Memorial Sloan Kettering Cancer Center

პაციენტის და მომვლელის სწავლება

სწორი ნაწლავის რეზექციის შესახებ (LAR) ოპერაცია

ეს სახელმძღვანელო დაგეხმარებათ MSK-ში სწორი ნაწლავის რეზექციისთვის მომზადებაში. ასევე დაგეხმარებათ გაიგოთ, რას უნდა ელოდოთ გამოჯანმრთელების პროცესში.

გამოიყენეთ ეს სახელმძღვანელო, როგორც ინფორმაციის წყარო, ოპერაციამდელ პერიოდში. თან იქონიეთ იგი ოპერაციის დღეს. თქვენ და თქვენი საოპერაციო გუნდი მას გამოიყენებთ რეაბილიტაციის შესახებ მეტი ინფორმაციის მისაღებად.

სწორი ნაწლავის რეზექციის შესახებ

სექციის მიმოხილვა

დაბალი წინა რეზექციის (LAR) დროს ამოიკვეთება სწორი ნაწლავის ის მონაკვეთი, რომელიც კიბოთია დაზიანებული. ამის შემდეგ ქირურგი სწორი ნაწლავის დარჩენილ ნაწილს მსხვილ ნაწლავს ხელახლა შეუერთებს. ოპერაცია შეიძლება ჩატარდეს ერთი გრძელი ან რამდენიმე მცირე ზომის ჭრილობის მეშვეობით. ოპერაცია, როგორც წესი, დაახლოებით 4 საათს გრძელდება. შესაძლოა დაგჭირდეთ დროებითი ილეოსტომა - მუცლის კედელზე შექმნილი ხვრელი, რომელიც ნაწლავს შეხორცების საშუალებას აძლევს. განავალი ორგანიზმიდან ამ ხვრელის მეშვეობით გამოიდევნება და ოსტომიურ პარკში გროვდება. თქვენი ქირურგი აგიხსნით, დაგჭირდებათ თუ არა ილეოსტომა.

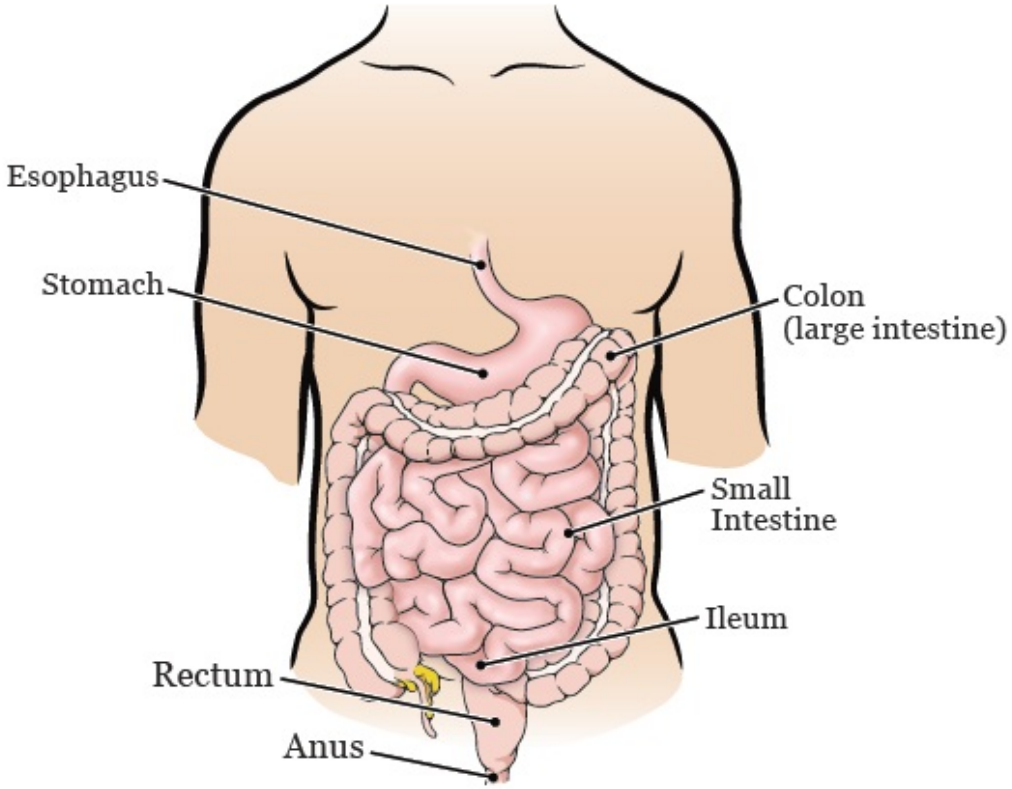
საჭმლის მომნელებელი სისტემა

იმის გაგება, თუ როგორ მუშაობს საჭმლის მომნელებელი სისტემა, დაგეხმარებათ ოპერაციისთვის მომზადებასა და შემდგომ რეაბილიტაციაში.

საჭმლის მომნელებელი სისტემა შედგება ორგანოებისგან, რომლებიც შლიან საკვებს, შთანთქავენ ნუტრიენტებს და ორგანიზმიდან გამოდევნიან ნარჩენებს (იხ. სურათი 1). მისი შემადგენელი ნაწილებია:

- პირი
- საყლაპავი მილი

- კუჭი
- წვრილი ნაწლავი
- მსხვილი ნაწლავი
- სწორი ნაწლავი
- ანუსი



სურათი 1. საჭმლის მომნელებელი სისტემა

საკვები, დაღეჭვის და გადაყლაპვის შემდეგ, ჩადის საყლაპავ მილში. საყლაპავი მილი არის გრძელი, კუნთოვანი მასის, რომელსაც გადააქვს საკვები პირიდან კუჭში. როგორც კი საკვები კუჭში მოხვდება, ის ერევა კუჭში არსებულ მჟავას. ეს მჟავა შლის საკვებს.

საკვები კუჭიდან გადადის წვრილ ნაწლავში. იქ კვლავ გრძელდება მონელება და თან ხდება ნუტრიენტების

შეწოვა. რაც არ შეიწოვება, არის ნარჩენები.

ნარჩენები შემდეგ გადადის მსხვილ ნაწლავში, სადაც წყლის გარკვეული ნაწილი ხელახლა შეიწოვება (მიიღება) ორგანიზმის მიერ. ნარჩენები შემდეგ გადადის მსხვილი ნაწლავის ბოლოში, რასაც რექტუმს ანუ სწორ წლავს უწოდებენ. რექტუმის დანიშნულებაა შეინახოს ნარჩენები, სანამ ისინი არ დატოვებენ ორგანიზმს, ანუსის გავლით.

სწორი ნაწლავის რეზექცია

LAR სწორი ნაწლავის რეზექცია არის ოპერაცია, რომელიც კეთდება სწორი ნაწლავის კიბოს სამკურნალოდ. LAR ოპერაციის დროს, სიმსივნით დაზიანებული სწორი ნაწლავის ნაწილი იკვეთება. დარჩენილი რექტუმის ნაწილი კი კვლავ უერთდება მსხვილ ნაწლავს. ოპერაციის შემდგომი რეაბილიტაციის შემდეგ, კვლავ გექნებათ კუჭის მოქმედება (ნარჩენების გამოდევნა).

LAR ოპერაცია შეიძლება გაკეთდეს სხვადასხვა მეთოდით. ქირურგი გაგესაუბრებათ იმაზე, თუ რომელი ვარიანტია თქვენთვის შესაფერისი. ოპერაციის ტიპის მიხედვით, ქირურგი კვეთს მუცლის ღრუს ერთ ან მეტ ადგილას (ქირურგიული კვეთა).

- როდესაც მუცელზე კეთდება 1 მოზრდილი კვეთა, ამას ეწოდება ღია ოპერაცია. ჭრილობის მეშვეობით ხდება სწორი ნაწლავის იმ მონაკვეთის ამოკვეთა, რომელიც კიბოთია დაზიანებული.
- როდესაც მუცელზე რამდენიმე მცირე კვეთა კეთდება,

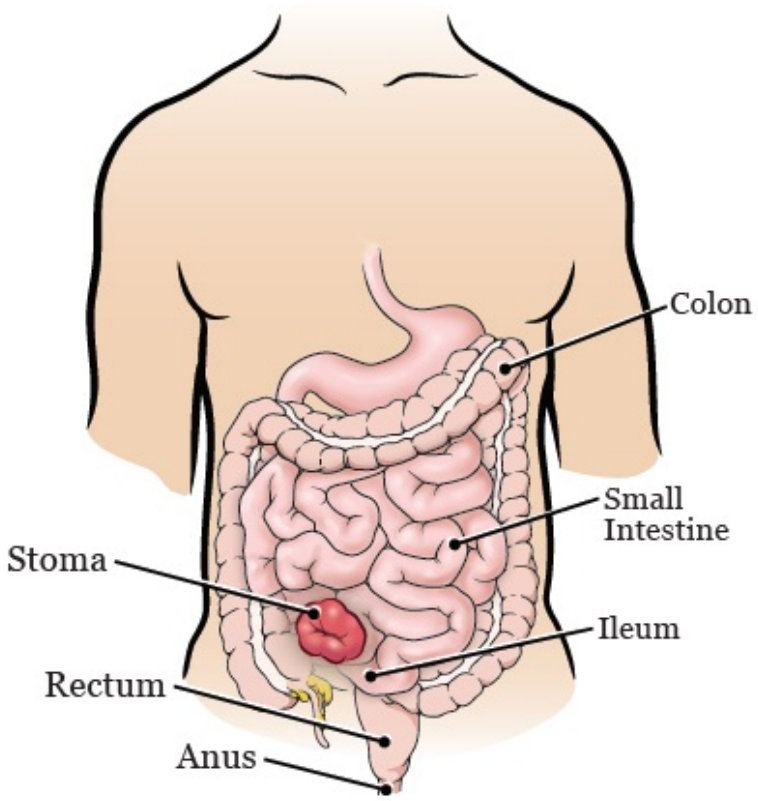
ამას მცირე ინვაზიური ჩარევა ეწოდება. მცირე ქირურგიული ხელსაწყოები და ვიდეოკამერა თავსდება გაკვეთილ ნაწილში, სიმსივნეს მოსაშორებლად. ზოგიერთი ქირურგი ოპერაციის მსვლელობისას იყენებს კომპიუტერულ მოწყობილობას.

მას შემდეგ, რაც სწორი ნაწლავის სიმსივნით დაავადებული ნაწილი მოიკვეთება, სწორი ნაწლავის დარჩენილი ნაწილი ხელახლა დაუკავშირდება მსხვილ ნაწლავს, პაწაწინა მეტალის საკინძებით ან ნაკერებით. იმ ადგილს, სადაც ორი დაბოლოების ურთიერთდაკავშირება ხდება, ანასტომოზი ეწოდება.

