Memorial Sloan Kettering Cancer Center

PROGRAMMA DI INFORMAZIONE PER PAZIENTI E OPERATORI SANITARI

Informazioni sul tuo intervento chirurgico al rene o alla ghiandola surrenale

Questa guida ti aiuterà a prepararti per l'intervento chirurgico al rene o alla ghiandola surrenale presso MSK. Inoltre, ti aiuterà a sapere ciò che devi aspettarti durante la convalescenza.

Utilizza questa guida come strumento di riferimento nei giorni che precedono l'intervento. Portala con te il giorno dell'intervento. Tu e il team di assistenza sanitaria la utilizzerete per avere maggiori informazioni sulla tua convalescenza.

Informazioni sul tuo intervento chirurgico al rene o alla ghiandola surrenale

Informazioni sui reni e sulle ghiandole surrenali

- I **reni** sono organi a forma di fagiolo, delle dimensioni di un pugno (Figura 1). Sono situati quasi al centro della schiena. Abbiamo 2 reni, ciascuno su un lato del corpo (Figura 2).

  I reni filtrano il sangue, regolano i livelli degli ormoni e la pressione sanguigna. I prodotti di scarto e i liquidi in eccesso che i reni filtrano dal sangue vengono espulsi dal corpo sotto forma di urina (pipì).

- I **linfonodi** sono piccole ghiandole ovali o tonde che si trovano in tutto il corpo. I linfonodi producono e raccolgono le cellule che combattono le infezioni. Solitamente, i primi a essere attaccati quando un cancro si diffonde sono i linfonodi.

- Il tuo medico potrebbe decidere di asportare alcuni dei tuoi linfonodi e controllarli per verificare la presenza di cellule tumorali. Poiché il tuo corpo ha molti linfonodi, non sarà un problema rimuoverne qualcuno.
- Le **ghiandole surrenali** producono gli ormoni che ti aiutano a gestire lo stress. Abbiamo 2 ghiandole surrenali, localizzate sopra ciascun rene (Figura 2).
- Gli **ureteri** sono i condotti che trasportano l'urina dai reni alla vescica.
- La **vescica** raccoglie l'urina.

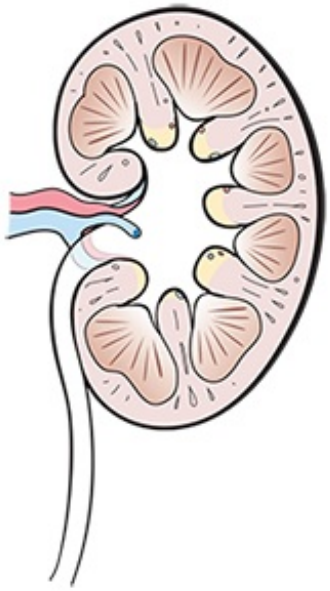


Figura 1. Il tuo rene

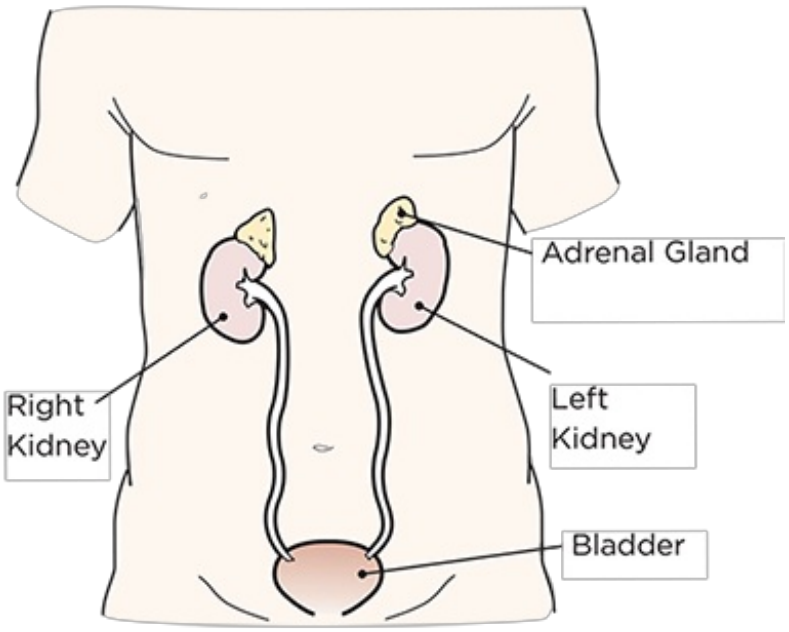


Figura 2. I reni e le ghiandole surrenali

Informazioni sul tuo intervento chirurgico al rene o alla ghiandola surrenale

Il tipo di intervento che farai dipende dalla dimensione e dalla posizione del cancro. Il tuo chirurgo ti spiegherà quale intervento sia il più adatto a te.

- La **nefrectomia parziale** (nefrectomìa) è un intervento chirurgico effettuato per rimuovere la parte del rene affetta da cancro e il tessuto intorno a essa. Se necessario, il chirurgo rimuoverà anche alcuni dei tuoi linfonodi. Parte del rene rimarrà nel tuo corpo.
- La **nefrectomia radicale** (nefrectomìa) è un intervento chirurgico effettuato per rimuovere l'intero rene e il tessuto intorno a esso. Se necessario, il chirurgo rimuoverà anche alcuni dei tuoi linfonodi e la ghiandola surrenale.
- La **nefroureterectomia** (nefroureterectomìa) è un intervento chirurgico effettuato per rimuovere l'intero rene, il tessuto intorno a esso, alcuni dei linfonodi, la ghiandola surrenale (se necessario), tutto o parte dell'uretere e parte della vescica.
- L'**adrenalectomia** (adrenalectomìa) è un intervento chirurgico effettuato per rimuovere le ghiandole surrenali.

Esistono modi diversi di praticare questi interventi. Il tuo chirurgo ti spiegherà

quali opzioni siano più adatte a te.

Chirurgia laparoscopica o robotica

Se farai questo tipo di intervento, il chirurgo praticherà da 3 a 5 piccole incisioni (tagli chirurgici). Utilizzerà piccoli strumenti chirurgici e una telecamera per rimuovere tutto o parte del rene o della ghiandola surrenale, a seconda del cancro.

Chirurgia del rene a cielo aperto

Se farai questo tipo di intervento, il chirurgo praticherà 1 incisione. L'incisione misura solitamente circa 13 centimetri. Il chirurgo rimuoverà tutto o parte del rene o la ghiandola surrenale, a seconda del cancro.

Prima dell'intervento chirurgico al rene o alla ghiandola surrenale

La presente sezione ti aiuterà a prepararti per l'intervento. Leggerla una volta fissato l'intervento. Consultarla man mano che il giorno dell'intervento si avvicina. Contiene informazioni importanti che ti spiegano come prepararti.

Man mano che leggi questa sezione, annotati le domande da fare al tuo medico.

Come prepararsi all'intervento chirurgico

Tu e un membro del team di assistenza sanitaria collaborerete insieme per prepararti al tuo intervento. Aiutaci a proteggerti dicendoci se una di queste cose ti riguarda, anche se non ne sei sicuro.

- Assumo farmaci su prescrizione. Un farmaco con prescrizione è un farmaco che è possibile ottenere solo con ricetta medica. Alcuni esempi sono:
  - Farmaci somministrati via bocca.
  - Farmaci somministrati sotto forma di iniezione (puntura).
  - Farmaci inalati (che respiri).
  - Farmaci messi sulla pelle come cerotti o creme.
- Assumo farmaci da banco, compresi cerotti e creme. Un farmaco da banco è

un farmaco che è possibile acquistare senza ricetta.

- Assumo integratori alimentari, quali erbe, vitamine, minerali, rimedi naturali o casalinghi.
- Ho un pacemaker, un defibrillatore cardiaco automatico impiantabile (AICD) o un altro dispositivo cardiaco.
- Ho avuto un problema con l'anestesia in passato. L'anestetico è un farmaco che ti fa dormire durante la procedura o l'intervento.
- Sono allergico a determinati farmaci o materiali, compreso il lattice.
- Non sono disposto a ricevere una trasfusione di sangue.
- Faccio uso di droghe ricreative, come la marijuana.

