kontinye ap pran kèk medikaman lè w ale lakay ou epi li posib pou w pran medikaman kont doulè. Gen kèk moun ki gen kote k ap fè yo mal, kote ki rèd, oswa doulè nan misk nan zòn ensizyon an pandan sis (6) mwa oswa plis. Sa pa vle di genyen yon pwoblèm.

Suiv konsèy sa yo pou w ka jere doulè ou lakay ou.

- Pran medikaman w yo jan yo di w la epi lè sa nesesè.
- Rele pwofesyonèl swen sante w la si medikaman li preskri w la pa soulaje doulè w la.
- Pinga ou kondi ni bwè alkòl pandan w ap pran medikaman yo preskri w pou doulè a. Gen kèk medikaman yo preskri w pou doulè ki kapab fè w gen anvi dòmi. Alkòl la kapab agrave anvi dòmi an.
- Ou ap genyen mwens doulè epi w ap bezwen pran mwens medikaman kont doulè ofiyamezi ensizyon w lan ap geri. Medikaman doulè yo vann san preskripsyon yo ap soulaje doulè ak malèz yo. Asetaminofèn (Tylenol®) ak ibipwofèn (Advil oswa Motrin) se egzanp medikaman doulè yo vann san preskripsyon.

    - Suiv enstriksyon pwofesyonèl swen sante w la pou w ka sispann pran medikaman doulè li preskri w la.
    - Pinga ou pran twòp nan yon medikaman. Suiv enstriksyon ki sou etikèt la oswa enstriksyon pwofesyonèl swen sante w la.
    - Li etikèt ki sou tout medikaman w ap pran. Sa enpòtan anpil si w ap pran asetaminofèn. Asetaminofèn se yon engredyan yo mete nan anpil medikaman yo vann san preskripsyon ak medikaman yo vann avèk preskripsyon. Lè w pran li twòp, li kapab andomaje fwa ou. Pinga ou pran plizyè medikaman ki genyen asetaminofèn san w pa mande yon moun ki nan ekip swen w lan.
- Medikaman doulè yo ta dwe pèmèt ou reprann aktivite ou abitye fè yo. Pran kantite ki sifizan pou w ka fè aktivite ak egzèsis ou yo san pwoblèm. Ou gendwa gen yon ti doulè anplis lè w kòmanse fè plis aktivite.
- Note moman ou pran medikaman kont doulè a. Li aji pi byen 30 a 45 minit apre w fin pran li. Li ap pi bon si w pran l lè w fenk genyen doulè a pase lè w tann doulè a vin pi malouk.

Gen kèk medikaman doulè yo preskri, tankou opyoyid, ki ka lakoz konstipasyon. Konstipasyon se lè ou poupou mwens souvan pase jan w abitye poupou a, lè w gen plis difikilte pou w poupou, oswa toude.

Fason pou evite ak jere konstipasyon

Pale avèk pwofesyonèl swen sante w la pou w konnen jan pou evite ak jere konstipasyon. Ou kapab suiv konsèy sa yo tou.

- Ale nan twalèt la menm lè a chak jou. Kò ou ap vin abitye ak lè sa a. Men, si w santi poupou kenbe w, pa kenbe li.
- Eseye ale nan twalèt 5 a 10 minit apre w fin manje. Lè w fin manje nan maten, se yon bon moman pou w al poupou. Se moman sa a reflèks nan kolon ou yo pi djanm.
- Fè egzèsis, si ou kapab. Mache se yon bon kalte egzèsis ki kapab pèmèt ou evite ak jere konstipasyon.
- Bwè 8 a 10 tas (8 ons) (2 lit) likid chak jou, si ou kapab. Chwazi dlo, ji (tankou

ji prin), soup, milkchek. Limite likid ki gen kafeyin yo, tankou kafe ak soda. Kafeyin nan kapab retire likid nan kò ou.

- Ogmante kantite fib ou manje tikal pa tikal soti nan 25 rive nan 35 gram pa jou. Fwi ak legim ki pa kale, sereyal konplè, ak sereyal ki genyen fib. Si ou fè yon ostomi oswa sa pa gen lontan depi w te fè operasyon nan trip, mande pwofesyonèl swen sante w la anvan w chanje rejim ou.
- Medikaman yo vann san preskripsyon ak sa yo vann avèk preskripsyon yo bon pou konstipasyon. Mande pwofesyonèl swen sante w la anvan w pran nenpòt medikaman pou konbat konstipasyon. Sa enpòtan anpil si ou fè yon ostomi oswa si ou te fè operasyon nan trip. Suiv enstriksyon ki sou etikèt la oswa enstriksyon pwofesyonèl swen sante w la. Men egzanp medikaman yo vann san preskripsyon yo:
  - Dokisat sodyòm (Colace®). Se yon medikaman ki pou ramoli poupou ou. Li lakoz kèk efè segondè. Ou kapab itilize li pou ka evite konstipasyon. Pinga ou pran li avèk luil mineral.
  - Poliyetilèn glikòl (MiraLAX®). Se yon medikaman ou pran pou w ka poupou. Li lakoz kèk efè segondè. Pran li avèk 8 ons oswa yon (1) tas likid. Pran li sèlman si w deja konstipe.
  - Senna (Senokot®). Se yon metsin estimilan ki kapab fè w gen kranp. Pran li lè w pral kouche pito. Pran li sèlman si w deja konstipe.