LAR ოპერაცია დაახლოებით 4 საათს გრძელდება.

ილეოსტომია

შესაძლოა ილეოსტომია სწორი ნაწლავის რეზექციის შემდეგ, მოკლე დროში დაგჭირდეთ. ილეოსტომია არის მუცლის კედლის ქირურგიული გახსნა, ხვრელი, საიდანაც განავალი გამოვა გარეთ (იხ. სურათი 2). ილეოსტომიის საშუალებით, კუჭის მოქმედება ხდება მსხვილი ნაწლავის და რექტუმის გარეშე. ეს პროცედურა, ანასტომოზს მოშუშების საშუალებას მისცემს.



სურათი 2. ილეოსტომია სტომა

ილეოსტომიის ოპერაციის დროს, წვრილი ნაწლავის ნაწილი გამოდის გარეთ, მუცლის ღრუში ხელოვნურად წარმოქმნილი ხვრელიდან. წვრილი ნაწლავის იმ ნაწილს, რომელიც სხეულის გარეთ არის გამოტანილი, სტომა ეწოდება. სტომა მოვარდისფრო, მოწითალო ფერისაა, პრიალაა და ტენიანი. განავალი და გაზები ორგანიზმიდან გაედინება სტომას საშუალებით, რის შემდეგაც გადადის სტომაზე მიმაგრებულ პოლიეთილენის ჩანთაში.

ქირურგმა ოპერაციის დაწყებამდე იცის, დროებითი ილეოსტომია გესაჭიროებათ თუ არა. თუმცა, საბოლოო გადაწყვეტილებას ოპერაციის მსვლელობის დროს მიიღებს.

თუ დროებითი ილეოსტომია გაქვთ, სპეციალიზებული

ექთანი გასწავლით, როგორ მოუაროთ მას ოპერაციამდე და ოპერაციის შემდეგ. ილეოსტომია დაიხურება ოპერაციიდან რამდენიმე დღეში. უმრავლესობას არ სჭირდება მუდმივი ილეოსტომია.

სანამ სწორი ნაწლავის რეზექციას გაიკეთებთ

ეს ნაწილი დაგეხმარებათ ოპერაციისთვის მომზადებაში. წაიკითხეთ, როდესაც ოპერაცია დაიგეგმება. მიმართეთ მას, როდესაც თქვენი ოპერაცია მოახლოვდება. მასში მოცემულია საინტერესო ინფორმაცია, თუ რა უნდა გააკეთოთ ოპერაციისთვის მოსამზადებლად.

ამ ნაწილის წაკითხვის შემდეგ, ჩამოწერეთ კითხვები, რომლებსაც შემდეგ ექიმს დაუსვამთ.

სექციის მიმოხილვა

აცნობეთ თქვენს სამედიცინო გუნდს ყველა იმ მედიკამენტისა და საკვები დანამატის შესახებ, რომელსაც იღებთ. ასევე აცნობეთ მათ ალერგიების, ალკოჰოლის ან თამბაქოს მოხმარებისა და ძილის აპნოეს შესახებ. ზუსტად დაიცავით მათი მითითებები მედიკამენტების მიღებასთან და ჭამისა და სითხის მიღების შეწყვეტის დროსთან დაკავშირებით. ოპერაციის წინა საღამოს და ოპერაციის დილით მიიღეთ შხაპი 4%-იანი ქლორჰექსიდინის გლუკონატის (CHG) კანის გამწმენდით. წინასწარ დაიჭირეთ თადარიგი, რომ საავადმყოფოდან გაწერის შემდეგ პასუხისმგებლიანმა სრულწლოვანმა პირმა სახლში წაგიყვანოთ. დაიცავით ნაწლავის მოსამზადებელ ყველა მითითება, რომელსაც თქვენი სამედიცინო გუნდი მოგცემთ.

ოპერაციისთვის მომზადება

თქვენ და თქვენი საოპერაციო გუნდი ერთად მიიღებთ მონაწილეობას ოპერაციისთვის მომზადებაში. თქვენი უსაფრთხოების დასაცავად დაგვეხმარეთ და გვითხარით, თუ რომელიმე ეს ფაქტორი გეხებათ თქვენ, მაშინაც კი, თუ არ ხართ დარწმუნებული.

- რეცეპტით გამოწერილ მედიკამენტებს ვიღებ. რეცეპტით გაცემული წამალი არის ისეთი წამალი, რომლის

ყოველთვის დარწმუნდით, რომ თქვენმა

შეძენაც მხოლოდ ჯანდაცვის პროვაიდერის გამოწერილი რეცეპტითაა შესაძლებელი. მაგალითები მოიცავს:

- მედიკამენტებს რომლებსაც იღებთ ორალურად.
- ინექციებს (ნემსებს).
- მედიკამენტებს, რომლებსაც შეისუნთქავთ.
- მედიკამენტებს, რომლებსაც კანზე ისვამთ ან იწებებთ.

- ვიღებ ურეცეპტოდ გაცემულ წამლებს, მათ შორის პატჩებსა და კრემებს. ურეცეპტოდ გაცემული წამალი არის ის, რომლის შეძენაც შეგიძლიათ რეცეპტის გარეშე.
- ვიღებ ნებისმიერ საკვებ დანამატებს, როგორებიცაა ბალახეული, ვიტამინები, მინერალები ან ბუნებრივი ან საოჯახო სამკურნალო საშუალებები.
- მაქვს კარდიოსტიმულატორი, ავტომატურად იმპლანტირებადი

ჯანდაცვის პროვაიდერებმა იციან ყველა იმ მედიკამენტისა და დანამატის, რომელსაც იღებთ.

ოპერაციამდე შეიძლება სპეციალური მითითებების დაცვა დაგჭირდეთ, ამ მედიკამენტებსა და დანამატების მიღების გამო. აღნიშნული მითითებების დაუცველობის შემთხვევაში, შესაძლებელია ოპერაცია გადაგიდონ ან გაგიუქმონ.

კარდიოვერტერ-დეფიბრილატორი (AICD) ან სხვა კარდიო მოწყობილობა.

- წარსულში მქონდა ანესთეზიის გართულება. ანესთეზია არის წამალი, რომელიც დაგაძინებთ ოპერაციის მსვლელობის ან რაიმე სამედიცინო პროცედურის დროს.
- ალერგიული ვარ გარკვეულ მედიკამენტებზე, ან ნივთიერებებზე, მათ შორის ლატექსზე.
- არ მსურს სისხლის გადასხმა.
- ვიყენებ რეკრეაციულ ნარკოტიკს, როგორიც არის მარიხუანა.

GLP-1 (გლუკაგონის მსგავსი პეპტიდი -1) მედიკამენტები წონის კლებისთვის

მნიშვნელოვანია, რომ აცნობოთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს, თუ იღებთ GLP-1 პრეპარატს. ოპერაციამდე ან პროცედურამდე უნდა დაიცვათ საკვებისა და სასმელის მიღების სპეციალური ინსტრუქციები. **ძალიან მნიშვნელოვანია, დაიცვათ ეს მითითებები, თუ ბოლო 30 დღის განმავლობაში ნებისმიერ დროს მიიღეთ GLP-1 ჯგუფის პრეპარატი. თუ მათ არ დაიცავთ, თქვენი ოპერაცია ან პროცედურა შეიძლება გადაიდოს ან გაუქმდეს.**

- **ოპერაციის პროცედურის წინა დღეს, დილის 6 საათზე დაიწყეთ თხევადი დიეტის დაცვა.** არ მიირთვათ არანაირი მყარი საკვები. დამატებითი ინფორმაციისთვის წაიკითხეთ *Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-

diet).

- **შეწყვიტეთ სითხის დალევა მოსვლამდე 8 საათით ადრე.** ამ დროის შემდეგ არაფერი არ ჭამოთ და არ დალიოთ, არ მიიღოთ სითხეები. მედიკამენტებთან ერთად შეგიძლიათ წყლის პატარა ყლუპების დალევა.

დამატებითი ინფორმაციისთვის იხილეთ *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).

აქ მოცემულია GLP-1 (გლუკაგონის მსგავსი პეპტიდი -1) მედიკამენტების რამდენიმე მაგალითი. არსებობს სხვა მისი შემცველი მედიკამენტებიც, ამიტომ დარწმუნდით, რომ თქვენზე მზრუნველ გუნდს აქვს ინფორმაცია ყველა იმ მედიკამენტის შესახებ, რომელსაც იღებთ. ზოგჯერ, ეს პრეპარატები ინიშნება დიაბეტის ან სხვა დაავადებების სამკურნალოდ. სხვა შემთხვევებში, ისინი წონის დაკლებისთვის ინიშნება.

• სემაგლუტიდი (ვეგოვი®, ოზემპიკი®, რიბელსუსი®) • დულაგლუტიდი (ტრულისიტი®)	• ტირზეპატიდი (ზეპბაუნდი®, მოუნჯარო®) • ლირაგლუტიდი (საქსენდა®, ვიქტოზა®)

ალკოჰოლის მოხმარების შესახებ

მნიშვნელოვანია ესაუბროთ თქვენს ექიმებს იმის შესახებ, თუ რამდენ ალკოჰოლს მოიხმართ. ეს დაგვეხმარება

თქვენი მკურნალობის დაგეგმვაში.

თუ თქვენ რეგულარულად მოიხმართ ალკოჰოლს, შესაძლებელია ოპერაციის მომდინარეობისას და მის შემდეგ წარმოშობილი პრობლემების გაზრდილი რისკის წინაშე იდგეთ. ეს მოიცავს სისხლდენას, ინფექციას, გულის პრობლემებს და ხანგრძლივ ჰოსპიტალიზაციას.

თუ თქვენ რეგულარულად მოიხმართ ალკოჰოლს და უცაბედად შეწყვეტთ, ამან შეიძლება გამოიწვიოს კრუნჩხვები, ბოდვები და სიკვდილი. თუ გვეცოდინება, რომ თქვენ ხართ ამ პრობლემების რისკის წინაშე, შეგვიძლია დაგინიშნოთ მედიკამენტები, რომლებიც მათ თავიდან აცილებაში დაგეხმარებათ.

აი რა შეგიძლიათ გააკეთოთ ოპერაციამდე, რათა თავიდან აიცილოთ პრობლემები.

- უთხარით სიმართლე თქვენს ექიმებს, თუ რამდენ ალკოჰოლს მოიხმართ.
- შეეცადეთ რომ აღარ დალიოთ ალკოჰოლი მას შემდეგ, რაც ოპერაციას დაგეგმავთ. უთხარით თქვენს ექიმს მაშინვე თუ:
  - თავი აგტკივდათ.
  - გაქვთ გულისრევის შეგრძნება (გრძნობთ თითქოს გული გერევათ).
  - ჩვეულებრივზე მეტად შფოთავთ (ღელავთ და ნერვიულობთ).