Assicurati sempre del fatto che i tuoi fornitori di assistenza sanitaria siano a conoscenza di tutti i farmaci e gli integratori assunti.

Potresti aver bisogno di seguire istruzioni speciali prima dell'intervento in base ai farmaci e agli integratori che assumi. Se non ti attieni a queste istruzioni, il tuo intervento potrebbe essere rimandato o annullato.

Farmaci GLP-1 per la perdita di peso

È importante informare il tuo medico se stai assumendo un farmaco GLP-1. Devi seguire diverse istruzioni sul consumo di cibo e bevande prima dell'intervento o procedura. **È molto importante seguire queste istruzioni se hai assunto un farmaco GLP-1 in qualsiasi momento negli ultimi 30 giorni. Se non le segui, la tua procedura o intervento potrebbe essere rimandato o annullato.**

- **Il giorno prima dell'intervento o della procedura, inizia a seguire una dieta liquida trasparente dalle 6 del mattino.** Non assumere alcun cibo solido. Consultare *Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet) per saperne di più.
- **Smetti di bere 8 ore prima dell'orario di arrivo.** Non mangiare o bere nient'altro dopo questo orario, inclusi liquidi trasparenti. Puoi bere piccoli sorsi d'acqua insieme ai farmaci.

Per maggiori informazioni, consultare *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).

Ecco alcuni esempi di farmaci GLP-1. Ne esistono altri, quindi assicurati che il tuo team di cura sia al corrente di tutti i farmaci che assumi. Talvolta, questi sono prescritti per aiutare a gestire il diabete o altre patologie. In altre occasioni, vengono prescritti per perdere peso.

• Semaglutide (Wegovy®, Ozempic®, Rybelsus®) • Dulaglutide (Trulicity®)	• Tirzepatide (Zepbound®, Mounjaro®) • Liraglutide (Saxenda®, Victoza®)

Informazioni sul consumo di alcol

È importante parlare con il tuo medico riguardo alla quantità di alcol che consumi. Ti aiuterà a pianificare le tue cure.

Se consumi alcol regolarmente, potresti rischiare di avere problemi durante e dopo l'intervento. Potrebbero verificarsi emorragie, infezioni, problemi cardiaci e una degenza ospedaliera più lunga.

Se consumi alcol regolarmente e smetti all'improvviso, l'alcol può causare crisi epilettiche, delirio e morte. Se sappiamo che rischi di avere questi problemi, possiamo prescriverti dei farmaci per aiutarti a prevenirli.

Ecco ciò che puoi fare prima dell'intervento per evitare di avere problemi.

- Sii sincero con il tuo medico riguardo alla quantità di alcol che consumi.
- Cerca di smettere di bere alcol una volta programmato l'intervento. Contatta immediatamente il tuo medico se:
  - Hai mal di testa.
  - Hai la nausea (come se dovessi rimettere).
  - Ti senti più ansioso (nervoso o preoccupato) rispetto al solito.
  - Non riesci a dormire.

Questi sono i primi segni di astinenza da alcol e possono essere trattati.

- Informa il tuo medico se non riesci a smettere di bere.
- Rivolgiti al tuo medico per eventuali domande sul consumo di alcolici e sull'intervento chirurgico. Come sempre, tutte le tue informazioni saranno mantenute private.

Informazioni sul fumo

Se fumi, o usi un dispositivo elettronico per il fumo, puoi avere problemi di respirazione al momento dell'intervento. Vape e sigarette elettroniche sono esempi di dispositivi elettronici per il fumo. Smettere di fumare anche solo per qualche giorno prima del tuo intervento può essere utile per evitare problemi di respirazione prima e dopo l'intervento.

Se fumi, il tuo medico ti reindirizzerà al nostro Programma di trattamento del tabagismo. Puoi anche contattare il programma chiamando il numero 212-610-0507.

Informazioni sull'apnea nel sonno

L'apnea nel sonno è un comune problema di respirazione. Se si soffre di apnea nel sonno, si smette di respirare per brevi periodi di tempo mentre si dorme. Il tipo più comune è l'apnea ostruttiva nel sonno (OSA). Con l'OSA, le vie aeree vengono totalmente bloccate durante il sonno.

L'OSA può causare gravi problemi prima e dopo l'intervento. Ti preghiamo di comunicarci se presenti o pensi di soffrire di apnea nel sonno. Se utilizzi un dispositivo medico, come il macchinario CPAP, portalo il giorno dell'intervento.

Usare MSK MyChart

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org) è il portale dei pazienti MSK. Puoi usarlo per inviare e leggere i messaggi del tuo team di assistenza sanitaria, visualizzare i risultati dei tuoi esami, vedere le date e gli orari degli appuntamenti e per molto altro ancora. Puoi anche invitare il tuo medico a creare un proprio account in modo tale che possa vedere le informazioni sulle tue cure.

Se non disponi di un account MSK MyChart, puoi registrarti andando su

mskmychart.mskcc.org. Puoi anche chiedere a un membro del team di assistenza di mandarti un invito.

Se hai bisogno di assistenza con il tuo account, chiama l'Help Desk di MSK MyChart al numero 646-227-2593. Sono disponibili dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 17:00 (Fuso orario Eastern).

Entro 30 giorni dall'intervento chirurgico

Test pre-chirurgico (PST)

Avrai un appuntamento per il test pre-chirurgico prima dell'intervento. Il tuo appuntamento potrà avvenire di persona o tramite una visita video. Riceverai un promemoria da parte dello studio del chirurgo contenente la data, l'ora e il luogo dell'appuntamento. Visitare www.msk.org/parking per informazioni sul parcheggio e indicazioni stradali per tutte le sedi MSK.

Il giorno del tuo appuntamento puoi mangiare e assumere i farmaci che prendi solitamente.

È utile portare con te all'appuntamento quanto segue:

- Un elenco di tutti i farmaci che assumi, inclusi medicinali, cerotti e creme con prescrizione e da banco.
- Se ne sei in possesso, risultati di eventuali esami medici eseguiti all'esterno di MSK l'anno precedente. Ad esempio, i risultati di un test da sforzo cardiaco, di un ecocardiogramma o di uno studio doppler carotideo.
- I nomi e i numeri di telefono dei tuoi fornitori di assistenza sanitaria.

Durante l'appuntamento per il PST, incontrerai un operatore sanitario esperto (advance practice provider - APP). Lavorerà a stretto contatto con il personale addetto all'anestesiologia. Si tratta di medici con una formazione specifica nell'uso dell'anestesia durante un intervento chirurgico o un'operazione.

Il tuo APP ripercorrerà con te la tua anamnesi medica e chirurgica. Potresti dover effettuare degli esami per pianificare la tua cura, come, ad esempio:

- Un elettrocardiogramma (ECG) per controllare il ritmo cardiaco.

- Una radiografia toracica.
- Esami del sangue.

Il tuo APP potrebbe consigliarti di vedere altri medici. Si occuperà anche di:

- Discutere con te di eventuali farmaci da assumere la mattina dell'intervento.
- Darti istruzioni sul consumo di cibo e bevande prima dell'intervento.

Puoi trovare le istruzioni pre-procedura (ad esempio le istruzioni sul consumo di farmaci, cibo e bevande) nel tuo account MSK MyChart:

1. Accedi al tuo account MSK MyChart. Nella pagina iniziale, seleziona "Visite".
2. Vai alla sezione "Passate" o "Visite passate" e individua il tuo appuntamento per PST. Seleziona "Visualizza il Riepilogo post-visita".
3. Leggi la sezione "Istruzioni pre-procedura" nel Riepilogo post-visita.

È molto importante seguire queste istruzioni pre-procedura. Se non le segui, il tuo intervento potrebbe essere rimandato o annullato.

Identificare il proprio operatore sanitario

Il tuo operatore sanitario riveste un ruolo importante nelle cure. Prima dell'intervento, tu e l'operatore sanitario verrete informati su tale procedura da parte dei medici. Dopo l'intervento, l'operatore sanitario ti porterà a casa una volta che avrai ricevuto le dimissioni. Ti aiuterà a prenderti cura di te anche a casa.