  Si nenpòt nan medikaman sa yo ba ou dyare (poupou mou ki dlo), sispann pran yo. Ou kapab kòmanse ankò si ou blije.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *How to Manage Constipation* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/constipation). Rele pwofesyonèl swen sante w la si w pa ka fè gaz oswa si w pa poupou depi twa (3) jou.

Dyare ak lòt chanjman ki fèt nan fonksyon entesten ou

Lè yo retire yon pati nan kolon ou, pati yo kite a adapte li ak chanjman an. Kolon ou ap kòmanse adapte li tousuit apre operasyon an. Pandan moman sa a, ou gendwa gen gaz, kranp. Abitid poupou w kapab chanje. Pa egzanp, ou kapab gen dyare oswa ale alasèl souvan. Chanjman sa yo ka pran plizyè semèn a plizyè

mwa pou yo disparèt.

Si w gen pwoblèm avèk chanjman ki fèt nan fonksyon entesten ou, pale avèk pwofesyonèl swen sante w la. Epitou, ou kapab suiv konsèy sa yo.

Fason pou jere gaz

Si ou gen gaz oswa ou santi w balonnen, evite manje ki bay gaz yo. Pwa, bwokoli, zonyon, chou, ak chouflè se kèk egzanp manje ki bay gaz.

Fason pou jere dyare

Si ou gen dyare, fòk ou bwè omwen 8 a 10 tas oswa 8 ons likid chak jou. Bwè dlo ak bwason ki gen sèl, tankou bouyon ak Gatorade. Sa ap pèmèt ou evite dezidratasyon ak feblès.

Lè ou suiv rejim FDSPT a, sa kapab ede w kontwole dyare a tou. Men sa ou plis jwenn nan rejim FDSPT a:

- Fig mi (F)
- Diri (D)
- Sòs pòm (S)
- Pen griye (P)
- Te (ki pa gen kafeyin)

Rele klinik doktè w la si w gen dyare plis pase kat (4) a senk (5) fwa pa jou. Rele li si dyare a santi anpil.

Fason pou jere ti doulè

Men sa pou w fè si ou gen doulè nan twou dèyè ou (zòn kote poupou a soti nan kò w la):

- Twanpe l nan dlo tyèd de (2) a twa (3) fwa pa jou.
- Mete pomad ki gen oksid zen (tankou Desitin®) sou po ki nan zòn twou dèyè w la. Sa pèmèt ou evite iritasyon.
- Pinga ou itilize papye twalèt ki di. Depreferans, ou kapab itilize yon ti sèvyèt mouye ki pa gen alkòl (tankou yon wayp tibebe).

- Si doktè w la preskri w medikaman, pran yo.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *Managing Diarrhea* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/diarrhea).

Fason pou pran swen ensizyon w lan

Benyen chak jou pou w ka netwaye ensizyon w lan. Suiv enstriksyon ki nan ribrik ki gen pou tit “Fason pou benyen”.

Li nòmal pou po ki anba ensizyon w lan angoudi. Sa rive paske yo te koupe kèk nan nè w yo pandan operasyon an. Angoudisman an ap disparèt tank tan ap pase.

Rele klinik pwofesyonèl swen sante w la si:

- Po ki ozalantou ensizyon w lan wouj anpil oswa ap vin pi wouj.
- Po ki ozalantou ensizyon w lan pi cho pase jan l abitye cho a.
- Zòn ki ozalantou ensizyon w lan kòmanse anfle oswa ap vin pi anfle.
- Ou wè dlo blanch ki sanble ak pij (ki pwès)
- Ensizyon w lan gen move sant.

Si ou ale lakay ou avèk agraf nan ensizyon w lan, pwofesyonèl swen sante w la ap retire yo nan premye randevou apre operasyon an. Se pa yon pwoblèm si yo mouye.

Si ou genyen Steri-Strips oswa Dermabond sou ensizyon w lan, yo ap lache epi sot tonbe oswa dekale poukont yo. Si yo pa sot tonbe apre 10 jou, ou kapab retire yo.

Fason pou benyen

Benyen chak jou pou w ka netwaye ensizyon an. Si ou genyen agraf oswa pwen kouti nan ensizyon w lan, ou kapab mouye yo.

Retire pansman an (yo) anvan w benyen. Benyen avèk savon, men pinga ou mete li dirèkteman sou ensizyon an. Pinga ou fwote zòn ki ozalantou

ensizyon w lan.