- ვერ იძინებთ.

ესენი არის ალკოჰოლის თავის დანებების ნიშნები და მათი მკურნალობა შესაძლებელია.

- უთხარით თქვენს ექიმს თუ ალკოჰოლს თავს ვერ ანებებთ.
- დაუსვით თქვენს ექიმს კითხვები ალკოჰოლის დალევასა და ოპერაციის შესახებ. როგორც ყოველთვის, თქვენი ინფორმაცია დარჩება კონფიდენციალური.

მოწევის შესახებ

თუ მწეველი ხართ ან იყენებთ ელექტრონულ მოაწევ აპარატს, ოპერაციის დროს შესაძლოა სუნთქვის პრობლემა შეგექმნათ. ელექტრონული მოწევის აპარატის მაგალითებია ვეიპები და ისიგარეტები. მოხმარების შეწყვეტა ოპერაციამდე რამდენიმე დღით ადრეც კი ხელს შეუწყობს სუნთქვის პრობლემების თავიდან აცილებას ოპერაციის დროს და მის შემდეგ.

თქვენი ექიმი მოგცემთ მიმართვას თამბაქოზე დამოკიდებულების მკურნალობის პროგრამის შესახებ, თუ მწეველი ხართ. თქვენც შეგიძლიათ დაუკავშირდეთ ამ პროგრამას, დარეკეთ 212-610-0507.

ძილის აპნოეს შესახებ

ძილის აპნოე სუნთქვის გავრცელებული პრობლემაა. თუ გაქვთ ძილის აპნოე, მცირე ხნით წყვეტთ სუნთქვას ძილის დროს. ყველაზე გავრცელებული ფორმაა ძილის

ობსტრუქციული აპნოე (OSA). ძილის ობსტრუქციული აპნოეს შემთხვევაში, სასუნთქი გზები სრულიად იკეტება.

ძილის ობსტრუქციულმა აპნოემ შესაძლებელია სერიოზული პრობლემები შეგიქმნით ოპერაციის დროს და მის შემდგომ. შეგვატყობინეთ თუ გაქვთ, ან ფიქრობთ, რომ გაქვთ ძილის ობსტრუქციული აპნოე. თუ თქვენ სასუნთქ მოწყობილობას იყენებთ, როგორიც არის CPAP აპარატი, მაშინ თან იქონიეთ ოპერაციის დროს.

MSK MyChart-ის გამოყენება

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org) წარმოადგენს MSK-ის პაციენტების პორტალს. ეს პორტალი დაგეხმარებათ გაგზავნოთ და მიიღოთ შეტყობინებები თქვენი მკურნალი ექიმისგან, ნახოთ ანალიზების შედეგები, გაიგოთ ექიმთან ვიზიტის თარიღი, დრო და სხვა. ასევე შეგიძლიათ შესთავაზოთ თქვენს მომვლელს შექმნას საკუთარი ანგარიში თქვენი მკურნალობის შესახებ ინფორმაციის სანახავად.

თუ არ გაქვთ MSK MyChart-ის ანგარიში, შეგიძლიათ დარეგისტრირდეთ აქ mskmychart.mskcc.org. მოწვევის მისაღებად შეგიძლიათ დაუკავშირდეთ თქვენს მკურნალთა გუნდს.

ტექნიკური დახმარებისთვის დარეკეთ MSK MyChart Help Desk-ს, ნომერზე 646-227-2593. ისინი ორშაბათიდან პარასკევამდე, დილის 9 საათიდან საღამოს 5 საათამდე მუშაობენ.

თქვენი მიზნებისა და საავადმყოფოდან გაწერის შესახებ

ოპერაციის შემდგომ თქვენი მიზანი იქნება საკმარისად გამოჯანმრთელება, რათა დატოვოთ საავადმყოფო. ჩვენ გამოგიგზავნით საავადმყოფოდან გაწერის მიზნების ჩამონათვალს MSK MyChart-ის ანგარიშზე, რომლებიც თქვენი მდგომარეობის თვალყურის დევნებაში დაგეხმარებათ.

შეგიძლიათ გამოიყენოთ MSK MyChart საავადმყოფოდან გაწერის მიზნების ჩამონათვალი, იმ მიზნების სანახავად, რომლებიც უნდა შეასრულოთ საავადმყოფოდან გასვლამდე. ასევე შეგიძლიათ განაახლოთ თქვენი პროგრესი დღის განმავლობაში. თქვენს მიერ შეტანილი პროგრესის განახლებები, სიგნალის სახით ეგზავნება ქირურგთა გუნდს.

თუ გსურთ გაიგოთ მეტი, წაიკითხეთ *Frequently Asked Questions About the Goals to Discharge Checklist* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist)

ოპერაციის შემდგომი ინტენსიური რეაბილიტაციის შესახებ (ERAS)

ERAS არის პროგრამა, რომელიც დაგეხმარებათ ოპერაციის შემდგომ სწრაფად გამოჯანმრთელებაში. ERAS პროგრამის ფარგლებში, გარკვეული ქმედების მიღებაა საჭირო ოპერაციამდე და ოპერაციის შემდგომ.

ოპერაციამდე დარწმუნდით, რომ:

- **წაიკითხეთ ეს სახელმძღვანელო.** ეს დაგეხმარებათ გაიგოთ, თუ რას უნდა ელოდეთ ოპერაციამდე, ოპერაციის დროს და მის შემდეგ. თუ კითხვები გაგიჩნდათ, ჩამოწერეთ ისინი. შეგიძლიათ ჰკითხოთ თქვენს ექიმს მომდევნო ვიზიტზე ან დარეკეთ მის ოფისში.
- **ივარჯიშეთ და იკვებეთ ჯანსაღად.** ეს შეამზადებს თქვენს ორგანიზმს ოპერაციისთვის.

ოპერაციის შემდგომ, დაეხმარეთ თქვენს თავს სწრაფად გამოჯანმრთელებაში ამ გზით:

- **წაიკითხეთ რეაბილიტაციის მიზნების ჩამონათვალი.** ეს არის საგანმანათლებლო ბუკლეტი, რომელსაც ექიმი გადმოგცემთ. მასში მოცემულია რეაბილიტაციის მიზნები. ეს დაგეხმარებათ გაიგოთ, თუ რას უნდა ელოდეთ ყოველდღიურად.
- **რაც შეიძლება მალე დაიწყეთ მოძრაობა.** რაც უფრო მალე ადგებით და დაიწყებთ სიარულს, მით უფრო მალე შეძლებთ დაუბრუნდეთ ჩვეულ საქმიანობას.

ოპერაციის 30 დღის განმავლობაში წინასაოპერაციო კვლევა

ოპერაციამდე გექნებათ ვიზიტი, წინასაოპერაციო კვლევის ჩასატარებლად. თქვენი ვიზიტი შეიძლება განხორციელდეს პირადი ვიზიტის ან ვიდეო ვიზიტის სახით. თქვენი ქირურგის ოფისიდან შეგატყობინებენ ვიზიტის დღეს, დროს და ადგილს. პარკირების

ინფორმაციისა და MSK-ის ყველა ადგილმდებარეობის სანახავად ეწვიეთ ბმულს: www.msk.org/parking.

ვიზიტის დღესვე შეგიძლიათ მიირთვათ საკვები და მიიღოთ თქვენთვის ჩვეული მედიკამენტები.

ვიზიტისას სასურველია მიიტანოთ:

- ყველა იმ მედიკამენტის ჩამონათვალი, რომელსაც იღებთ, რეცეპტით გაცემული და ურეცეპტოდ გაცემული მედიკამენტების, პატჩებისა და კრემების ჩათვლით.
- თუ გაქვთ გასულ წელს MSK-ის გარეთ ჩატარებული ნებისმიერი სამედიცინო ანალიზის პასუხი. მაგალითები მოიცავს გულის სტრესის ტესტს, ექოკარდიოგრამას ან დოპლერის კვლევის შედეგებს.
- თქვენი ექიმების სახელები, გვარები და ტელეფონის ნომრები.

თქვენ შეხვდებით ექიმის ასისტენტს, წინასაოპერაციო კვლევების ჩატარების დროს. ისინი მჭიდროდ თანამშრომლობენ ანესთეზიოლოგებთან. ესენი არიან ექიმები, რომლებსაც სპეციალური ტრენინგი აქვთ გავლილი ოპერაციის პროცესში ანესთეზიის გამოყენებაზე.

ექიმის ასისტენტი თქვენთან ერთად გადახედავს თქვენს სამედიცინო ისტორიას. მკურნალობის დაგეგმვისთვის, შესაძლოა დაგჭირდეთ გარკვეული ტესტები, როგორიც არის:

- ელექტროკარდიოგრამა (EKG) გულის რითმის შესამოწმებლად.
- გულმკერდის რენტგენი.
- სისხლის ანალიზები.

ექიმის ასისტენტმა შესაძლოა გირჩიოთ სხვა ექიმთან კონსულტაცია. ისინი ასევე:

- გესაუბრებიან იმის შესახებ, თუ რომელი მედიკამენტები უნდა მიიღოთ ოპერაციის დილას.
- მოგცემენ ინსტრუქციებს, თუ როგორ უნდა იკვებოთ და მიიღოთ სითხე ოპერაციამდე.

ოპერაციამდე გასათვალისწინებელი ინსტრუქციები (მაგალითად, მედიკამენტების მიღების, კვებისა და სითხის მიღების შესახებ) შეგიძლიათ იხილოთ თქვენს MSK MyChart ანგარიშში:

1. შედით თქვენს MSK MyChart ანგარიშში. მთავარ გვერდზე აირჩიეთ „Visits“ (ვიზიტები).
2. გადადით განყოფილებაში „Past“ ან „Past visits“ (წარსული ვიზიტები) და იპოვეთ თქვენი PST ვიზიტი. აირჩიეთ „View After Visit Summary“ (ვიზიტის შემდგომი შეჯამების ნახვა).
3. ვიზიტის შემდგომ შეჯამებაში წაიკითხეთ განყოფილება „Preprocedure Instructions“ (პროცედურის ინსტრუქციები).

ძალიან მნიშვნელოვანია, რომ ზუსტად დაიცვათ ეს ინსტრუქციები ოპერაციამდე. თუ მათ არ დაიცავთ, თქვენი

ოპერაცია შესაძლოა გადაიდოს ან გაუქმდეს.

შეხვდით ჭრილობის, ოსტომის მენეჯმენტში სპეციალიზებულ ექთანს (WOC)

თუ დროებითი ილეოსტომია გაქვთ, ოპერაციამდე შეხვდებით ოსტომის მენეჯმენტში სპეციალიზებულ ექთანს (WOC). WOC ექთანი არის სპეციალიზებული ოსტომის მენეჯმენტში. ის გასწავლით თქვენ და თქვენს ოჯახის წევრებს ოსტომის მოვლას და მართვას, რაც საშუალებას მოგცემთ უფრო დამოუკიდებლად მართოთ იგი. კოლესტომიის ჩანთაზე წარმოდგენის შესაქმნელად, WOC ექთანი გაჩვენებთ მას.