Per gli operatori sanitari



Prendersi cura di una persona in trattamento oncologico comporta molte responsabilità. Offriamo risorse e supporto per aiutarti a gestirli. Per maggiori informazioni, visita il sito www.msk.org/caregivers o consulta *A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers).

Compila un Modulo di procura per l'assistenza sanitaria

Se non hai ancora compilato un Modulo di procura per l'assistenza sanitaria, ti consigliamo di farlo adesso. Se ne hai già compilato uno o se hai altre direttive avanzate, portale al prossimo appuntamento.

Un modulo di procura per l'assistenza sanitaria è un documento legale. Indica chi farà le tue veci qualora tu non sia in grado di comunicare da solo. Questa persona è denominata "agente dell'assistenza sanitaria".

- Per scoprire di più sui moduli di procura per l'assistenza sanitaria e altre direttive avanzate, consulta *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning).
- Per avere maggiori informazioni su che cosa significa essere un agente dell'assistenza sanitaria, consulta *How To Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent).

Parla con un membro del tuo team di assistenza sanitaria se hai domande in merito alla compilazione del Modulo di procura per l'assistenza sanitaria.

Eseguire esercizi di respirazione e tosse

Prima dell'intervento, esercitati a respirare profondamente e a tossire. Il fornitore di assistenza sanitaria ti consegnerà uno spirometro incentivante per aiutarti a espandere i tuoi polmoni. Per maggiori informazioni, consulta *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer).

Praticare attività fisica

Praticare attività fisica aiuterà il tuo corpo a raggiungere le condizioni ottimali per l'intervento Inoltre, renderà il recupero più rapido e agevole.

Cerca di praticare attività fisica ogni giorno. Qualsiasi attività che acceleri il battito cardiaco, come camminare, nuotare o andare in bicicletta, è una buona scelta. Se fuori fa freddo, utilizza le scale di casa o recati in un centro commerciale o in un grande magazzino.

Seguire una dieta sana

Prima dell'intervento, segui una dieta equilibrata e sana. Se necessiti di assistenza con la tua dieta, rivolgiti al tuo medico curante per fissare un appuntamento con un dietologo nutrizionista.

Acquista un detergente antisettico per la pelle con soluzione al 4% di CHG, come Hibiclens®

Una soluzione al 4% di CHG è un detergente cutaneo che uccide i germi per 24 ore dopo l'uso. Fare la doccia prima dell'intervento aiuta a ridurre il rischio di infezioni dopo l'intervento. Puoi acquistare un detergente antisettico per la pelle con soluzione al 4% di CHG presso la tua farmacia di riferimento senza prescrizione medica.

7 giorni prima dell'intervento

Seguire le istruzioni del proprio fornitore di assistenza sanitaria per l'assunzione dell'aspirina

L'aspirina può causare sanguinamento. Se si assume aspirina o un farmaco contenente aspirina, potrebbe essere necessario modificare la dose o interrompere l'assunzione 7 giorni prima dell'intervento. Seguire le istruzioni del proprio fornitore di assistenza sanitaria. **Non interrompere l'assunzione dell'aspirina salvo diversa indicazione.**

Per maggiori informazioni, consultare *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).

Interrompere l'assunzione di vitamina E, multivitaminici, rimedi erboristici e altri integratori alimentari

La vitamina E, i multivitaminici, i rimedi erboristici e altri integratori alimentari possono causare sanguinamento. Interrompere la loro assunzione 7 giorni prima dell'intervento. Se il medico ti fornisce istruzioni diverse, segui le sue indicazioni.

Per maggiori informazioni, consulta *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-

treatment).

2 giorni prima dell'intervento

Interrompi l'assunzione di farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS)

I FANS come l'ibuprofene (Advil® e Motrin®) e il naprossene (Aleve®) possono causare sanguinamento. Interrompi la loro assunzione 2 giorni prima dell'intervento. Se il medico ti fornisce istruzioni diverse, segui le sue indicazioni.

Per maggiori informazioni, consultare *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 giorno prima dell'intervento

Annotare l'ora dell'intervento

Un membro del personale ti chiamerà dopo le 14.00 del giorno precedente l'intervento. Se l'intervento è programmato per il lunedì, ti chiameranno il venerdì precedente. Se non ricevi una chiamata entro le 19.00, chiama il numero 212-639-5014.

Il personale ti dirà a che ora arrivare in ospedale per l'intervento. Ti ricorderanno anche dove andare.

Visita www.msk.org/parking per informazioni sul parcheggio e indicazioni stradali per tutte le sedi MSK.

Seguire una dieta leggera

Il giorno prima dell'intervento, segui una dieta leggera. Una dieta leggera include cibi come panini, uova, pane tostato, cracker, zuppe o cereali. Limita la quantità di latticini. Evita cibi fritti o molto conditi.

Fai la doccia con un detergente antisettico per la pelle con soluzione al 4% di CHG (come Hibiclens)

Fai la doccia con un detergente antisettico per la pelle con soluzione al 4% di

CHG prima di andare a letto la sera prima dell'intervento.

1. Lavatevi i capelli con lo shampoo e il balsamo abituali. Risciacquate bene.
2. Lavate il viso e l'area genitale (inguine) con il vostro sapone abituale. Risciacquatevi bene con acqua calda.
3. Aprite il flacone di soluzione CHG al 4%. Versatene un po' sulla mano o su una spugna pulita.
4. Allontanatevi dal getto della doccia. Strofinare delicatamente la soluzione di CHG al 4% sul corpo, dal collo ai piedi. Non applicare sul viso o sulla zona genitale.
5. Tornare sotto al getto d'acqua della doccia per sciacquare la soluzione CHG al 4%. Utilizzare l'acqua calda.
6. Asciugatevi con un asciugamano.

Non applicare lozioni, creme, deodoranti, trucchi, ciprie, profumi o colonie dopo la doccia.

Istruzioni per il consumo di cibo

Importante: se assumi un farmaco GLP-1, non seguire queste istruzioni. Segui invece le istruzioni in *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).



La notte prima della chirurgia o intervento, non è possibile mangiare niente dopo mezzanotte (0:00). Questo comprende caramelle e gomme da masticare.

Il medico potrebbe averti dato istruzioni diverse su quando smettere di mangiare. In tal caso, seguire le sue istruzioni. Alcune persone hanno bisogno di digiunare (non mangiare) più a lungo prima dell'intervento o chirurgia.

Il giorno dell'intervento

Istruzioni per il consumo di liquidi

Importante: se assumi un farmaco GLP-1, non seguire queste istruzioni. Segui invece le istruzioni in *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).

Nel lasso di tempo compreso tra la mezzanotte e le 2 ore prima dell'orario di arrivo previsto, è possibile bere solo i liquidi elencati di seguito. Non mangiare o bere nient'altro. Smettere di bere 2 ore prima dell'orario di arrivo.

- Acqua.
- Succhi di frutta chiari, come mela, uva o mirtillo rosso.
- Gatorade o Powerade.
- Caffè nero o tè semplice. È consentita l'aggiunta di zucchero. Non aggiungere nient'altro.
  - Non aggiungere nessuna quantità o tipo di latte o creme. Questo include latte o creme di origine vegetale.
  - Non aggiungere sciroppi aromatizzati.

Se si soffre di diabete, fare attenzione alla quantità di zucchero presente nelle bevande. Sarà più facile controllare i livelli di zucchero nel sangue assumendo versioni di queste bevande senza zucchero, a basso contenuto di zuccheri o senza zuccheri aggiunti.

È bene mantenersi idratati prima di interventi e procedure, quindi si consiglia di bere se si ha sete. Non bere più del necessario. Durante l'intervento o procedura verranno somministrati liquidi per via endovenosa (IV).



Smettere di bere 2 ore prima dell'orario di arrivo. Questo comprende l'acqua.

Il medico potrebbe averti dato istruzioni diverse su quando smettere di bere. In tal caso, seguire le sue istruzioni.