Lè ou fin benyen, seche zòn nan avèk yon sèvyèt pwòp. Si rad ou ap fwote sou ensizyon w lan, mete yon ti pansman sou li. Sinon, pa mete anyen sou li.

Pinga ou benyen pandan kat (4) premye semèn yo apre operasyon an.

Manje ak bwè

Ou kapab manje tout manje ou te konn manje anvan operasyon an, sof si pwofesyonèl swen sante w la pase ou lòt enstriksyon. Lè ou manje manje ki ekilibre epi ki gen anpil kalori ak pwoteyin, sa ap ede w geri apre operasyon an. Eseye manje ki gen anpil pwoteyin chak lè w ap manje. Bon sous pwoteyin yo se vyann poul, pwason, vyann wouj, ze, fwomaj, pwa, oswa tofou. Epitou, ou ta dwe asire ou manje fwi, legim, ak sereyal konplè.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *Eating Well During Your Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment).

Epitou, fòk ou bwè anpil likid. Eseye bwè uit (8) a dis (10) tas oswa 8 ons likid chak jou. Chwazi likid ki pa gen alkòl. Limite likid ki gen kafeyin yo.

Ou ta dwe bwè ase likid yon fason pou pipi ki nan pòch pipi a ka jòn pal oswa klè anpil. Si li vin jòn fonse oswa jòn abriko, fòk ou bwè plis likid.

Si ou genyen kesyon sou rejim ou, mande pou wè yon dyetetisyen-nitrisyonis klinik.

Aktivite ak egzèsis fizik

Ensizyon w lan ka sanble geri sou deyò lè ou kite lopital la. Li pa p geri sou anndan.

- Pinga ou leve anyen ki peze plis pase dis (10) liv oswa 4.5 kilogram pandan sis (6) a uit (8) premye semèn yo apre operasyon an.
- Pinga ou fè okenn aktivite ki mande anpil jefò, tankou djògin ak jwe tenis, pandan twa (3) premye mwa yo apre operasyon an.

- Pinga ou pratike okenn espò kontak, tankou foutbòl ameriken, pandan twa (3) premye mwa yo apre operasyon an.

Lè w fè aktivite fizik, tankou mache ak monte eskalye, sa ap ede w pran fòs epi fè mye. Eseye fè ven (20) a trant (30) minit aktivite fizik omwen de (2) a twa (3) fwa pa jou. Pa egzanp, ou kapab mache deyò oswa anndan nan mòl oswa sant komèsyal ki nan zòn ou an.

Asire ou pale avèk pwofesyonèl swen sante w la anvan ou kòmanse fè nenpòt aktivite fizik. Li ap di ou ki lè ou ap kapab kòmanse fè aktivite fizik ankò.

Pou w jwenn plis enfòmasyon, li atik *General Exercise Program: Level 2* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/general-exercise-level-2).

Li nòmal pou w gen mwens fòs pase jan w abitye genyen an apre operasyon an. Tan gerizon an diferan kay chak moun. Fè plis aktivite chak jou nan mezi ou kapab. Asire ou pran repo lè w ap fè aktivite fizik yo. Repo a jwe yon gwo wòl nan gerizon ou.

Kondi

Mande pwofesyonèl swen sante w la ki lè ou kapab kondi. Pifò moun reprann volan machin sis (6) semèn apre operasyon an. Pinga ou kondi pandan w ap pran medikaman doulè ki ka ba ou dòmi nan je.

Ou kapab monte yon machin antanke pasaje nenpòt ki lè apre w fin kite lopital la.

Retounen nan travay

Pale avèk pwofesyonèl swen sante w la sou travay ou a. L ap di ou ki lè ou ka kòmanse travay ankò selon travay ou fè a. Si ou deplase anpil oswa ou leve bagay ki lou, ou gendwa oblije repoze w yon ti kras pi lontan. Si ou chita devan yon biwo, ou ka an mezi pou w retounen pi bonè.

Vwayaj

Ou ap an mezi pou w vwayaje. Men kèk konsèy pou lè w ap vwayaje:

- Pote kèk materyèl anplis, sizoka ou pa ta ka jwenn yo kote ou prale a.

- Si w ap pran avyon, tren, oswa bis, pote materyèl yo avèk ou. Pinga ou mete yo nan bagay yo ap tcheke yo. Sa ap pèmèt ou genyen tout sa w bezwen si w separe ak bagay yo tcheke yo.

Seksyalite

Seksyalite gen ladan l anpil aspè lanmou ak entimite. Se pa sèlman fè bagay. Ou menm ak patnè w la kapab jwenn lòt mannyè pou nou eksprime santiman nou ak entimite n youn pou lòt, se pa sèlman fè bagay.