გადაწყვიტეთ ვინ იქნება თქვები მომვლელი

თქვენი მომვლელი მნიშვნელოვან როლს ასრულებს თქვენს მოვლაში. ოპერაციამდე ექიმი თქვენ და თქვენს მომვლელს ოპერაციის შესახებ დაგელაპარაკებათ. როდესაც გამოგწერენ, ოპერაციის შემდეგ, თქვენი მომვლელი წაგიყვანთ სახლში. ის სახლშიც დაგეხმარებათ საკუთარი თავის მოვლაში.

მომვლელებისთვის



კიბოს მკურნალობის პროცესში ადამიანის მოვლა დიდ პასუხისმგებლობას მოითხოვს. დასახმარებლად, ჩვენ გთავაზობთ რესურსებს და მხარდაჭერას. მეტის გასაგებად, ეწვიეთ ბმულს www.msk.org/caregivers ან წაიკითხეთ *A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers).

შეავსეთ ჯანდაცვის წარმომადგენლის ფორმა.
თუ ჯერ არ შეგივსიათ ჯანდაცვის წარმომადგენლის ფორმა, გირჩევთ შეავსოთ. თუ უკვე შეავსეთ აღნიშნული ფორმა, ასევე თუ რაიმე წინასწარი დირექტივები გაქვთ, თან იქონიეთ ისინი შემდეგ ვიზიტზე.

ჯანდაცვის წარმომადგენლის ფორმა არის ოფიციალური დოკუმენტი. ის განმარტავს, ვინ იქნება თქვენს მიერ ავტორიზებული პირი, თუ თქვენ, თავად არ შეგიძლიათ კომუნიკაცია. ასეთ პირს ჰქვია თქვენი ჯანდაცვის აგენტი.

- ეწვიეთ ბმულს და გაიგეთ მეტი ჯანდაცვის წარმომადგენლებისა და წინასწარი დირექტივების შესახებ *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning).
- ეწვიეთ ბმულს და გაიგეთ მეტი, ჯანდაცვის აგენტის შესახებ *How To Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent).

ჯანდაცვის წარმომადგენლის ფორმის შევსებასთან დაკავშირებით კითხვები შემთხვევაში, გაესაუბრეთ მკურნალთა გუნდის წევრებს.

შეიძინეთ კუჭ-ნაწლავის მომზადების საშუალებები
ოპერაციამდე დაგჭირდებათ ნაწლავის შემზადება (განავლის ორგანიზმიდან გამოსადევნად).

თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერი გამოგიწერთ ანტიბიოტიკებს, ნაწლავის მოსამზადებლად. ასევე დაგჭირდებათ შემდეგის ყიდვა:

- 1 (238 გრამი) პოლიეთილენ გლიკოლი (MiraLAX®). მისი შეძენა ადგილობრივ აფთიაქებში შეგიძლიათ. მას რეცეპტი არ ჭირდება.
- 1 (64 უნცია) გამჭვირვალე სითხე. გამჭვირვალე სითხეების შესახებ წაიკითხეთ “დაიცავით თხევადი დიეტა”.
- ზედმეტად გამჭვირვალე სითხეების დალევა, სანამ იცავთ გამჭვირვალე თხევად დიეტას.

იყიდეთ აცეტამინოფენი (Tylenol®) და იბუპროფენი (Advil® ან Motrin®)

აცეტამინოფენი და იბუპროფენი რეცეპტის გარეშე გასაყიდი ტკივილგამაყუჩებლებია. მათ ოპერაციის შემდეგ გამოიყენებთ, რათა დაგეხმაროთ სახლში ტკივილის მართვაში.

სასურველია ამ მედიკამენტების ვადაზე ადრე შეძენა, თუ ისინი უკვე არ გაქვთ. მათი შეძენა ადგილობრივ აფთიაქში რეცეპტის გარეშეა შეგიძლიათ.

ოპერაციამდე 7 დღით ადრე
მიყევით ექიმის რეკომენდაციებს ასპირინის მიღებასთან დაკავშირებით

ასპირინმა შეიძლება გამოიწვიოს სისხლდენა. თუ თქვენ იღებთ ასპირინს ან წამალს, რომელიც შეიცავს ასპირინს,

შეიძლება მოგიწიოთ დოზის შეცვლა ან მისი მიღების შეწყვეტა ოპერაციამდე 7 დღით ადრე. მიჰყევით ექიმის რეკომენდაციებს. **არ შეწყვიტოთ ასპირინის მიღება, თუ ამას არ გეტყვიან.**

თუ გსურთ გაიგოთ მეტი, წაიკითხეთ *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).

შეწყვიტეთ E ვიტამინის, მულტივიტამინების, მცენარეული და საკვები დანამატების მიღება

E ვიტამინის, მულტივიტამინების, მცენარეული და საკვები დანამატების მიღებამ შესაძლებელია სისხლდენა გამოიწვიოს. შეწყვიტეთ მათი მიღება ოპერაციემდე 7 დღით ადრე. თუ ექიმი სხვა რეკომენდაციას მოგცემთ, მაშინ მას მიყევით.

თუ გსურთ გაიგოთ მეტი, წაიკითხეთ *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

ოპერაციამდე 2 დღით ადრე

ოპერაციამდე ორი დღის განმავლობაში, არ არის რეკომენდებული მუცლის მიდამოების გაპარსვა ან ცვილით ეპილაცია. ეს ინფექციების რისკს აგარიდებთ თავიდან.

შეწყვიტე არასტეროიდული ანთების საწინააღმდეგო

წამლების (NSAIDs) მიღება

არასტეროიდულმა ანთების საწინააღმდეგო წამლებმა, NSAIDs, როგორიც არის იბუპროფენი (Advil® and Motrin®) და ნაპროქსენი (Aleve®) შეიძლება გამოიწვიოს სისხლდენა. შეწყვიტეთ მათი გამოყენება ოპერაციამდე ორი დღით ადრე. თუ ექიმი სხვა რეკომენდაციას მოგცემთ, მაშინ მას მიყევით.

თუ გსურთ გაიგოთ მეტი, წაიკითხეთ *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)

ოპერაციამდე 1 დღით ადრე
დაიცავით თხევადი დიეტა



დაიცავით თხევადი დიეტა ოპერაციამდე ერთი დღით ადრე. თხევადი დიეტა მხოლოდ გამჭვირვალე სითხეებს მოიცავს. მაგალითები შეგიძლიათ იხილოთ “თხევადი დიეტის” გრაფაში.

თხევად დიეტაზე ყოფნის დროს:

- არ შეჭამოთ არანაირი მყარი საკვები.
- შეეცადეთ, რომ ერთი ჭიქა (8 უნცია) სითხე მიიღოთ ყოველ საათში, როდესაც გღვიძავთ.
- მიიღეთ სხვადასხვანაირი სითხეები. მხოლოდ წყალი,

ყავა და ჩაი არ მიიღოთ.

- ისეთი სითხე არ დალიოთ რაც გამჭვირვალე არ არის, მაგალითად რძე ან სმუზი.
- არ დალიოთ უშაქრო სითხეები თუ დიაბეტი არ გაქვთ ან ექიმის რეკომენდაცია არ არის.

როგორ დაიცვათ თხევადი დიეტა თუ დიაბეტი გაქვთ

ჰკითხეთ თქვენს ექიმს, ვინც დიაბეტზე გმკურნალობთ.

- რა უნდა გააკეთოთ, როდესაც თხევადი სითხის დიეტაზე ხართ.
- თუ საჭიროა ინსულინის დოზის ან დიაბეტის სხვა მედიკამენტის შეცვლა, თუ მათ იღებთ.
- თუ არის საჭიროება უშაქრო სითხეების მიღების.

როდესაც თხევად დიეტაზე ხართ, ხშირად გაიკონტროლეთ სისხლში შაქრის შემცველობა. კითხვები შემთხვევაში დაელაპარაკეთ ექიმს.

თხევადი დიეტა		
	ნებადართულია მიღება	არ მიიღოთ
სუპები	• გამჭვირვალე წვნიანი, ბულიონი და კონსომე.	• ნებისმიერი რამ, საჭმლის ან სანელებლის პატარა ნაწილებით.

ტკბილეული	• ჟელატინი, როგორიცაა Jell-O®. • არომატული ყინული. • საწუწნი კანფეტები, როგორიცაა Life Savers®, ლიმონის დრაჟე და პიტნის კანფეტი.	• ყველა სხვა ტკბილეული

სასმელები	• გამჭვირვალე ხილის წვენები, მაგალითად ლიმონათი, ვაშლის, მოცვის, ან ყურძნის წვენები. • გაზიანი სასმელი, მაგალითად ginger ale, 7UP®, Sprite®, და სელცერი. • სპორტული სასმელები, როგორებიცაა Gatorade® and Powerade®. • შავი ყავა ან უბრალო ჩაი, რძის ან ნაღების გარეშე. • წყალი, გაზიანი და არომატული წყლის ჩათვლით. • სუფთა ნუტრიციული სასმელები, როგორიცაა Boost® Breeze, Ensure Clear™, Pedialyte® და Diabetishield®.	• რბილობიანი წვენები. • ნექტრები. • სმუზი ან შეიკი. • რძე, ნაღები, და სხვა რძის პროდუქტები. • თხილის რძე, მცენარეული რძე, ურძეო კრემები და რძის სხვა ალტერნატივები. • ალკოჰოლიანი სასმელები.

დაიწყეთ ნაწლავის მომზადება

ოპერაციის წინა დილას, შეაზავეთ 238 გრამი პოლიეთილენ გლიკოლი, MiraLAX , 64 უნცია გამჭვირვალე სითხესთან, სანამ ფხვნილი არ გაიხსნება. ამის შემდეგ,

სურვილისამებრ, შეგიძლიათ ნაზავი მაცივარში შედოთ.

ოპერაციის წინა საღამოს, დაახლოებით 5 საათზე, დაიწყეთ გაზავებული სითხის დალევა. ეს გამოიწვევს კუჭის ხშირ მოქმედებას, ამიტომ საპირფარეშოსთან ახლოს იყავით.

- დალიეთ 1 (8 უნცია) ჭიქა გაზავებული სითხე ყოველ 15 წუთში, სანამ არ გათავდება.
- მას შემდეგ, რაც მორჩებით MiraLAX გაზავებულ სითხეს, დალიეთ 4-დან 6 ჭიქამდე გამჭვირვალე სითხე.
- წაისვით თუთიის მალამო (Desitin®) ანუსის გარშემო, კუჭში ყოველი გასვლის შემდეგ. ეს თავიდან აგაცილებთ გაღიზიანებას.