Assumere i farmaci come da istruzioni

Un membro del team dell'assistenza sanitaria ti dirà quali farmaci assumere la mattina dell'intervento. Assumi solo quelle medicine con un po' d'acqua. A seconda dei farmaci che si assumono abitualmente, possono essere tutti, alcuni o nessuno dei farmaci che si assumono abitualmente al mattino.

Fai la doccia con un detergente antisettico per la pelle con soluzione al 4% di CHG (come Hibiclens)

Fai la doccia con un detergente antisettico per la pelle con soluzione al 4% di CHG (come Hibiclens) prima di lasciare l'ospedale. Utilizzalo nello stesso modo in cui lo hai utilizzato la sera precedente.

Non applicare lozioni, creme, deodoranti, trucchi, ciprie, profumi o colonie dopo la doccia.

Cose da ricordare

- Indossa qualcosa di comodo e largo.
- Se porti le lenti a contatto, indossa gli occhiali. L'uso di lenti a contatto durante l'intervento può danneggiare gli occhi.
- Non indossare oggetti metallici. Rimuovere tutti i gioielli, compresi i piercing sul corpo. Gli strumenti utilizzati durante l'intervento possono causare ustioni se toccano il metallo.
- Lasciare a casa gli oggetti di valore.
- Se hai le mestruazioni (ciclo), usa un assorbente igienico, non un tampone. Riceverai biancheria intima monouso e, se necessario, un assorbente.

Cosa portare

- Un paio di pantaloni comodi, come pantaloni della tuta.
- Scarpe con i lacci. Potresti avere i piedi gonfi dopo l'intervento. Le scarpe con i lacci possono adattarsi al gonfiore.
- Se ne sei in possesso, il dispositivo di respirazione per l'apnea nel sonno (come il macchinario CPAP).
- Il tuo spirometro incentivante, se ne possiedi uno.
- Se li hai già compilati, il modulo di procura per l'assistenza sanitaria e altre direttive avanzate.
- Telefono e caricabatterie.
- Il denaro necessario per effettuare piccoli acquisti, come un giornale.
- Una custodia per gli oggetti personali, se presenti. Occhiali, apparecchi acustici, dentiere, protesi, parrucche e articoli religiosi sono esempi di oggetti personali.
- La guida. La userai per imparare a prenderti cura di te stesso dopo l'intervento.

Quando sei in ospedale

Molti membri del personale ti chiederanno di dichiarare e sillabare il tuo nome e la tua data di nascita. È per garantire la tua sicurezza. Persone con un nome uguale o simile possono essere sottoposte a un intervento chirurgico nello stesso giorno.

Una volta giunto il momento di cambiarsi per l'intervento, ti forniranno un camice, una vestaglia e delle calze antiscivolo da indossare.

Incontro con il personale infermieristico

Incontrerai un membro del personale infermieristico prima dell'intervento. Comunicare la dose dei farmaci assunti dopo la mezzanotte (24:00) e l'ora in cui sono stati assunti. Assicurarsi di includere i farmaci, i cerotti e le creme con prescrizione e da banco.

Il personale infermieristico può inserire un catetere endovenoso, di solito nel braccio o nella mano. Se l'infermiere non colloca il catetere endovenoso, sarà

l’anestesista a farlo in sala operatoria.

Incontro con l’anestesista

Incontrerete anche l’anestesista prima dell’intervento. Si occuperà di:

- Ripercorrere la vostra anamnesi insieme a voi.
- Chiedervi se avete avuto problemi con l’anestesia in passato. Tra gli effetti collaterali si annoverano la nausea (sensazione di vomito) o dolore.
- Discutere della vostra sicurezza e del vostro comfort durante l’intervento.
- Spiegare che tipo di anestesia vi somministrerà.
- Rispondere a tutte le vostre domande riguardo l’anestesia.

Il tuo medico o anestesista potrebbe anche parlarti della possibilità di inserire un catetere epidurale (tubo sottile e flessibile) nella tua spina dorsale (schiena). Il catetere epidurale è uno dei modi per somministrarti antidolorifici dopo l’intervento.

Marcare il sito chirurgico

Oltre a chiederti il nome e la data di nascita, il personale potrà chiederti il nome del tuo chirurgo, l’intervento da eseguire e il lato da operare. Il chirurgo o un altro membro dell’équipe chirurgica utilizzerà un pennarello per marcare l’area del corpo su cui verrà eseguita l’operazione. È per garantire la tua sicurezza. Questo serve ad assicurare che tutti i membri dell’équipe chirurgica comprendano il piano dell’intervento.

Come prepararsi all’intervento chirurgico

Al momento dell’intervento, dovrai rimuovere occhiali, apparecchi acustici, dentiere, protesi, parrucche e articoli religiosi.

Entrerai in sala operatoria oppure un membro del personale ti porterà lì in barella. Un membro del team della sala operatoria ti aiuterà a salire sul letto operatorio. Ti faranno indossare calze antitrombo. Queste calze si gonfiano e si sgonfiano delicatamente per favorire la circolazione del sangue nelle gambe.

Quando sarai a tuo agio, l’anestesista ti somministrerà l’anestetico attraverso

un catetere venoso e ti addormenterai. Tramite la linea EV ti saranno inoltre somministrati i liquidi durante e prima dell'intervento.

Dopo l'intervento chirurgico al rene o alla ghiandola surrenale

La presente sezione ti aiuterà a sapere che cosa devi aspettarti dopo l'intervento. Scoprirai come riprenderti in modo sicuro dall'intervento sia in ospedale sia a casa.

Man mano che leggi questa sezione, annotati le domande da fare al tuo medico.

Al momento del risveglio

Al risveglio dopo l'intervento, ti ritroverai nel reparto di post-anestesia (PACU) o nella sala post-operatoria.

Il personale infermieristico terrà sotto controllo la vostra temperatura, il polso, la pressione sanguigna e i livelli di ossigeno. È possibile che l'ossigeno vi venga somministrato attraverso un tubicino sotto il naso o una mascherina che copre naso e bocca. Indosserete anche calze antitrombo.

Antidolorifici

Avvertirai dolore sul lato sottoposto all'intervento e intorno alla/e incisione/i. Ti verranno somministrati dei farmaci per controllare il dolore e farti sentire bene. Esistono diversi modi in cui questi farmaci vengono somministrati.

- **Blocco nervoso:** alcune persone sono sottoposte a blocco nervoso prima o durante l'intervento. Con il blocco nervoso, il tuo medico inietta dei farmaci in alcuni nervi per ridurre il dolore dopo l'intervento.
- **Farmaci per via endovenosa (EV):** ad alcune persone vengono somministrati antidolorifici nel flusso sanguigno tramite linea EV.
- **Farmaci orali:** ad alcune persone vengono somministrati antidolorifici orali (farmaci da ingerire, come le pillole).

Se hai fatto un intervento chirurgico a cielo aperto, potrai regolare i tuoi antidolorifici tramite un bottone chiamato dispositivo di analgesia controllata

dal paziente (PCA). Consulta *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca) per saperne di più.

Cannule e drenaggi

Potresti avere un catetere vescicale (Foley). Il catetere Foley è un tubo sottile e flessibile che viene inserito, attraverso l'uretra, nella vescica. Il catetere drena l'urina dalla vescica in una sacca.

Potresti inoltre avere un drenaggio Jackson-Pratt (JP). Esso raccoglie il liquido in eccesso dalla zona intorno alla/e incisione/i. Contribuisce a ridurre il rischio di infezioni e aiuta il tuo corpo a guarire.

Nella tua stanza d'ospedale

Il tempo di degenza dipenderà dall'intervento specifico che hai subito e dalla tua convalescenza. Il team di assistenza sanitaria ti preparerà su cosa aspettarti.

Nella tua stanza d'ospedale, incontrerai uno degli infermieri che si prenderanno cura di te durante il tuo periodo di degenza. Poco dopo, un infermiere ti aiuterà a scendere dal letto e a sederti sulla sedia.

I tuoi medici ti insegneranno come prenderti cura di te durante il processo di guarigione dopo l'intervento.