Sa ki pi enpòtan an, pa bliye operasyon ou fè a pa chanje santiman nou youn genyen pou lòt. Li ap itil pou w pale sou pwoblèm sa yo avèk yon seksològ. Pou w wè yon seksològ nan youn nan klinik sante seksyèl nou yo, mande yon moun ki nan ekip swen w lan yon referans.

The American Cancer Society (ACS) bay bwochi gratis ki pale sou kansè ak sante seksyèl. Yo rele *Sex and the Adult Male with Cancer (Sèks kay Granmoun Gason ki gen Kansè a)* epi *Sex and the Adult Female with Cancer ((Sèks kay Granmoun Fanm ki gen Kansè a))*. Ou kapab jwenn kopi yo lè w ale sou sitwèb ACS la ki se www.cancer.org oswa lè w rele nan 800-227-2345.

Fason pou jere santiman ou yo

Apre w fin fè operasyon pou yon maladi grav, ou ka kòmanse santi w yon lòt fason ki deranje ou. Anpil moun di yo santi yo konn anvi kriye, yo tris, yo enkyè, yo gen kè sote, yo chimerik, oswa yo fache. Ou ka twouve li difisil pou w kontwole kèk nan emosyon sa yo. Lè sa rive, li bon pou w chèche sipò emosyonèl. Pwofesyonèl swen sante w la kapab voye ou ale nan Sant Konsèy MSK a. Epitou, ou kapab kontakte sant lan nan 646-888-0200.

Premye etap la se pale sou jan ou santi w. Fanmi ak zanmi kapab ede ou. Epitou, nou kapab remonte moral ou, kore w epi gide w. Se toujou yon bon lide pou w fè nou konnen jan ou menm, fanmi ou, ak zanmi ou yo santi nou sou plan emosyonèl. Gen anpil resous ki disponib pou ou menm ak fanmi ou. Nou la pou nou ede ou menm, fanmi w ak zanmi w yo jere aspè emosyonèl maladi w la. Nou kapab ede ou kit ou nan lopital la kit ou lakay ou.

Anpil moun antre nan gwoup sipò MSK genyen anliy pou moun ki gen kansè

bladpipi yo. Pou w jwenn plis enfòmasyon sou gwoup sipò nou an, li ribrik ki gen pou tit “Sèvis sipò” a. Pou w jwenn plis enfòmasyon sou lòt resous yo, tankou Bladder Cancer Advocacy Network (BCAN), li ribrik ki gen pou tit “Sèvis sipò pou kansè bladpipi”.

Lè pou rele pwofesyonèl swen sante ou

Rele pwofesyonèl swen sante w la si:

- Ou gen yon lafyèv ki 101 degre farennay (38.3 degre santigrad) oswa ki pi wo.
- Ou gen frison.
- Ou gen senyman. Sa vle di zòn ensizyon an ap senyen, gen san wouj vif oswa gwo kayo san nan pipi ou.
- Ou gen souf kout.
- Po ki ozalantou ensizyon w lan wouj anpil oswa ap vin pi wouj.
- Po ki ozalantou ensizyon w lan pi cho pase jan l abitye cho a.
- Zòn ki ozalantou ensizyon w lan kòmanse anfle oswa ap vin pi anfle.
- Ensizyon w lan bay plis dlo blanch pase jan l abitye bay la, oswa li bay lòt dlo blanch.
- Ou wè ensizyon an ap bay dlo blanch ki sanble ak pij (ki pwès).
- Katetè w la oswa tib drenaj ou yo p ap koule.
- Katetè w la oswa tib drenaj ou yo vin lach oswa yo sot tonbe.
- Ensizyon w lan gen move sant.
- Ou genyen plis doulè.
- Janm ou yo anfle oswa yo fè w mal.
- Ou santi w anvi vomi oswa ou vomi.
- Ou pa ka fè gaz ni ou pa ale alasèl depi twa (3) jou.
- Ou pipi mwens. Se lè ou pipi mwens pase jan w abitye pipi a.
- Ou genyen pwoblèm ou pa t atann ou t ap genyen.

- Ou genyen kesyon oswa enkyetid.

Enfòmasyon pou pran kontak

Si ou gen kesyon oswa enkyetid, kontakte pwofesyonèl swen sante w la. Yon moun nan ekip swen w lan ap reponn ou Lendi rive jiska Vandredi soti 9è nan maten rive 5è nan apremidi. Lè lè sa yo pase, ou kapab kite yon mesaj oswa pale avèk yon pwofesyonèl swen sante nan MSK. Toujou genyen yon doktè oswa enfimyè ki disponib.

Si w pa konnen fason pou w jwenn pwofesyonèl swen sante w la, rele nan 212-639-2000.

Sèvis sipò

Ribrik sa a genyen yon lis ki gen sèvis sipò yo. Yo ka ede w prepare w pou fè operasyon an epi ede w reprann ou apre w fin fè operasyon an.

Pandan w ap li ribrik sa a, note kesyon yo pou w poze pwofesyonèl swen sante w la.