ოპერაციის წინა საღამოს, 7 საათზე, მიიღეთ ანტიბიოტიკი დანიშნულების მიხედვით.

ოპერაციის წინა საღამოს, 10 საათზე, მიიღეთ ანტიბიოტიკი დანიშნულების მიხედვით.

შეგიძლიათ გამჭვირვალე სითხეების მიღება გააგრძელოთ, თუმცა ამის საჭიროება აღარ არის.

ჩაინიშნეთ ოპერაციის დრო

ადმისტრაციის თანამშრომელი დაგირეკავთ ოპერაციის წინა დღეს, 14:00 საათის შემდეგ. იმ შემთხვევაში, თუ ოპერაცია ორშაბათს არის დანიშნული, დაგირეკავენ პარასკევს. თუ 19:00 საათამდე არ დაგიკავშირდნენ, დარეკეთ ნომერზე 212-639-5014.

ადმინისტრაციის თანამშრომელი გეტყვით, რა დროს უნდა იყოთ საავადმყოფოში ოპერაციისთვის. იმასაც შეგახსენებენ, თუ სად უნდა მიხვიდეთ.

პარკირების შესახებ ინფორმაციისა და MSK-ის ყველა ადგილმდებარეობის სანახავად ეწვიეთ ბმულს: www.msk.org/parking.

მიიღეთ შხაპი 4%-იანი ქლორჰექსიდ-ბიგლუკონატის (CHG) ანტისეპტიკური დასაბანი სითხით (როგორიც არის Hibiclens®)

4%-იანი ქლორჰექსიდ-გლუკონატის (CHG) დასაბანი სითხე კლავს ბაქტერიებს დაბანიდან 24 საათის განმავლობაში. ოპერაციამდე აღნიშნული სითხით დაბანა, ოპერაციის შემდეგ შეამცირებს ინფექციების რისკს. ექთანი წინა დღეს მოგცემთ ბოთლს, რომ გამოიყენოთ ოპერაციამდე.

ოპერაციის წინა ღამეს დაიბანეთ 4%-იანი ქლორჰექსიდ-ბიგლუკონატის (CHG) ანტისეპტიკური დასაბანი სითხით.

1. თმა დაიბანეთ ჩვეულებრივი შამპუნით და ბალზამით, რომლებსაც იყენებთ. თავი კარგად ჩამოიბანეთ.
2. დაიბანეთ სახე და სასქესო ორგანოების (საზარდულის) მიდამოები ჩვეულებრივი საპნით, რომელსაც იყენებთ. ტანი კარგად ჩამოიბანეთ თბილი წყლით.
3. გახსენით 4%-იანი CHG ქლორჰექსიდ-ბიგლუკონატის ბოთლი. დაისხით ხელის გულზე ან სუფთა ნაჭერზე.
4. შხაპის ორთქლისგან შორს დადექით. 4%-იანი CHG ქლორჰექსიდ-ბიგლუკონატის ხსნარი ნაზად შეიზილეთ

სხეულზე, კისრიდან ფეხებამდე. არ წაისვათ თვალზე ან სასქესო ორგანოს მიდამოებში.

5. შემდეგ დადექით შხაპის ქვეშ და კარგად ჩამოიბანეთ 4%-იანი CHG ხსნარი. გამოიყენეთ თბილი წყალი.
6. შეიმშრალეთ სუფთა პირსახოცით.

შხაპის შემდეგ, არ წაისვათ ლოსიონი, კრემი, დეზოდორანტი, მაკიაჟი, პუდრი, სუნამო ან ოდეკოლონი.

ოპერაციის დღე
მითითებები სითხის მიღების შესახებ

ყურადღება: თუ იღებთ GLP-1 ტიპის მედიკამენტს, ნუ იხელმძღვანელებთ ამ მითითებებით. არამედ, იხელმძღვანელეთ მითითებებით, რომლებიც მოცემულია აქ: *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).

შუაღამიდან (ღამის 12 საათიდან) კლინიკაში მისვლამდე 2 საათით ადრე, დალიეთ მხოლოდ ქვემოთ მოცემული სითხეები. არ ჭამოთ ან დალიოთ მეტი არაფერი. აღარ დალიოთ არაფერი კლინიკაში მისვლამდე 2 საათით ადრე.

- წყალი.
- ვაშლის, ყურძნის ან მოცვის გამჭვირვალე წვენი.

- Gatorade ან Powerade.
- შავი ყავა ან უბრალო ჩაი. შეგიძლიათ დაუმატოთ შაქარი. არ დაუმატოთ მეტი არაფერი.
    - არ დაუმატოთ არავითარი რძე ან ნაღები. ეს მცენარეულ რძეს და ნაღებსაც ეხება.
    - არ დაუმატოთ არომატული სიროფი.

თუ დიაბეტი გაქვთ, ყურადღება მიაქციეთ სასმელებში შაქრის რაოდენობას. სისხლში შაქრის დონის კონტროლი უფრო ადვილია, თუ ამ სასმელების უშაქრო, დაბალშაქრიანი ან დამატებული შაქრის გარეშე ვერსიებს ჩართავთ.

ოპერაციებისა და პროცედურების წინ სასარგებლოა სითხის მიღება, ამიტომ თუ წყურვილი გაწუხებთ, დალიეთ სითხე. არ დალიოთ იმაზე მეტი, ვიდრე გჭირდებათ. ოპერაციის ან პროცედურის დროს თქვენ მიიღებთ ინტრავენურ (IV) სითხეებს.



შეწყვიტეთ სითხის მიღება კლინიკაში მისვლამდე 2 საათით ადრე. ეს მოიცავს წყალს.

ჯანდაცვის პროვაიდერმა შეიძლება მოგცეთ სხვადასხვა მითითებები იმის შესახებ, თუ როდის უნდა შეწყვიტოთ სმა. ასეთ შემთხვევაში, იხელმძღვანელეთ მათი მითითებებით.

მიიღეთ მედიკამენტები დანიშნულების მიხედვით

მკურნალთა გუნდის წევრი გეტყვით, თუ რა წამალი უნდა მიიღოთ დილით ოპერაციის დილას. მიიღეთ მხოლოდ ეს წამლები და მიაყოლეთ ყლუპი წყალი. იმის მიხედვით, თუ რას იღებთ ჩვეულებრივ, ეს შეიძლება იყოს ყველა, ზოგიერთი ან არც ერთი დილის წამალი.

მიიღეთ შხაპი ანტისეპტიკური კანის გამწმენდით, რომელიც შეიცავს 4%იან CHG ქლორჰექსიდ-ბიგლუკონატს, მაგალითად, Hibiclens

სანამ გაეწერებით საავადმყოფოდან, მიიღეთ შხაპი ანტისეპტიკური კანის გამწმენდით, როგორიც არის Hibiclens იგივენაირად გამოიყენეთ, როგორც წინა ღამეს.

შხაპის შემდეგ, არ წაისვათ ლოსიონი, კრემი, დეზოდორანტი, მაკიაჟი, პუდრი, სუნამო ან ოდეკოლონი.

დაიმახსოვრეთ

- ჩაიცვით თავისუფალი ტანსაცმელი.
- თუ კონტაქტურ ლინზებს ატარებთ, შეცვალეთ სათვალით. კონტაქტურმა ლინზებმა შეიძლება დაგიზიანოთ თვალები ოპერაციის დროს.
- არ გაიკეთოთ მეტალის აქსესუარები. მოიხსენით სამკაულები, პირსინგების ჩათვლით. ოპერაციის დროს გამოყენებულმა ინსტრუმენტებმა შეიძლება გამოიწვიოს დამწვრობა, თუ ისინი მეტალს შეეხებიან.
- ძვირფასი ნივთები დატოვეთ სახლში.
- თუ მენსტრუალური (თვიური) ციკლი გაქვთ, გამოიყენეთ ჰიგიენური საფენები და არა ტამპონი. ჩვენ მოგცემთ

ერთჯერად საცვალს და საფენებს თუ დაგჭირდებათ.

რა უნდა იქონიოთ თან

- თავისუფალი შარვალი, როგორიცაა სპორტული შარვალი.
- შორტის მაგვარი საცვალი, რომელიც 1-2 ზომით დიდია, ვიდრე ჩვეულებრივ ატარებთ.
- თასმიანი სპორტული ფეხსაცმელი. შესაძლოა ფეხები შეგიშუპდეთ. თასმიანი სპორტული ფეხსაცმელი შეიძლება უკეთ მოგერგოთ შეშუპებულ ფეხებზე.
- სასუნთქი მოწყობილობა ძილის აპნოესთვის (როგორიც არის CPAP აპარატი), თუ გაქვთ.
- “ჯანმრთელობის დაცვის მინდობილობის ფორმა” და სხვა წინასწარი მითითებები, თუ ისინი წინასწარ შეავსეთ.
- მობილური ტელეფონი და დამტენი.
- ცოტაოდენი ფული, მცირე საყიდლებისთვის, მაგალითად გაზეთისთვის.
- ყუთი, თქვენი პირადი ნივთებისთვის, თუ გაქვთ ასეთი. პირადი ნივთების მაგალითებია: სათვალეები, სმენის აპარატი, კბილების პროთეზი, პროთეზირებადი ხელსაწყოები, პარიკი და რელიგიური აქსესუარები.
- ეს სახელმძღვანელო. ამ სახელმძღვანელოთი იხელმძღვანელებთ ოპერაციის შემდეგ თავის მოსავლელად.

საავადმყოფოში

როდესაც საავადმყოფოში მოხვალთ, გამოიყენეთ ლიფტი B, მე 6 სართულზე ასასვლელად. რეგისტრაცია გაიარეთ PSC მოსაცდელ ოთახში.

ადმინისტრაციის წევრები მოგთხოვენ, წარმოთქვათ და დამარცვლოთ თქვენი სახელი და დაბადების თარიღი. ეს თქვენი უსაფრთხოებისთვისაა საჭირო. იგივე ან მსგავსი სახელის მქონე პაციენტებს შესაძლოა ოპერაცია ჩაუტარდეთ იმავე დღეს.

ოპერაციაზე ჩასაცმელად, ჩვენ მოგცემთ საავადმყოფოს ხალათს, და მოცურების საწინააღმდეგო წინდებს.

მომვლელებისთვის, ოჯახისთვის და მეგობრებისთვის



წაიკითხეთ *Information for Family and Friends for the Day of Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery) რათა დაგეხმაროთ იმის გაგებაში, თუ რას უნდა ელოდოთ თქვენი ახლობელი ადამიანის ოპერაციის დღეს.

ექთანთან შეხვედრა

ექთანს ოპერაციამდე შეხვდებით. უთხარით მას მედიკამენტის დოზა, რომელიც მიიღეთ შუაღამის შემდეგ (12:00 საათი) და მიღების ზუსტი დრო. არ გამოგრჩეთ როგორც რეცეპტით გაცემული, ასევე რეცეპტის გარეშე გაცემული მედიკამენტები, პატჩები და მალამოები.