Gestire il dolore

Ti chiederemo spesso informazioni sul tuo dolore e ti somministreremo gli antidolorifici necessari. Se il dolore non passa, parlane con uno dei tuoi medici. È importante monitorare il dolore, in modo che tu possa utilizzare lo spirometro incentivante e spostarti. Controllare il dolore può aiutarti a guarire più velocemente.

Se hai subito un intervento chirurgico robotico, potresti avvertire dolore alla spalla. Si definisce dolore riferito ed è comune. È provocato dal gas introdotto nell'addome durante l'intervento. Se avverti dolore alla spalla, parlane con uno dei tuoi medici. Ti porterà un impacco caldo da mettere sulla spalla per alleviare il dolore.

Riceverai una prescrizione medica per antidolorifici prima di lasciare l'ospedale. Parla con il tuo medico in merito ai possibili effetti indesiderati. Chiedi quando potrai passare ai farmaci antidolorifici da banco.

Spostarsi e camminare

Spostarsi e camminare aiuterà a ridurre il rischio di coaguli ematici e di polmonite (infezione ai polmoni). Ti aiuterà anche a ricominciare a far circolare l'aria e ad avere movimenti intestinali (fare la cacca). L'infermiere, il fisioterapista o il terapista occupazionale ti aiuteranno a spostarti, se necessario.

Per avere maggiori informazioni sul modo in cui camminare può aiutarti a guarire, consulta *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery).

Per sapere come tutelare la tua sicurezza ed evitare di cadere mentre sei in ospedale, consulta *Chiama! Non cadere!* (www.mskcc.org/it/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)

Allenare i polmoni

È importante allenare i polmoni affinché si espandano completamente. Questo aiuta a prevenire la polmonite.

- Usa lo spirometro incentivante 10 volte ogni ora in cui non stai dormendo. Consulta *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer) per saperne di più.
- Esegui esercizi di tosse e respirazione profonda. Un membro del team di assistenza sanitaria ti insegnerà come fare.

Quando usi lo spirometro incentivante o esegui esercizi di respirazione, potrebbe essere utile immobilizzare le incisioni. Per farlo, premi un cuscino o un lenzuolo sui siti di incisione. Questo ridurrà i movimenti muscolari.

Mangiare e bere

Il giorno dell'intervento, berrai solo liquidi. Il primo giorno dopo l'intervento, potrai fare una colazione leggera e mangiare cibi leggeri durante il giorno (panini, yogurt, zuppe e liquidi). È importante bere molti liquidi nei primi giorni successivi all'intervento. Le zuppe e i brodi sono un'ottima scelta finché non ti tornerà l'appetito.

Se hai delle domande sulla dieta da seguire, chiedi di incontrare un dietologo nutrizionista registrato.

Prendersi cura delle cannule e dei drenaggi

Il team di assistenza sanitaria probabilmente rimuoverà il catetere Foley il giorno dopo l'intervento. A volte, il catetere viene lasciato più a lungo. Se lasci l'ospedale con il catetere Foley, il tuo infermiere ti insegnerà a prendertene cura a casa. Ti fornirà la risorsa *About Your Urinary (Foley) Catheter: How To Clean and Care for It* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter).

Se hai un drenaggio JP, il tuo medico deciderà quando rimuoverlo. Deciderà in base alla quantità di drenaggio presente. Se lasci l'ospedale con il drenaggio JP, il tuo infermiere ti insegnerà a prendertene cura a casa. Ti fornirà la risorsa *Prendersi cura del drenaggio Jackson-Pratt* (www.mskcc.org/it/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain).

Farsi la doccia

È possibile fare la doccia 24 ore dopo l'intervento.

Lasciare l'ospedale

Prima di andare via, guarda l'incisione con uno dei tuoi medici. Sapere che aspetto ha ti aiuterà a notare eventuali cambiamenti in seguito.

Il tuo medico scriverà la lettera di dimissione ospedaliera e le prescrizioni mediche prima che tu lasci l'ospedale. Riceverai anche delle istruzioni scritte per la dimissione. Le esaminerai con uno dei tuoi medici prima di lasciare l'ospedale.

A casa

Consulta *What You Can Do To Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling) per sapere che cosa puoi fare per evitare di cadere in casa e durante i tuoi appuntamenti presso MSK.

Compilare il Recovery Tracker (Monitoraggio della convalescenza)

Desideriamo sapere come ti senti una volta lasciato l'ospedale. Per aiutarci a prenderci cura di te, ti invieremo alcune domande al tuo account MSK MyChart. Te le invieremo ogni giorno per 10 giorni dopo essere stato dimesso. Queste domande sono note come Recovery Tracker (Monitoraggio della convalescenza).

Compila il Recovery Tracker ogni giorno prima di mezzanotte (00:00) Ci vogliono solo 2-3 minuti per compilarlo. Le risposte a queste domande ci aiuteranno a capire come ti stai sentendo e di che cosa hai bisogno.

In base alle tue risposte, potremmo contattarti per avere maggiori informazioni. A volte, potremmo chiederti di chiamare lo studio del tuo chirurgo. Puoi sempre contattare lo studio del chirurgo per eventuali domande.

Per maggiori informazioni, consulta *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker).

Gestire il dolore

Le persone possono provare dolore o fastidio per periodi di tempo diversi. Potresti avvertire ancora del dolore una volta a casa e probabilmente dovrai assumere degli antidolorifici. Alcune persone avvertono indolenzimento, rigidità o dolori muscolari intorno alle incisioni. Non significa che ci sia qualcosa che non va. Tuttavia, se la situazione non migliora, parlane con il tuo medico.

Segui queste indicazioni per aiutarti a gestire il dolore a casa.

- Assumi i farmaci come indicato e come opportuno.
- Chiama il tuo medico nel caso in cui il farmaco prescritto non ti aiuti con il

dolore.

- Non guidare o consumare alcol mentre assumi un antidolorifico sotto prescrizione. Alcuni antidolorifici da prescrizione possono causare sonnolenza. L'alcol può peggiorare la sonnolenza.
- Avrai meno dolore e avrai meno bisogno di antidolorifici man mano che l'incisione guarirà. Un antidolorifico da banco potrà aiutarti con i dolori e il fastidio. L'acetaminofene (Tylenol®) e l'ibuprofene (Advil o Motrin) sono esempi di antidolorifici da banco.
    - Segui le indicazioni fornite dal medico per interrompere l'assunzione dell'antidolorifico sotto prescrizione.
    - Non assumere troppi medicinali. Segui le indicazioni sull'etichetta o quelle fornite dal tuo medico.
    - Leggi le etichette di tutte le medicine che assumi. Ciò è molto importante se si assume l'acetaminofene. L'acetaminofene è un ingrediente presente in diversi farmaci da banco e soggetti a prescrizione. Assumerne una quantità eccessiva può danneggiare il fegato. Non assumere più di un farmaco contenente acetaminofene senza averne parlato con un membro del team di assistenza sanitaria.
- Gli antidolorifici dovrebbero aiutarti a tornare alle tue attività abituali. Prendine una quantità sufficiente per svolgere comodamente le attività e gli esercizi. Potresti avvertire un po' più di dolore quando inizierai a essere più attivo.
- Tieni traccia di quando prendi l'antidolorifico. Funziona meglio da 30 a 45 minuti dopo l'assunzione. Assumerlo non appena si manifesta il primo dolore è meglio rispetto ad aspettare che il dolore peggiori.

Alcuni farmaci antidolorifici che richiedono la prescrizione, come gli oppioidi, potrebbero causare costipazione La costipazione consiste nell'evacuazione meno frequente delle feci, nella difficoltà a espellere le feci, o entrambe.

Prevenire e gestire la costipazione

Consulta il tuo medico per sapere come prevenire e gestire la costipazione. Puoi attenerti anche alle seguenti indicazioni.