Gwoup sipò pou moun ki gen kansè bladpipi

Se yon gwoup sipò ak fòmasyon anliy. Li la pou moun ki gen kansè bladpipi oswa ki te fè tretman pou kansè bladpipi. Moun yo pale de eksperyans pèsonèl yo epi yo ede youn lòt avèk konsèy pratik epi youn bay lòt sipò emosyonèl. Se yon travayè sosyal, yon enfimyè MSK, oswa yon enfimyè WOC ki dirije li.

Gwoup sa a reyini dezyèm jedi nan chak mwa soti midi rive 1è nan apremidi. Pou w jwenn plis enfòmasyon oswa pou w enskri, kontakte travayè sosyal MSK ou an. Epitou, ou kapab voye yon mesaj bay ekip swen w lan atravè pòtay pasyan MSK a, ki se MSK MyChart. Yo kapab mete ou an kontak avèk yon travayè sosyal MSK. Yon moun nan ekip swen w lan ap li mesaj ou voye a epi l ap reponn ou nan espas 2 jou ouvrab (Lendi jiska Vandredi).

Sèvis sipò MSK yo

Biwo Admisyon
212-639-7606

Rele li si ou genyen kesyon sou admisyon ou nan lopital la, tankou fason pou mande yon chanm prive.

Anestezi
212-639-6840
Rele li si ou genyen kesyon sou anestezi.

Sal Don San
212-639-7643
Rele li pou w mande enfòmasyon si w vle bay san oswa plakèt.

Bobst International Center
www.msk.org/international
888-675-7722
Nou akeyi pasyan ki soti nan tout mond lan epi nou ofri anpil sèvis pou ede. Si w se yon pasyan ki soti nan yon lòt peyi epi ou bezwen swen medikal, rele nou pou nou ede w.

Sant Konsèy
www.msk.org/counseling
646-888-0200
Anpil moun konstate lè yo ba yo konsèy, sa ede yo. Sant Konsèy nou yo bay moun, koup, fanmi, ak gwoup moun konsèy. Epitou, nou kapab preskri medikaman ki pou soulaje w si w soufri anksyete oubyen depresyon. Mande yon manm ki nan ekip swen w lan yon referans oubyen rele nan nimewo ki anwo a pou w pran yon randevou.

Pwogram Èd Manje
646-888-8055
Nou bay moun ki nan bezwen yo manje pandan yo ap fè tretman kansè. Pale avèk yon moun ki nan ekip swen w lan oswa rele nan nimewo anwo a pou w jwenn plis enfòmasyon.

Sèvis Medsin Entegre ak Byennèt
www.msk.org/integrativemedicine
Sèvis Mesin Entegre ak Byennèt nou an ofri anpil sèvis pou konplete (mache kòtakòt avèk) swen medikal tradisyonèl yo. Pa egzanp, nou ofri terapi ak mizik,

terapi pou lespri ak kò, dans ak terapi mouvman, yoga ak terapi touche. Rele nan 646-449-1010 pou w pran yon randevou pou benefisye sèvis sa yo.

Epitou, ou kapab planifye yon konsiltasyon avèk yon pwofesyonèl swen sante ki nan Sèvis Medsin Entegre ak Byennèt la. Li ap ede w fè yon plan pou w viv an sante epi jere efè segondè yo. Rele nan 646-608-8550 pou w pran yon randevou pou konsiltasyon.

Bibliyotèk MSK
library.mskcc.org
Ou ka vizite bibliyotèk nou an sou entènèt oubyen sou imel nouasklibrarian@mskcc.orgpou pale ak manm pèsonèl bibliyotèk la. Yo kapab ede w jwenn plis enfòmasyon sou yon tip kansè. Ou ka vizite tou Gid Resous Fòmasyon pou Pasyanbibliyotèk la.

Sèvis Nitrisyon
www.msk.org/nutrition
212-639-7312
Sèvis Nitrisyon nou an bay konsèy nan zafè nitrisyon avèk youn nan dyetetisyen-nitrisyonis klinik nou yo. Dyetetisyen-nitrisyonis klinik ou an ap pale avèk ou sou abitid manje ou genyen yo. Epitou, li kapab ba ou konsèy sou sa pou w manje pandan ak apre tretman an. Mande yon manm ki nan ekip swen w lan yon referans oubyen rele nan nimewo ki anwo a pou w pran yon randevou.

Fòmasyon pou Pasyan ak Kominote
www.msk.org/pe
Ale sou sitwèb nou an ki bay fòmasyon pou pasyan ak kominote pou w chèche resous edikatif, videyo, ak pwogram sou entènèt.

Sèvis Faktirasyon Pasyan
646-227-3378
Rele l si ou genyen kesyon sou zafè otorizasyon alavans avèk konpayi asirans ou an. Yo rele sa apwobasyon alavans.

Biwo Reprezantan Pasyan
212-639-7202

Rele l si ou genyen kesyon sou fòm Reprezantan Swen Sante oswa si ou gen enkyetid pou swen ou.