ექთანმა შესაძლოა ვენის კათეტერი ჩაგიდგათ მკლავის ან

ხელის მტევნის ვენაში. თუ ექთანმა არ ჩაგიდგათ ვენის კათეტერი, მაშინ ანესთეზიოლოგი ჩაგიდგამთ მას საოპერაციოში.

შეხვდით ანესთეზიოლოგს

სანამ ოპერაცია დაიწყება ანესთეზიოლოგსაც შეხვდებით. ის:

- გადახედავს თქვენს სამედიცინო ისტორიას.
- შეგეკითხებათ, წარსულში ანესთეზიის შემდგომ, გართულება ხომ არ გქონიათ. ეს მოიცავს გულისრევის შეგრძნებას (გრძნობთ თითქოს გული გერევათ) ან ტკივილს.
- დაგელაპარაკებათ უსაფრთხოებაზე და კომფორტზე, ოპერაციის პროცესში.
- აგიხსნით რა სახის ანესთეზიას გაგიკეთებთ.
- გიპასუხებთ, ანესთეზიასთან დაკავშირებით, თუ გაქვთ რაიმე კითხვა.

მოემზადეთ ოპერაციისთვის

ოპერაციამდე მოიხსნით სათვალე, სმენის აპარატი, კბილების პროთეზი, პროთეზირებული მოწყობილობები, პარიკი და რელიგიური აქსესუარები.

საოპერაციოში ან თქვენ თვითონ შეხვალთ, ან სამედიცინო პერსონალი შეგიყვანთ საკაცით. საოპერაციოს გუნდის წევრი დაგეხმარებათ საოპერაციო საწოლზე მოთავსებაში. ისინი ქვედა კიდურებზე კომპრესიულ ჩექმებს ჩაგაცმევენ.

ჩექმები მსუბუქად გაიბერება და შეიკუმშება, რაც გაგიუმჯობესებთ ფეხებში სისხლის მიმოქვევას.

როგორც კი კომფორტულად მოეწყობით, ანესთეზიოლოგი გაგიკეთებთ ანესთეზიას წვეთოვანის საშუალებით და დაგეძინებათ. ოპერაციის დროს და მის შემდეგაც მიიღებთ სითხეს წვეთოვანის საშუალებით.

ოპერაციის მსვლელობა

როგორც კი დაგეძინებათ, საოპერაციო გუნდი გაგიკეთებთ ჟანგბადის სასუნთქ აპარატს ცხვირსა და პირზე. ეს სუნთქვაში დაგეხმარებათ. ისინი ასევე საშარდე ბუშტში ჩაგიყენებენ ფოლის კათეტერს. ოპერაციის დროს იქიდან შარდი გამოიყოფა.

ოპერაციის დასრულების შემდეგ, ქირურგი დახურავს ჭრილობებს ნაკერებით, კავებით, Steri-Strips™-ით (ქირურგიული ლენტის თხელი ნაჭრები) ან Dermabond®-ით (ქირურგიული წებო). შესაძლებელია ბინტითაც შეგიხვიონ ჭრილობა.

ჟანგბადის სასუნთქ აპარატს საოპერაციო ოთახშივე მოგხსნიან.

სწორი ნაწლავის რეზექციის შემდეგ

ეს ნაწილი დაგეხმარებათ გაიგოთ, რას უნდა ელოდოთ ოპერაციის შემდეგ. თქვენ გაიგებთ, თუ როგორ გაიაროთ ოპერაციის შემდგომი რეაბილიტაცია უსაფრთხოდ, როგორც საავადმყოფოში, ასევე სახლში.

ამ ნაწილის წაკითხვის შემდეგ, ჩამოწერეთ კითხვები, რომლებსაც შემდეგ ექიმს დაუსვამთ.

სექციის მიმოხილვა

ოპერაციის შემდეგ ხშირად იარეთ და გამოიყენეთ სასუნთქი სავარჯიშო მოწყობილობა (ინსენტივ სპირომეტრი). მიიღეთ ტკივილგამაყუჩებელი მედიკამენტები დანიშნულების შესაბამისად და ყოველდღიურად მიიღეთ შხაპი, რათა ოპერაციული ჭრილობები სუფთად შეინარჩუნოთ. 6 კვირის განმავლობაში არ ასწიოთ 10 ფუნტზე (დაახლოებით 4.5 კგ-ზე) მეტი წონის ნივთები. სანამ თქვენი ორგანიზმი გამოჯანმრთელდება, შესაძლოა ნაწლავის მოქმედება გახშირდეს. თუ დროებითი ილეოსტომა გაქვთ, მიიღეთ საკმარისი რაოდენობის სითხე და დაიცავით თქვენი სამედიცინო გუნდის მითითებები გაუწყლოების თავიდან ასაცილებლად. ყოველდღიურად შეავსეთ თქვენი გამოჯანმრთელების მონიტორინგის დღიური (Recovery Tracker). დაუკავშირდით თქვენს სამედიცინო გუნდს, თუ გაქვთ 100.5 °F (38 °C) ან მეტი ტემპერატურა, ჭრილობის ირგვლივ მზარდი სიწითლე, სისხლდენა სწორი ნაწლავიდან ან ღებინება.

ანესთეზიის შემდგომი თერაპიის განყოფილება (PACU)

ოპერაციის შემდეგ როდესაც გაიღვიძებთ, ანესთეზიის შემდგომ განყოფილებაში იქნებით. ექთანი თვალყურს

მიადევნებს და ჩაიწერს თქვენს ტემპერატურას, პულსს, არტერიულ წნევას და ჟანგბადის დონეს. ჟანგბადი შესაძლებელია მოგეწოდებოდეთ ცხვირზე მიმაგრებული ჟანგბადის მილით ან პირსა და ცხვირზე მიმაგრებული ნიღბით. შესაძლოა, ქვედა კიდურებზე კომპრესიული ჩექმებიც გეკეთოთ.

ტკივილგამაყუჩებელი

წამალს დაგალევინებენ ტკივილის გასაყუჩებლად და კომფორტის მისაღწევად. ტკივილგამაყუჩებლის მიღების რამდენიმე ფორმა არსებობს.

- **ეპიდურული კათეტერი:** ზოგიერთი პაციენტი ამჯობინებს გაუტკივარება ეპიდურული კათეტერით გაიკეთოს (წვრილი, მოქნილი მილი შედის ხერხემალში).
- **ნერვების ბლოკირება:** ზოგიერთ პაციენტს ნერვებს უბლოკავენ ოპერაციამდე ან მის დროს. ნერვის ბლოკირებისას, ოპერაციის შემდგომი ტკივილების შემცირების მიზნით, ექიმს შეჰყავს გამაყუჩებელი ზოგიერთ ნერვში.
- **ვენური კათეტერი**: ზოგიერთი პაციენტი ინტრავენურად იღებს ტკივილგამაყუჩებელს.

ოპერაციის შემდეგ მიიღებთ 1 ან მეტ ტკივილგამაყუჩებელს. ყველა მათგანი ეფექტურია ტკივილის მართვაში. ექიმი დაგელაპარაკებათ თქვენთვის საუკეთესო ვარიანტის შერჩევამდე.

მილები და დრენაჟები

1 ან მეტი მილი და დრენაჟი გექნებათ. ექიმი გეტყვით, თუ რას უნდა ელოდოთ.

- თქვენ გექნებათ საშარდე მილიდან შარდის ბუშტში შემავალი ფოლის კათეტერი. ეს მილი შარდს, შარდის ბუშტიდან ატარებს, რათა საოპერაციო გუნდმა თვალი ადევნოს გამოყოფილი შარდის რაოდენობას.
- მუცლის ქვედა ნაწილში გექნებათ 1 ან 2 დრენაჟი. რისი დახმარებითაც გამოიჟონება ზედმეტი სითხე. დრენაჟებს, წესით, რამდენიმე დღეში ამოგიღებენ. თუ დრენაჟით გაეწერეთ სახლში, ექთანი გასწავლით, როგორ მოუაროთ მას.

პალატაში გადაყვანა

სანამ გაიღვიძებთ და ტკივილი გაგიყუჩდებათ, იქნებით პოსტანესთეზიური თერაპიის განყოფილებში (PACU). ზოგიერთი პაციენტი გადაჰყავთ პალატაში რამდენიმე საათის შემდეგ, ზოგს კი ტოვებენ გახანგრძლივებული მონიტორინგის მიზნით.

პოსტანესთეზიური თერაპიის განყოფილებაში ყოფნის შემდეგ, ადმინისტრაციის თანამშრომელი გადაგიყვანთ პალატაში.

საავადმყოფოს პალატაში

ოპერაციის შემდეგ, საავადმყოფოში ყოფნის ხანგრძლივობა დამოკიდებულია თქვენს გამოჯანმრთელებაზე და ასევე, თუ რა ოპერაცია ჩაგიტარდათ. ძირითადად 2-დან 4 დღემდე რჩებიან

საავადმყოფოში. საოპერაციო გუნდი აგიხსნით, თუ რას უნდა ელოდოთ.

პალატაში დაგხვდებათ ექთანი, რომელიც თქვენზე იზრუნებს, სანამ საავადმყოფოში იქნებით. ექთანი დაგეხმარებათ საწოლიდან წამოდგომაში და სკამზე დაჯდომაში.

საოპერაციო გუნდი გასწავლით, თუ როგორ მოუაროთ თავს გამოჯანმრთელების პროცესში. თქვენ შეგიძლიათ საკუთარ თავს უფრო სწრაფად გამოჯანმრთელებაში დაეხმაროთ:

- **წაიკითხეთ რეაბილიტაციის მიზნების ჩამონათვალი.** ჩვენ მოგცემთ რეაბილიტაციის მიზნების ჩამონათვალს, თუ უკვე არ გაქვთ. იგი დაგეხმარებათ გაიგოთ, თუ რას უნდა ელოდოთ ყოველდღიურად.
- **რაც შეიძლება მალე დაიწყეთ მოძრაობა.** რაც უფრო მალე ადგებით და დაიწყებთ სიარულს, მით უფრო მალე შეძლებთ დაუბრუნდეთ ჩვეულ საქმიანობას.

შეგიძლიათ გამოიყენოთ საავადმყოფოდან გაწერის მიზნების ჩამონათვალი, გამოჯანმრთელების პერიოდში მიზნების თვალის სადევნებლად. დამატებითი ინფორმაციისთვის წაიკითხეთ:*Frequently Asked Questions About the Goals to Discharge Checklist* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist)

წაიკითხეთ *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-

education/call-dont-fall) იმის გასაგებად, თუ რა უნდა გააკეთოთ საავადმყოფოში ყოფნისას უსაფრთხოების დასაცავად და წაქცევის თავიდან ასარიდებლად.