- Vai in bagno alla stessa ora ogni giorno. Il tuo corpo si abituerà ad andare a quell'ora. Tuttavia, se senti la necessità di andare, non rimandare.
- Prova a utilizzare il bagno dai 5 ai 15 minuti dopo i pasti. Dopo la colazione è un buon momento per andare. È il momento in cui i riflessi gastrocolici sono più forti.
- Fai attività fisica, se possibile. La camminata è un ottimo tipo di esercizio fisico che può aiutarti a prevenire e gestire la costipazione.
- Assumi dalle 8-10 (da 230 ml circa l'una) tazze (2 litri) di liquidi al giorno, se possibile. Scegli acqua, succhi (ad esempio, il succo alla prugna), zuppe e milkshake. Limita le bevande contenenti caffeina, come il caffe e le bibite gassate. La caffeina può sottrarre liquidi al corpo.
- Aumenta lentamente le fibre nella tua dieta fino a 25-35 grammi al giorno. La frutta e la verdura non sbucciate, i cereali integrali e i cereali contengono fibre. Se hai una stomia o hai subito di recente un intervento chirurgico all'intestino, chiedi al tuo medico curante prima di modificare la tua dieta.
- Sia i farmaci da banco sia quelli che ne richiedono la prescrizione medica possono trattare la costipazione. Rivolgiti al tuo medico prima di assumere qualsiasi farmaco per la costipazione. Ciò è molto importante se hai una stomia o se hai subito un intervento chirurgico all'intestino. Segui le indicazioni sull'etichetta o quelle fornite dal tuo medico. Esempi di farmaci da banco per la costipazione sono i seguenti:
    - Docusato di sodio (Colace®). Si tratta di una soluzione per ammorbidire le feci (farmaco che rende i movimenti intestinali più morbidi) che provoca pochi effetti collaterali. Puoi usarlo per prevenire la costipazione. Non prenderlo con l'olio minerale.
    - Glicole polietilenico (MiraLAX®). Si tratta di un lassativo (farmaco che causa movimenti intestinali) che provoca pochi effetti collaterali. Prendilo con circa 240 ml (1 tazza) di un liquido. Assumilo solo se sei già costipato.
    - Senna (Senokot®). È un lassativo purgante, che può causare crampi. È meglio assumerlo quando è ora di andare a letto. Assumilo solo se sei già costipato.

Se uno di questi farmaci ti provoca diarrea (movimenti intestinali sciolti e acquosi), interrompi l'assunzione. Se necessario, puoi ricominciare.

Contatta il tuo medico se non si manifestano movimenti intestinali in 2 giorni.

Prendersi cura dell'incisione

La posizione dell'incisione dipenderà dal tipo di intervento chirurgico che hai subito. È normale che la pelle intorno all'incisione risulti intorpidita. Questo succede perché durante l'intervento sono stati tagliati alcuni nervi. L'intorpidimento sparirà con il tempo.

Se dall'incisione fuoriesce del liquido, prendi nota della quantità e del colore. Chiama l'ufficio del tuo medico e parlane con l'infermiere.

Sostituisci le fasciature almeno una volta al giorno. Sostituiscile più spesso se si bagnano con il drenaggio. Quando dall'incisione non fuoriesce più alcun drenaggio, puoi lasciarla scoperta.

Se torni a casa con i punti di sutura metallici (graffette) sull'incisione, il tuo medico li rimuoverà durante il primo appuntamento successivo all'intervento. Se si bagnano non è un problema.

Se ti sono stati applicati Steri-Strips (nastro chirurgico) o Dermabond (colla chirurgica) sull'incisione, questi si allenteranno e cadranno o si staccheranno da soli. Se dopo 10 giorni non sono ancora caduti, puoi toglierli.

Farsi la doccia

Fare una doccia calda è rilassante e può contribuire a ridurre i dolori muscolari. Togli le fasciature prima di fare la doccia. Se sull'incisione sono applicati graffette o punti, possono essere bagnati.

Durante la doccia, utilizza un sapone per lavare delicatamente l'incisione. Dopo la doccia, tampona l'area con un asciugamano pulito. Se i vestiti sfregano contro l'incisione, coprila con una piccola fasciatura. Altrimenti lasciala scoperta, a meno che non ci sia un drenaggio.

Non fare il bagno fino a quando non ne avrai parlato con il tuo medico durante il

primo appuntamento dopo l'intervento.

Mangiare e bere

Puoi consumare tutti gli alimenti che eri abituato a mangiare prima dell'intervento. Ti consigliamo di consumare dai 3 ai 6 pasti al giorno, in base a quello che ti è più comodo.

Potresti avere meno globuli rossi per i primi due mesi dopo l'intervento. Per questo, è consigliabile consumare alimenti ricchi di ferro, ad esempio:

- Carne rossa.
- Vongole e ostriche cotte.
- Qualsiasi tipo di fegato.
- Prodotti da forno e cereali ricchi di ferro.
- Legumi e spinaci.

Seguire una dieta equilibrata ricca di calorie e proteine ti aiuterà a guarire dopo l'intervento. Cerca di consumare una risorsa ricca di proteine (come carne, pesce o uova) a ogni pasto. Dovresti inoltre cercare di consumare frutta, verdura e cereali integrali. Per maggiori consigli su come aumentare l'apporto di calorie e proteine nella dieta, consulta *Eating Well During Your Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment).

Se hai delle domande sulla dieta da seguire, chiedi di incontrare un dietologo nutrizionista registrato.

Attività fisica ed esercizio

Per le prime 6 settimane dopo l'intervento:

- Non sollevare pesi superiori a 4,5 kg.
- Non svolgere attività ad alta intensità, come corsa e tennis.
- Non svolgere nessuno sport di contatto, come il calcio.

Svolgere attività aerobica, come camminare e salire le scale, ti aiuterà a

recuperare le forze e a sentirti meglio. Cammina almeno 2-3 volte al giorno per 20-30 minuti. Puoi camminare all'esterno oppure all'interno di un centro commerciale o di un grande magazzino. Consulta il tuo medico prima di iniziare a svolgere esercizi più faticosi.

È normale avere meno energia del solito dopo l'intervento. Il periodo di convalescenza cambia da persona a persona. Aumenta le attività ogni giorno, per quanto possibile. Alterna sempre periodi di attività a periodi di riposo. Il riposo è una parte importante del periodo di convalescenza.

Guidare

Consulta il tuo medico per sapere quando puoi guidare. Non guidare se stai assumendo farmaci antidolorifici che provocano sonnolenza.

Puoi viaggiare in auto come passeggero in qualsiasi momento dopo aver lasciato l'ospedale.

Ritorno all'attività lavorativa

La maggior parte delle persone torna a lavorare 3-4 settimane dopo l'intervento. Parla con il tuo medico in merito al tuo lavoro. Ti saprà dire quando potrai tornare a lavorare in sicurezza in base a quello di cui ti occupi. Se il tuo lavoro consiste nel muoverti spesso o sollevare oggetti pesanti, potresti aver bisogno di rimanere a casa più a lungo. Se stai seduto alla scrivania, potresti tornare a lavoro prima del previsto.

Viaggi

Se viaggi per più di qualche ora dopo l'intervento, fermati e fai una passeggiata ogni due ore. Se viaggi in aereo, alzati e cammina avanti e indietro nel corridoio.

Primo appuntamento dopo l'intervento.

Avrai un appuntamento 4 settimane dopo l'intervento. Il tuo infermiere ti fornirà le istruzioni per prendere questo appuntamento, compreso il numero di telefono da chiamare.

Durante questo appuntamento, il tuo medico esaminerà con te gli esiti patologici finali. Controllerà il tuo stato di guarigione e discuterete di eventuali

terapie ulteriori di cui potresti avere bisogno.

Gestire le proprie emozioni

Potresti provare emozioni nuove e destabilizzanti dopo un intervento chirurgico per una malattia grave. Molte persone ammettono di aver pianto, di essersi sentite tristi, preoccupate, nervose, irritabili o arrabbiate in diverse occasioni. Potresti scoprire di non riuscire a controllare alcune di queste emozioni. Se ciò accade, è bene cercare un supporto emotivo. Il tuo dottore può indirizzarti al Centro di consulenza di MSK. In alternativa, puoi contattare il Centro tu stesso chiamando al numero 646-888-0200.