Enfimyè Lyezon Anvan, Pandan, ak Apre Operasyon
212-639-5935
Rele l si ou genyen kesyon sou fason MSK pibliye enfòmasyon yo pandan operasyon an.

Enfimyè Prive ak Moun pou Akonpaye
646-357-9272
Ou kapab mande enfimyè prive oswa moun ki pou akonpaye w pou pran swen ou nan lopital la ak lakay ou. Rele pou w jwenn plis enfòmasyon.

Sèvis Reyabilitasyon
www.msk.org/rehabilitation
Kansè ak tretman kansè kapab fèw santi kò ou fèb oubyen rèd. Genyen kèk ki ka koze lenfedèm (anflamasyon). Fizyat nou yo (doktè an reyabilitasyon), èqoterapet nou yo (OT yo), ak fizyoterapet (PT yo) nou yo kapab ede w reprann aktivite ou abitye fè yo.

- **Fizyat yo** ap dyagnostike epi trete pwoblèm ki afekte fason ou deplase ak fè aktivite yo. Yo kapab kreye epi ede kowòdone pwogram terapi reyabilitasyon ou an, swa nan MSK swa yon kote ki pi pre lakay ou. Rele sèvis Medsin Reyabilitasyon (Fizyatri) nan 646-888-1929 pou w jwenn plis enfòmasyon.
- Gen yon **èqoterapet** ki kapab ede ou si w gen difikilte pou w fè aktivite chak jou ou abitye fè yo. Pa egzanp, li kapab rekòmande w zouti ki pou rann aktivite chak jou yo vin pi fasil. Yon **fizyoterapet** kapab montre w egzèsis pou w fè ki pou pèmèt ou vin gen fòs ak souplès. Rele sèvis Terapi Reyabilitasyon an nan 646-888-1900 pou w jwenn plis enfòmasyon.

Pwogram Resous pou Lavi Apre Kansè (Resources for Life After Cancer, RLAC)
646-888-8106
Nan MSK, laswenyay pa fini apre tretman an. Pwogram RLACa fèt pou pasyan yo ak fanmi yo ki fini ak tretman an.

Pwogram nan genyen plizyè sèvis. Nou bay seminè, atelye, gwoup sipò, ak konsèy sou lavi apre tretman an. Epitou, nou kapab ede rezoud pwoblèm asirans ak pwoblèm anplwa.

Pwogram Sante Seksyèl
Kansè ak tretman kansè kapab afekte sante seksyèl ou, fètilite ou, oswa toude. Pwogram sante seksyèl MSK a kapab ede w anvan, pandan, oswa apre tretman an.

- Pwogram Medsin Seksyèl Fanm ak Sante Fanm nou an kapab ede rezoud pwoblèm sante seksyèl, tankou rete anvan lè oswa pwoblèm fètilite. Mande yon moun ki nan ekip swen MSK ou an yon referans oswa rele nan 646-888-5076 pou w jwenn plis enfòmasyon.
- Pwogram Medsin Seksyèl ak Repwodiktif Gason nou an kapab ede rezoud pwoblèm sante seksyèl, tankou pwoblèm bann (erectile dysfunction, ED). Mande yon moun ki nan ekip swen ou an yon referans oswa rele nan 646-888-6024 pou w jwenn plis enfòmasyon.

Travay Sosyal
www.msk.org/socialwork
212-639-7020
Travayè sosyal yo ede pasyan yo, fanmi yo, ak zanmi yo fè fas ak pwoblèm moun ki gen kansè yo souvan genyen. Yo bay konsèy endividyèl epi yo pwopoze gwoup sipò pandan tout tretman an. Yo kapab ede w kominike avèk timoun yo ak lòt moun nan fanmi yo.

Epitou, travayè sosyal nou yo kapab refere ou bay ajans kominotè yo ak pwogram yo. Si w genyen pwoblèm pou peye bòdwo w yo, yo genyen enfòmasyon sou zafè resous finansyè. Rele nan nimewo pi wo a pou w jwenn plis enfòmasyon.

Swen Espirityèl
212-639-5982
Omonye nou yo (konseye espirityèl yo) disponib pou yo koute ak kore fanmi yo epi priye avèk yo. Yo kapab kontakte lidè oswa gwoup relijye ki nan kominote yo, oswa yo kapab senpman la pou konsole fanmi yo epi fè yo santi sentespri a

la. Nenpòt moun kapab mande sipò espirityèl. Ou pa oblije fè pati okenn relijyon (lyen ak yon relijyon).

Chapèl MSK a ki gen moun relijyon diferan ladan l chita kò li toupre antre prensipal Memorial Hospital. Li ouvè 24 sou 24. Si ou genyen yon ijans, rele nan 212-639-2000. Mande pou omonye ki disponib lan.