ტკივილის მართვა

ოპერაციის შემდგომ იგრძნობთ ტკივილს. თავდაპირველად, ტკივილგამაყუჩებელს მიიღებთ ეპიდურული კათეტერით, ნერვის ბლოკით, ან ინტრავენურად.

ექიმი ხშირად შეგეკითხებათ, თუ გრძნობთ ტკივილს და თუ საჭიროა, წამალსაც მოგცემთ. თუ ტკივილი არ გიყუჩდებათ, უთხარით ექიმს. ტკივილის გაკონტროლება მნიშვნელოვანია, რათა გამოიყენოთ სპირომეტრიის აპარატი და იმოძრაოთ. ტკივილის გაკონტროლება გაგიადვილებთ რეაბილიტაციის პროცესს.

ბევრი პაციენტი ფიქრობს, რომ ურეცეპტოდ გაცემული წამლებითაც ხდება ტკივილის შემსუბუქება. თუ უფრო ძლიერი ტკივილგამაყუჩებელი საშუალება გჭირდებათ, ექიმი სახლში გაწერამდე გამოგიწერთ რეცეპტს. ესაუბრეთ ექიმს შესაძლო გვერდითი მოვლენების შესახებ და თუ როგორ შეამციროთ (ნელ-ნელა შეწყვიტოთ) წამლის მიღება.

მოძრაობა და სიარული

სისხლის შედედების და პნევმონიის (ფილტვების ანთება) რისკებს შეამცირებს სიარული და მოძრაობა. ეს ასევე ხელს შეუწყობს გაზებზე გასვლას და კუჭის მოქმედებას.

წაიკითხეთ რეაბილიტაციის მიზნების ჩამონათვალი, რათა გაიგოთ მეტი მოძრაობისა და სიარულის კონკრეტული მიზნების შესახებ. საჭიროების შემთხვევაში, თქვენი ექთანი, ფიზიოთერაპევტი ან ოკუპაციური თერაპევტი დაგეხმარებათ გადაადგილებაში.

იმის გასაგებად, სიარული როგორ დაგეხმარებათ გამოჯანმრთელებაში, ეწვიეთ ბმულს *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery).

ავარჯიშეთ ფილტვები

მნიშვნელოვანია ავარჯიშოთ ფილტვები, მათი სრულად გაფართოების მიზნით. ეს პნევმონიას აგაცილებთ თავიდან.

- ექთანი მოგცემთ სპირომეტრიის აპარატს. გამოიყენეთ ის 10 ჯერ ყოველ საათში, როდესაც არ გძინავთ. მეტის გასაგებად ეწვიეთ ბმულს *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- ჩაატარეთ ჩახველების და ღრმა სუნთქვის ვარჯიშები. ამას თქვენი მკურნალთა გუნდის წევრი გასწავლით.

კვება და სითხეების მიღება

ოპერაციის დასრულებიდან მეორე დღესვე, ნელ-ნელა დაუბრუნდებით მყარი საკვების მიღებას. წაიკითხეთ რეაბილიტაციის მიზნების ჩამონათვალი და გაესაუბრეთ

ექიმს მეტი ინფორმაციისთვის.

ექიმი მოგცემთ მითითებებს ოპერაციის შემდგომი დიეტის დასაცავად. საავადმყოფოდან გაწერამდე კლინიკის დიეტოლოგ-ნუტრიციოლოგი შემოვა თქვენს პალატაში და განგიმარტავთ ამ მითითებებს.

დროებითი ილეოსტომიის მოვლა

თუ დროებითი ილეოსტომია გაქვთ, თქვენი ექთანი ან WOC ოსტომის მენეჯმენტში სპეციალიზებული ექთანი, ან ორივე, ყოველდღიურად შეამოწმებს თქვენს სტომას. გექნებათ მიმაგრებული ტომარა, სადაც მოგროვდება განავალი სტომადან გამოსვლის შემდეგ.

სპეციალიზებული ექთანი WOC შემოვა პალატაში და გასწავლით, როგორ მოუაროთ სტომას. თუ გსურთ გაიგოთ მეტი, ეწვიეთ ბმულს *ილეოსტომიის ან კოლესტომიის მოვლა* (www.mskcc.org/ka/cancer-care/patient-education/caring-for-your-ileostomy-colostomy).

საავადმყოფოდან გაწერა

იმ დროისთვის, როდესაც მზად იქნებით საავადმყოფოდან გასაწერად, ჭრილობა შეხორცების პროცესში იქნება. სანამ გაეწერებით, თქვენს ექიმთან ერთად დაათვალიერეთ ჭრილობა. იმის ცოდნა, თუ როგორ გამოიყურება, მოგვიანებით ცვლილებების შემჩნევაში დაგეხმარებათ.

გაწერის დღეს, დაგეგმეთ საავადმყოფოდან წასვლა დილის 8-დან 11 საათამდე. წასვლამდე, თქვენი ექიმი მოგცემთ გაწერის განკარგულებას და დანიშნულებას.

ასევე მოგცემენ გაწერის მითითებებს. ექიმი, თქვენთან ერთად, გადახედავს მას, სანამ წახვალთ სახლში.

თუ დროულად არ მოგაკითხეს გაწერის დღეს, შეგიძლიათ მოიცადოთ გასაწერ პაციენტთა მოსაცდელში (Patient Transition Lounge). მკურნალთა ჯგუფის წევრი, ამის შესახებ, უფრო მეტ ინფორმაციას მოგაწვდით.

სახლში

წაიკითხეთ *What You Can Do To Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling) იმის გასაგებათ, თუ რა შეგიძლიათ გააკეთოთ სახლში ან MSK-ში ვიზიტის დროს ხშირი წაქცევის თავიდან ასარიდებლად.

შეავსეთ რეაბილიტაციის დღიური

ჩვენ გვინდა ვიცოდეთ, როგორ გრძნობთ თავს საავადმყოფოს დატოვების შემდეგ. მკურნალობაში დასახმარებლად, თქვენს MSK MyChart ანგარიშზე კითხვარებს გამოგიგზავნით. ჩვენ მათ გამოგიგზავნით ყოვრელდღიურად, გაწერიდან 10 დღის განმავლობაში. ამ კითხვარებს რეაბილიტაციის დღიური ეწოდება.

შეავსეთ რეაბილიტაციის დღიური ყოველ ღამე, 12 საათამდე. ეს მხოლოდ 2-3 წუთს წაგართმევთ. ამ კითხვარზე პასუხები დაგვეხმარება გავიგოთ, როგორ გრძნობთ თავს და რა გესაჭიროებათ.

თქვენი პასუხებიდან გამომდინარე, შეიძლება დამატებითი ინფორმაციისთვის დაგიკავშირდეთ. ზოგჯერ შეიძლება

გთხოვოთ, რომ თქვენს ქირურგს დაუკავშირდეთ. თქვენს ქირურგს შეგიძლიათ დაუკავშირდეთ ყოველთვის, როდესაც რაიმე კითხვა გექნებათ.

თუ გსურთ გაიგოთ მეტი, წაიკითხეთ *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker).

ტკივილის მართვა

სხვადასხვა პაციენტს სხვადასხვა ხანგრძლივობის ტკივილი და დისკომფორტი აქვს. შესაძლებელია სახლში წასვლის შემდეგაც გრძნობდეთ ტკივილს, ამიტომ მიიღებთ ტკივილგამაყუჩებლებს. რეაბილიტაციის პერიოდში, ზოგიერთ პაციენტს აღენიშნება ტკივილი, შებოჭილობა ან კუნთების ტკივილი ჭრილობების გარშემო. ეს არ ნიშნავს, რომ პროცესი არასწორად მიდის. მაგრამ თუ არ გაუმჯობესდა, დაუკავშირდით თქვენს ექიმს.

მიჰყევით ქვემოთ მოცემულ რეკომენდაციებს, რათა შეძლოთ ტკივილის მართვა სახლში.

- მიიღეთ მედიკამენტები მითითებების შესაბამისად და საჭიროებისამებრ.
- დაუკავშირდით ექიმს თუ დანიშნული მედიკამენტი არ გშველით.
- არ მიუჯდეთ საჭეს, ან არ მიიღოთ ალკოჰოლი, როდესაც ექიმის მიერ გამოწერილ ტკივილგამაყუჩებელს იღებთ. ზოგიერთმა გამოწერილმა წამალმა შეიძლება მოგადუნოთ (გამოიწვიოს ძილიანობა). ალკოჰოლმა

შესაძლოა უფრო გაამძაფროს ძილიანობა.

- როგორც კი ჭრილობა მოგიშუშდებათ, ნაკლებად იგრძნობთ ტკივილს და ტკივილგამაყუჩებელიც ნაკლები დაგჭირდებათ. ტკივილგამაყუჩებელი, რომელიც რეცეპტის გარეშე გაიცემა, დაგეხმარებათ ტკივილის და დისკომფორტის მოხსნაში. აცეტამინოფენი (Tylenol®) და იბუპროფენი (Advil ან Motrin) არის რეცეპტის გარეშე გასაყიდი მედიკამენტების მაგალითი.
  - გამოწერილი წამლების მიღების შესაჩერებლად მიჰყევით თქვენი ექიმის მითითებებს.
  - გადაჭარბებული რაოდენობით არც ერთი წაამლი არ მიიღოთ. იხელმძღვანელეთ თქვენი ექიმის ან წამლის ეტიკეტის მითითებებით.
  - წაიკითხეთ ეტიკეტები ყველა წამლზე, რასაც იღებთ. ეს ძალიან მნიშვნელოვანია თუ აცეტამინოფენს იღებთ. აცეტამინოფენი არის ბევრი ურეცეპტო და რეცეპტით გაცემული წამლის მთავარი შემადგენელი ნაწილი. მისი გადაჭარბებით მიღება გამოიწვევს ღვიძლის დაზიანებას. არ მიიღოთ ერთზე მეტი მედიკამენტი, რომელიც აცეტამინოფენს შეიცავს, ექიმის კონსულტაციის გარეშე.
- ტკივილგამაყუჩებელი წამალი დაგეხმარებათ, რომ დაუბრუნდეთ თქვენს ჩვეულ საქმიანობას. მიიღეთ საკმარისი რაოდენობა, რათა ვარჯიში და ჩვეული აქტივობა დისკომფორტის გარეშე შეძლოთ. შესაძლებელია თქვენმა აქტიურმა მოძრაობამ ოდნავ

გააძლიეროს ტკივილი.

- მედიკამენტების მიღებას თვალყური მიადევნეთ. წამალი იწყებს მოქმედებას მიღების შემდეგ 30 - 45 წუთში. უმჯობესია წამალი მიიღოთ მაშინ, როცა პირველად იგრძნობთ ტკივილს და არა ტკივილის გაუარესების შემდეგ.