Il primo passo per affrontare la situazione è parlare di come ci si sente. I familiari e gli amici possono aiutarti. Anche noi possiamo rassicurarti, supportarti e guidarti. È sempre bene comunicarci come tu, la tua famiglia e i tuoi amici vi sentite dal punto di vista emotivo. Sono disponibili diverse risorse per te e la tua famiglia. Siamo qui per aiutare te, i tuoi familiari e i tuoi amici a gestire gli aspetti emotivi della malattia. Possiamo aiutarti a prescindere dal fatto che tu sia in ospedale o a casa.

Quando contattare il tuo medico

Chiama il tuo medico se:

- I tuoi polpacci o le tue cosce sono gonfi o sensibili.
- Una gamba è più gonfia dell’altra.
- Hai difficoltà respiratorie.
- Tossisci sangue.
- Temperatura corporea di 38.3 °C o superiore.
- C’è del sangue nell’urina.
- La pelle intorno all’incisione è molto arrossata o si sta arrossando di più.
- La pelle intorno all’incisione è più calda del solito.
- L’area intorno all’incisione inizia a gonfiarsi o si sta gonfiando di più.
- Noti del drenaggio che sembra pus (denso e cremoso).

- L’incisione ha un cattivo odore.
- Hai domande o dubbi.

Informazioni di contatto

In caso di dubbi o domande, rivolgersi all’operatore sanitario di fiducia. Un membro del team di assistenza sarà disponibile dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 17.00. Al di fuori di questo orario, è possibile lasciare un messaggio o parlare con un altro fornitore MSK. C’è sempre un medico o un infermiere reperibile.

In caso di dubbi su come contattare l’operatore sanitario di fiducia, telefonare al numero 212-639-2000.

Servizi di supporto

La presente sezione contiene l’elenco dei servizi di supporto. Potrebbero esserti utili per prepararti per l’intervento e a riprenderti dopo l’operazione.

Man mano che leggi questa sezione, annotati le domande da fare al tuo medico.

Servizi di supporto MSK

Ufficio ricoveri
212-639-7606
Per eventuali domande sul ricovero ospedaliero, ad esempio, per chiedere una stanza privata, ti preghiamo di chiamarci.

Anestesia
212-639-6840
Chiamaci se hai domande sull’anestesia.

Stanza per i donatori di sangue
212-639-7643
Chiamaci per avere informazioni se sei interessato a donare il sangue o le piastrine.

Bobst International Center

www.msk.org/international
888-675-7722
Accogliamo pazienti da tutto il mondo e offriamo diversi servizi di assistenza. Se sei un paziente internazionale, chiamaci per aiutarti a organizzare un appuntamento.

Centro di consulenza
www.msk.org/counseling
646-888-0200
Molte persone ritengono utile la consulenza. Il nostro Centro di consulenza offre consulenze per singoli individui, coppie, famiglie e gruppi. Possiamo anche prescrivere i farmaci necessari in caso di ansia o depressione. Chiedi a un membro del tuo team di assistenza sanitaria di rinviarti a un medico specialista oppure chiama il numero presente in alto per fissare un appuntamento.

Programma Banco alimentare
646-888-8055
Doniamo il cibo alle persone in difficoltà durante le cure contro il cancro. Parla con un membro del tuo team di assistenza sanitaria o chiama il numero presente in alto per saperne di più.

Servizio di medicina integrativa e benessere
www.msk.org/integrativemedicine
Il nostro Servizio di medicina integrativa e benessere offre diversi servizi complementari (che vanno insieme) alle cure mediche tradizionali. Ad esempio, offriamo musicoterapia, terapie per la mente/il corpo, danza e terapia del movimento, yoga e tocco terapeutico. Chiama il numero 646-449-1010 per fissare un appuntamento per questi servizi.

Puoi prenotare una consulenza anche con un fornitore di assistenza sanitaria nel Servizio di medicina integrativa e benessere. Lavorerà insieme a te per fornirti un piano in modo tale che tu possa avere uno stile di vita sano e possa gestire gli effetti collaterali. Chiama il numero 646-608-8550 per fissare una consulenza.

Libreria MSK
library.mskcc.org

Puoi visitare il sito web della nostra libreria o inviare una e-mai all'indirizzo asklibrarian@mskcc.org per parlare con il referente della libreria. Ti potrà aiutare a trovare maggiori informazioni su un tipo di cancro. Puoi anche consultare la Guida alle risorse per l'educazione dei pazienti della libreria.

Servizi di nutrizione
www.msk.org/nutrition
212-639-7312
Il nostro Servizio di nutrizione offre una consulenza in ambito nutrizionale con uno dei nostri dietologi nutrizionisti. Il tuo dietologo nutrizionista parlerà con te delle tue abitudini alimentari. Potrà anche darti dei consigli su che cosa mangiare durante e dopo il trattamento. Chiedi a un membro del tuo team di assistenza sanitaria di rinviarti a un medico specialista oppure chiama il numero presente in alto per fissare un appuntamento.

Formazione per i pazienti e la comunità
www.msk.org/pe
Visita il nostro sito web dedicato alla formazione per i pazienti e la comunità per cercare le risorse formative, video e programmi online.

Fatturazione per il paziente
646-227-3378
Chiamaci se hai domande sulla pre-autorizzazione con la tua compagnia assicurativa. Essa viene anche denominata "pre-approvazione".

Ufficio per i rappresentanti del paziente
212-639-7202
Chiamaci per eventuali domande relative al Modulo di procura per l'assistenza sanitaria o dubbi sulle tue cure.

Intermediario perioperatorio
212-639-5935
Chiamaci se hai domande sul rilascio da parte di MSK di eventuali informazioni durante il tuo intervento.

Infermieri e accompagnatori privati in servizio
646-357-9272

Puoi richiedere degli infermieri o accompagnatori privati che si prendano cura di te a casa e in ospedale. Chiamaci per saperne di più.

Servizi di riabilitazione

www.msk.org/rehabilitation

Il cancro e le terapie oncologiche possono farti sentire il corpo debole, rigido o teso. A volte può verificarsi un linfedema (gonfiore). I nostri fisiatri (dottori in medicina riabilitativa), terapisti occupazionali (OT) e fisioterapisti (PT) possono aiutarti a tornare alle tue attività abituali.

- **Dottori in medicina riabilitativa** diagnosticano e trattano i problemi che coinvolgono il tuo modo di muoverti e svolgere le attività. Possono progettare e aiutare a coordinare il tuo programma di terapia riabilitativa, sia presso MSK sia in un luogo vicino casa tua. Chiama il reparto di Medicina riabilitativa (Fisiatria) al numero 646-888-1929 per saperne di più.
- Un **terapista occupazionale (OT)** può aiutarti nel caso in cui tu abbia problemi nello svolgere le attività quotidiane abituali. Ad esempio, può consigliarti alcuni strumenti per aiutarti a semplificare le attività quotidiane. Un **fisioterapista (PT)** può insegnarti gli esercizi che ti aiutano ad aumentare la forza e la flessibilità. Chiama il reparto di Riabilitazione al numero 646-888-1900 per saperne di più.

Programma Resources for Life After Cancer (RLAC)

646-888-8106

In MSK, la cura non finisce dopo il trattamento. Il Programma RLAC è pensato per pazienti e familiari che hanno terminato le cure.

Questo programma fornisce diversi servizi. Offriamo seminari, workshop, gruppi di supporto e consulenze sulla vita dopo il trattamento. Possiamo anche aiutarti se hai problemi con l'assicurazione o il lavoro.

Programmi per la salute sessuale

Il cancro e i trattamenti oncologici possono influire sulla tua salute sessuale, sulla tua fertilità o su entrambe." I programmi per la salute sessuale ti offrono un supporto prima, durante o dopo il trattamento.

- Il nostro Programma di medicina sessuale femminile e salute della donna offre supporto in caso di problemi di salute sessuale come la menopausa precoce o le problematiche legate alla fertilità. Chiedi a un membro del tuo team di assistenza sanitaria MSK di rinviarti a un medico specialista oppure chiama il numero 646-888-5076 per maggiori informazioni.
- Il nostro Programma di Medicina Sessuale e Riproduttiva Maschile può aiutare se si hanno problemi di salute sessuale come la disfunzione erettile. Chiedi a un membro del tuo team di assistenza sanitaria di rinviarti a un medico specialista oppure chiama il numero 646-888-6024 per maggiori informazioni.