Pwogram Tretman pou Moun ki Fimen Tabak

www.msk.org/tobacco
212-610-0507
Si ou vle kite fimen, MSK gen espesyalis ki kapab ede ou. Rele pou w jwenn plis enfòmasyon.

Pwogram Vityèl

www.msk.org/vp
Pwogram Vityèl nou yo bay pasyan yo ak moun k ap bay swen yo fòmasyon ak sipò sou entènèt. Pwogram vityèl sa yo se yon seri seyans an dirèk kote ou kapab pale oswa annik koute. Ou kapab konnen dyagnostik ou an, sa ki pral pase pandan tretman an, ak fason pou w prepare pou tretman kansè w lan.

Seyans yo prive, gratis, epi se ekspè ki dirije yo. Ale sou sitwèb nou an pou w jwenn plis enfòmasyon sou Pwogram Vityèl nou yo oswa pou w enskri ladan yo.

Sèvis sipò pou moun ki gen kansè bladpipi

Bladder Cancer Advocacy Network

www.bcan.org
Sitwèb sa a genyen fòmasyon ak resous sou kansè bladpipi, tankou fèy enfòmasyon, pòdkas, ak wèbinè. Epitou, li genyen yon sèvis pou moun ki gen kansè bladpipi. Sa gen ladan yon liy sipò gratis ak yon lis gwoup sipò selon Eta a.

National Association for Continence

www.nafc.org
Sitwèb sa a genyen enfòmasyon ak resous pou moun ki gen pwoblèm pou kenbe pipi. Li di ou egzèsis Kegel ou kapab fè ak materyèl ou kapab achte pou jere pwoblèm pa ka kenbe pipi a. Epitou, li genyen yon ànyè ki kapab refere ou bay doktè ki nan zòn ou an ki kapab rezoud pwoblèm pa ka kenbe pipi ou

genyen an.

Wound, Ostomy, and Continence Nurses Society

www.wocn.org/learning-center/patient-resources

Ale sou sitwèb sa a pou w ka jwenn yon enfimyè WOC ki nan zòn ou an. Plizyè enfimyè WOC kapab wè ou sèlman si genyen yon klinik pou pasyan ki pa entène nan lopital li a. Oswa, yo kapab wè ou sèlman si ou genyen yon doktè nan lopital yo a.

Epitou, sitwèb sa a genyen enfòmasyon sou resous ak gwoup sipò pou moun ki gen blesi, ostomi, ak pwoblèm pa ka kenbe pipi.

Sèvis sipò deyò

Access-A-Ride

web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm

877-337-2017

Nan Vil New York, Metropolitan Transportation Authority (Otorite Transpò Metwopoliten, MTA) bay yon sèvis transpò pataje, depòtanpòt pou moun ki gen andikap ki pa kapab pran transpò piblik oswa metwo.

Air Charity Network

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

Li bay pasyan yo mwayen transpò pou yo ale nan sant tretman yo.

American Cancer Society (ACS)

www.cancer.org

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

Ofri yon dividal enfòmasyon ak sèvis, tankou Hope Lodge, ki se yon kote pou pasyan ak moun k ap bay swen yo rete pandan yo ap fè tretman kansè.

Cancer and Careers

www.cancerandcareers.org

646-929-8032

Se yon resous pou edikasyon, zouti, ak evènman pou anplwaye ki gen kansè.

CancerCare

www.cancercare.org
800-813-4673
275 Seventh Avenue (Between West 25th & 26th Streets)
New York, NY 10001
Bay konsèy, gwoup sipò, atelye edikatif, piblikasyon, ak asistans finansyè.

Cancer Support Community
www.cancersupportcommunity.org
Bay moun kansè afekte yo sipò ak fòmasyon.

Caregiver Action Network
www.caregiveraction.org
800-896-3650
Li bay moun k ap pran swen pwòch yo ki soufri yon maladi kwonik oswa ki genyen yon andikap fòmasyon ak sipò.

Corporate Angel Network
www.corpangelnetwork.org
866-328-1313
Li ofri vwayaj gratis pou pasyan yo ka ale nan tretman nan tout peyi a. Pou li fè sa, li itilize plas ki vid nan djèt prive yo.

Good Days
www.mygooddays.org
877-968-7233
Li bay èd lajan pou pasyan yo peye kotizasyon pandan tretman an. Fòk pasyan yo genyen asirans medikal, reponn ak kritè revni yo, epi fòk yo preskri yo medikaman ki nan lis medikaman Good Days yo.

Healthwell Foundation
www.healthwellfoundation.org
800-675-8416
Li bay èd lajan pou pasyan yo peye kotizasyon, prim swen sante, ak franchiz pou kèk medikaman ak terapi.

Joe's House

www.joeshouse.org
877-563-7468
Li bay moun ki gen kansè yo ak fanmi yo yon lis kote pou yo rete ki toupre sant tretman yo.

LGBT Cancer Project
lgbtcancer.com
Li bay kominote LGBT a sipò epi li fè pledwaye pou li. Li genyen plizyè gwoup sipò anliy ak yon bazdone ki gen esè klinik ki adapte ak LGBT.

LIVESTRONG Fertility
www.livestrong.org/fertility
855-744-7777
Li bay pasyan ki gen kansè ak sivivan kansè tretman medikal yo gen risk ki asosye avèk esterilite enfòmasyon ak sipò nan zafè fè pitit.

Pwogram Look Good Feel Better
www.lookgoodfeelbetter.org
800-395-5665
Pwogram sa a pwopoze atelye pou w aprann bagay ou kapab fè ki pou fè ou gen plis konfyans nan aparans ou. Pou w jwenn plis enfòmasyon oswa pou w enskri nan yon atelye, rele nan nimewo ki pi wo a oswa ale sou sitwèb pwogram nan.

National Cancer Institute
www.cancer.gov
800-4-CANCER (800-422-6237)

National Council on Aging (NCOA)
www.benefitscheckup.org
Bay enfòmasyon ak resous pou tigranmoun. Sèvis sa ofri pa BenefitsCheckUp®, yon zouti sou entènèt gratis ki konekte w ak pwogram asistans preskripsyon, ki enkli ladan l pwogram Medicare's Extra Help.

National LGBT Cancer Network
www.cancer-network.org
Li bay edikasyon, fòmasyon, epi li defann sivivan kansè LGBT yo ak sila yo ki gen an danje.

Needy Meds
www.needymeds.org
Li bay yon Lis Pwogram ki bay Pasyan Èd pou yo jwenn medikaman mak ak medikaman jenerik.

NYRx
www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm
Li bay anplwaye ki elijib yo ak moun ki pran retrèt nan sektè piblik nan Eta New York yo avantaj pou medikaman preskripsyon.

Fondasyon Patient Access Network (PAN)
www.panfoundation.org
866-316-7263
Li bay pasyan ki gen asirans yo èd pou yo peye kotizasyon yo.

Patient Advocate Foundation
www.patientadvocate.org
800-532-5274
Li fè moun jwenn swen, èd lajan, èd pou asirans, èd pou kenbe travay, epi li fè moun antre nan anyè nasyonal ki gen resous pou moun ki manke asirans yo.

Red Door Community (ki te rele Gilda's Club oparavan)
www.reddoorcommunity.org
212-647-9700
Se yon kote moun k ap viv avèk kansè yo jwenn sipò sosyal ak emosyonèl nan fè kontak ak moun, atelye, konferans, ak aktivite sosyal.

RxHope
www.rxhope.com
877-267-0517
Li bay moun èd pou yo jwenn medikaman yo pa gen mwayen pou yo achte.

Triage Cancer
www.triagecancer.org
Li bay pasyan ki gen kansè yo ak moun k ap ba yo swen yo enfòmasyon ak resous jiridik, medikal ak finansyè.

Resous pedagojik

Ribrik sa a bay resous pedagojik nou mansyone nan gid sa a. Yo ap ede ou prepare w pou fè operasyon an epi yo ap ede w reprann ou apre w fin fè operasyon an.

Pandan w ap li resous sa yo, note kesyon yo pou w poze pwofesyonèl swen sante w la.

- *Yon Gid pou Moun k ap Bay Swen* (www.mskcc.org/ht/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)
- *About Your Urinary (Foley) Catheter: How To Clean and Care for It* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter)
- *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *Caring for Your Jackson-Pratt Drain* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain)
- *Eating Well During Your Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment)
- *Fertility Preservation Before Cancer Treatment: Options for People Born with Ovaries and a Uterus* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment)
- *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)
- *General Exercise Program: Level 2* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/general-exercise-level-2)
- *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (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)

- *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)
- *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *Information for Family and Friends for the Day of Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery)
- *How to Manage Constipation* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/constipation)
- *Managing Diarrhea* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/diarrhea)
- *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)
- *Pelvic Floor Exercises for Females* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-females)
- *Pelvic Floor Muscle (Kegel) Exercises for Males* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males)
- *Sperm Banking* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking)
- *Urination Schedule for Your Neobladder* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/urination-schedule-for-your-neobladder)
- *What You Can Do to Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

Si ou gen kesyon oswa enkyetid, kontakte pwofesyonèl swen sante w la. Yo manm nan ekip swen w la ap reponn Lendi rive jiska Vandredi soti 9è A.M rive 5è P.M Lè lè sa yo pase, ou kapab kite yon mesaj oswa pale avèk yon lòt pwofesyonèl swen sante nan MSK. Toujou genyen yon doktè oswa enfimyè ki disponib. Si w pa konnen fason pou w jwenn pwofesyonèl swen sante w la, rele nan 212-639-2000.

Pou w jwenn plis resous, ale sou www.mskcc.org/pe pou w fè rechèch nan bibliyotèk vityèl nou an.