Servizi sociali
www.msk.org/socialwork
212-639-7020
Gli assistenti sociali aiutano pazienti, famiglie e amici ad affrontare le problematiche comuni per coloro che hanno il cancro. Forniscono consulenza individuale e gruppi di supporto per tutta la durata del trattamento. Possono aiutarti a comunicare con i figli e gli altri familiari.

I nostri assistenti sociali possono aiutarti a indirizzarti anche verso agenzie e programmi della comunità. Se hai difficoltà a pagare le tue bollette, loro sono informati anche sulle risorse finanziarie. Chiama il numero presente in alto per saperne di più.

Cura dello spirito
212-639-5982
I nostri cappellani (consulenti spirituali) sono a disposizione per ascoltare, aiutare a sostenere i familiari e pregare. Possono contattare il clero della comunità o i gruppi religiosi o semplicemente essere una compagnia confortante e una presenza spirituale. Chiunque può chiedere un supporto spirituale. Non è necessario avere un'affiliazione religiosa (legame con una religione).

La cappella interreligiosa di MSK si trova vicino alla lobby principale del Memorial Hospital. È aperta 24 ore su 24. In caso di emergenza, chiama il numero 212-639-2000. Chiedi del cappellano di turno.

Programma di trattamento del tabagismo
www.msk.org/tobacco
212-610-0507
Se vuoi smettere di fumare, MSK ha degli specialisti che ti possono aiutare. Chiamaci per saperne di più.

Programmi virtuali
www.msk.org/vp
Offriamo formazione e supporto online per pazienti e operatori sanitari. Si tratta di sessioni in diretta dove puoi parlare o semplicemente ascoltare. Puoi scoprire di più sulla tua diagnosi, su che cosa devi aspettarti dal trattamento e come prepararti per la tua terapia oncologica.

Le sessioni sono private, gratuite e gestite da esperti. Visita il nostro sito web per maggiori informazioni sui Programmi virtuali o per iscriverti.

Servizi di supporto esterni

Access-A-Ride
web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm
877-337-2017
A New York, l'azienda MTA offre un servizio di trasporto condiviso, porta a porta, per le persone con disabilità che non possono prendere l'autobus o la metropolitana.

Air Charity Network
www.aircharitynetwork.org
877-621-7177
Fornisce il trasporto verso i centri di cura.

American Cancer Society (ACS)
www.cancer.org
800-ACS-2345 (800-227-2345)
Offre una serie di informazioni e servizi, tra cui l'Hope Lodge, un alloggio gratuito per pazienti e operatori sanitari durante la terapia oncologica.

Cancer and Careers

www.cancerandcareers.org
646-929-8032
Una risorsa per la formazione, gli strumenti e gli eventi per i dipendenti affetti da cancro.

CancerCare
www.cancercare.org
800-813-4673
275 Seventh Avenue (Tra la strada West 25th e 26th)
New York, NY 10001
Offre consulenza, gruppi di supporto, seminari educativi, pubblicazioni e assistenza finanziaria.

Cancer Support Community
www.cancersupportcommunity.org
Offre supporto e formazione alle persone affette da cancro.

Caregiver Action Network
www.caregiveraction.org
800-896-3650
Fornisce formazione e sostegno alle persone che si occupano dei propri cari affetti da malattie croniche o disabilità.

Corporate Angel Network
www.corpangelnetwork.org
866-328-1313
Offre viaggi gratuiti per recarsi presso i centri di cura in tutto il Paese utilizzando i posti vuoti degli aerei aziendali.

Good Days
www.mygooddays.org
877-968-7233
Offre assistenza finanziaria per il pagamento dei ticket durante il trattamento. I pazienti devono essere in possesso di un'assicurazione medica, soddisfare i criteri di reddito e ricevere una prescrizione medica che fa parte del formulario Good Days.

HealthWell Foundation
www.healthwellfoundation.org
800-675-8416
Fornisce assistenza finanziaria per coprire i ticket medici, i premi sanitari e le franchigie di alcuni farmaci e terapie.

Joe's House
www.joeshouse.org
877-563-7468
Fornisce un elenco delle sistemazioni vicine ai centri di cura per le persone affette da cancro e per le loro famiglie.

LGBT Cancer Project
www.lgbtcancer.com
Offre sostegno e supporto alla comunità LGBT, compresi gruppi di supporto online e un database di studi clinici LGBT-friendly.

LIVESTRONG Fertility
www.livestrong.org/fertility
855-744-7777
Fornisce informazioni e supporto in materia di riproduzione a pazienti e a sopravvissuti al cancro i cui trattamenti medici presentano rischi associati all'infertilità.

Look Good Feel Better Program
www.lookgoodfeelbetter.org
800-395-LOOK (800-395-5665)
Questo programma offre seminari che ti insegnano ciò che puoi fare per sentirti meglio con il tuo aspetto. Per ulteriori informazioni o per iscriverti a un seminario, chiama il numero sopra indicato o visita il sito web del programma.

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

National Council on Aging (NCOA)

www.benefitscheckup.org
Fornisce informazioni e risorse per gli anziani. Offre BenefitsCheckUp®, uno strumento online gratuito che ti mette in contatto con programmi di assistenza per le prescrizioni mediche, tra cui il programma Extra Help di Medicare.

National LGBT Cancer Network
www.cancer-network.org
Propone attività di istruzione, formazione e sostegno per i sopravvissuti al cancro LGBT e per le persone a rischio.

Needy Meds
www.needymeds.org
Elenca i programmi di assistenza ai pazienti per i farmaci di marca e generici.

NYRx
www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm
Fornisce servizi di prescrizione ai dipendenti e ai pensionati idonei dei datori di lavoro del settore pubblico nello Stato di New York.

Patient Access Network (PAN) Foundation
www.panfoundation.org
866-316-7263
Aiuta i pazienti assicurati a pagare i ticket.

Patient Advocate Foundation
www.patientadvocate.org
800-532-5274
Fornisce accesso alle cure, assistenza finanziaria, assicurativa e per il mantenimento del posto di lavoro, nonché accesso all'elenco nazionale delle risorse per i non assicurati.

Red Door Community (in precedenza noto come Gilda's Club)
www.reddoorcommunity.org
212-647-9700
Un luogo in cui le persone affette da cancro trovano un supporto sociale ed emotivo attraverso il networking, seminari, conferenze e attività sociali.

RxHope
www.rxhope.com
877-267-0517
Fornisce assistenza per aiutare le persone a procurarsi i farmaci che hanno difficoltà a pagare.

Triage Cancer
www.triagecancer.org
Offre informazioni e risorse legali, mediche e finanziarie ai pazienti oncologici e a coloro che li assistono.

Risorse formative

La presente sezione elenca le risorse formative citate in questa guida. Ti aiuteranno a prepararti per l'intervento e a riprenderti dopo l'operazione.

Man mano che leggi le risorse, annotati le domande da fare al tuo medico.

- *A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)
- *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
- *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)
- *Chiama! Non cadere!* (www.mskcc.org/it/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *Prendersi cura del drenaggio Jackson-Pratt* (www.mskcc.org/it/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)
- *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-

questions-about-walking-after-your-surgery)

- *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)
- *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)
- *What You Can Do To Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

In caso di dubbi o domande, rivolgersi all'operatore sanitario di fiducia. Un membro del team di assistenza risponderà dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 17:00 Al di fuori di questo orario, è possibile lasciare un messaggio o parlare con un altro fornitore MSK. C'è sempre un medico o un infermiere reperibile. In caso di dubbi su come contattare l'operatore sanitario di fiducia, telefonare al numero 212-639-2000.

Per maggiori risorse visitare www.mskcc.org/pe per cercare la propria libreria virtuale.

Tutti i diritti sono proprietà di Memorial Sloan Kettering Cancer Center.