ზოგიერთმა ტკივილგამაყუჩებელმა მედიკამენტმა, როგორიცაა ოპიოიდები, შეიძლება გამოიწვიოს ყაბზობა. ყაბზობა არის, როდესაც განავალი მკვრივია და კუჭის მოქმედება შემცირებულად ხდება.

ჭრილობის მოვლა

საკმაოდ ნორმალურია, რომ კანი ჭრილობების ქვემოთ გაბუჟებული გქონდეთ. ეს იმიტომ ხდება, რომ ზოგიერთი ნერვი გაიჭრა ოპერაციის დროს. იმ შემთხვევაშიც კი, თუ ნერვების შენარჩუნების პროცედურით ჩატარდა ოპერაცია. დაბუჟება ნელ-ნელა გაივლის.

სანამ ექიმი არ გეტყვით, რომ ჭრილობა მოშუშდა, ყოველ დღე შეამოწმეთ ჭრილობა, რათა დარწმუნდეთ, რომ არ აქვს ინფექციის რაიმე ნიშანი. დაურეკეთ ექიმს, თუ გაქვთ ინფექციის რომელიმე შემდეგი სიმპტომი:

- სიწითლე
- შეშუპება
- მომატებული ტკივილი
- სითბო ჭრილობის ირგვლივ

- უსიამოვნო სუნი ან ჩირქოვანი გამონადენი ჭრილობიდან
- ტემპერატურა 100.5 °F (38 °C) ან მეტი

ინფექციის თავიდან ასაცილებლად, არავის მისცეთ უფლება ჭრილობას შეეხოს. სანამ ჭრილობებს შეეხებით, დაიბანეთ ხელები საპნითა და წყლით, ან გაიწმინდეთ ალკოჰოლზე დამზადებული ხელის სადეზინფექციო საშუალებით.

თუ, სახლში წასვლის შემდეგ, ჭრილობაში სამაგრები ან ნაკერები გაქვთ, ექიმი ამოიღებს მათ ოპერაციის შემდგომი ერთ-ერთი ვიზიტის დროს. დაშვებულია ჭრილობის დასველება. თუ სახლში გაეწერებით ჭრილობაზე Steri-Strips-ით ან Dermabond-ით, ისინი თავისით აგძვრებათ. თუ თავისით არ აგძვრათ 14 დღეში, მაშინ თქვენ თვითონ მოიშორეთ.

შხაპის მიღება

მიიღეთ შხაპი ყოველ დღე. თბილი შხაპის მიღება დამამშვიდებელია და დაგეხმარებათ კუნთების ტკივილის შემსუბუქებაში. შხაპის მიღებისას ჭრილობასაც გაისუფთავეთ.

შხაპის მიღებამდე მოიხსენით სახვევები. ნაზად დაიბანეთ ჭრილობა, უსუნო, თხევადი საპნით. არ გაიხეხოთ ჭრილობა. ეს მას გააღიზიანებს და შეხორცების პროცესს შეანელებს.

როდესაც შხაპის მიღებას დაასრულებთ, ნაზად დაადეთ ჭრილობას სუფთა პირსახოცი. დააცადეთ ჭრილობას ჰაერზე გაშრეს, სანამ ჩაიცვამთ ტანსაცმელს. თუ დრენაჟი არ გაქვთ, დატოვეთ ჭრილობა დაუფარავი.

არ მიიღოთ აბაზანა და არ წახვიდეთ აუზზე, სანამ ექიმი ნებას არ დაგრთავთ.

დროებითი ილეოსტომიის მოვლა

თუ დროებითი ილეოსტომია გაქვთ, ოსტომიის მენეჯმენტში სპეციალიზებული ექთანი WOC გასწავლით, როგორ მოუაროთ მას ოპერაციის შემდეგ. მეტი ინფორმაციისათვის ეწვიეთ ბმულს და წაიკითხეთ *ილეოსტომიის ან კოლესტომიის მოვლა* (www.mskcc.org/ka/cancer-care/patient-education/caring-for-your-ileostomy-colostomy).

ოსტომიის მქონე პაციენტებში დამახასიათებელია ლორწოვანი გამონადენი. შესაძლებელია განავალშიც გამოაყოლოთ ლორწო.

დეჰიდრატაციის პრევენცია

დროებითი ილეოსტომიის დროს, ძალიან მნიშვნელოვანია, შეინარჩუნოთ ჰიდრატაცია. შესაძლებელია, დეჰიდრატაცია დაგემართოთ, თუ განავლის რაოდენობა აღემატება თქვენს მიერ მიღებულ ულუფასა და წყალს.

დალიეთ 8-დან 10 ჭიქამდე (8 უნცია) სითხე ყოველ დღე. დაურეკეთ ექიმს, თუ გაქვთ დეჰიდრატაციის შემდეგი რომელიმე სიმპტომი:

- გაძლიერებული წყურვილის გრძნობა
- პირის სიმშრალეს
- კანის სიმშრალე
- დაღლილობა (დაღლილობის შეგრძნება ან ჩვეულებრივზე ნაკლები ენერგია)
- მადის დაკარგვას
- თავბრუსხვევა ფეხზე დგომის დროს
- თავის ტკივილი
- ფეხის კუნთის კრუნჩხვა

ნაწლავთა გაუვალობა

დროებით ილეოსტომიას თან ახლავს ნაწლავთა გაუვალობის რისკი. ნაწლავთა გაუვალობა ხდება მაშინ, როდესაც ნაწლავი ნაწილობრივ ან მთლიანად იბლოკება. ბლოკირება ხელს უშლის ნაწლავებში საკვების, სითხეებისა და გაზების ნორმალურ მოძრაობას. ბლოკირება შეიძლება გამოწვეული იყოს საკვების, ნაწიბურიანი ქსოვილის ან ნაწლავის გადახლართვის შედეგად.

დაურეკეთ ექიმს, თუ ნაწლავთა გაუვალობის რომელიმე შემდეგი სიმპტომი გაქვთ:

- მგრძნობიარე და შებერილი მუცელი
- მუცლის სპაზმები
- თავბრუსხვევა და ღებინება

- გაზის ან განავლის გამოყოფის შეფერხება
- შემცირებული ან საერთოდ არ გამოსული განავალი ილეოსტომიდან.

ნაწლავის ფუნქციის ცვლილებების მართვა

ინფორმაცია ამ ნაწილში არის მათთვის, ვისაც:

- არ აქვს დროებითი ილეოსტომია.
- დროებითი ილეოსტომია შებრუნებული აქვს.

სწორი ნაწლავი განავლის შესანახი ავზია. გაკეთებული აქვს ოპერაცია სწორი ნაწლავის ნაწილის მოსაშორებლად და ეს ავზი დაპატარავებულია. ეს ნიშნავს, რომ დიდი რაოდენობით განავალს ვეღარ იტევს. შესაძლებელია ბევრჯერ გქონდეთ კუჭის მოქმედება, რადგან სწორ ნაწლავი ბევრ განავალს ვეღარ დაიტევს. დროთა განმავლობაში სწორი ნაწლავი გაიჭიმება და შეძლებს მეტი განავლის შეკავებას. ეს პროცესი შესაძლოა გაგრძელდეს რამდენიმე თვე ან წელიწადი.

ოპერაციიდან პირველი რამდენიმე კვირის განმავლობაში შეძლება გქონდეთ კუჭის ხშირი მოქმედება. ეს იმიტომ ხდება, რომ მსხვილი ნაწლავის ბოლო ნაწილი დიდი ხნის გამოუყენებელია. ორგანიზმს დრო დასჭირდება რეაბილიტაციისთვის.

ოპერაციის შემდეგ, კუჭის მოქმედება შესაძლოა:

- გახშირდეს.

- საათში რამდენიმეჯერ, კვირაში რამდენჯერმე მოხდეს.
- ყოველ მეორე დღეს მოხდეს.
- გქონდეთ დაუცლელობის შეგრძნება. კუჭში გასვლის დასრულების შემდეგ, კიდევ გქონდეთ გასვლის შეგრძნება.

ასევე:

- გქონდეთ კუჭში გასვლის ძლიერი სურვილი.
- ვერ იგებდეთ გაზებზე გასვლა გინდათ თუ კუჭში გასვლა.

თუ რადიაციული თერაპია გაიკეთეთ, სწორი ნაწლავი შეიძლება იყოს გამკვრივებული. სწორი ნაწლავი ისე ვეღარ შეძლებს გაჭიმვას და განავლის შეკავებას, როგორც ოპერაციამდე. ეს, როგორც წესი, დროებითია.

რჩევები, ხშირი კუჭის მოქმედების სამართავად

თუ კუჭის მოქმედება დღეში რამდენჯერმე გაქვთ, მაშინ დაიცავით მსუბუქი დიეტა.

როდესაც მსუბუქ დიეტაზე ხართ, არ მიიღოთ:

- რძის პროდუქტები, ყველის, რძის და ნაყინის ჩათვლით
- ყავა
- შოკოლადი
- მწარე საკვები
- შემწვარი საკვები
- კრემ-სოუსები

- მაღალცხიმიანი ხორცი
- ცხიმიანი ხორცი, როგორიც არის სოსისი და ბეკონი
- ხილის წვენები
- უშაქრო საკვები

BRAT დიეტა დაგეხმარებათ კუჭის ხშირი მოქმედების მართვაში. BRAT დიეტაში ძირითადად იგულისხმება:

- ბანანი
- თეთრი ბრინჯი
- ვაშლის სოუსი
- ტოსტი

შავი ჩაის დალევამაც შესაძლოა გიშველოთ.

რჩევები ტკივილის სამართავად

შესაძლოა , კუჭში ხშირად გასვლის გამო, ანუსის გარშემო ტკივილი გქონდეთ. თუ ასეა:

- მიიღეთ თბილი აბაზანა 2-3 ჯერ დღეში.
- წაისვით თუთიის მალამო (Desitin®) ანუსის გარშემო, კუჭში ყოველი გასვლის შემდეგ. ეს თავიდან აგაცილებთ გაღიზიანებას.
- არ გამოიყენოთ უხეში ტუალეტის ქაღალდი. შეგიძლიათ უალკოჰოლო, სველი ხელსახოცი გამოიყენოთ.
- თუ გაქვთ ექიმის მიერ გამოწერილი წამალი, მიიღეთ იგი დანიშნულებისამებრ.

ცვლილებები საშარდე გზების ფუნქციაში

ნერვები, რომლებიც შარდვის ფუნქციას აკონტროლებენ, ასევე მენჯის ღრუშია განლაგებული. არსებობს მცირე შანსი, რომ ოპერაციის შემდეგ ცვლილებები გქონდეთ შარდვის ფუნქციაში. ქირურგი ყველანაირად ეცდება, რომ ეს ნერვები არ დაგიზიანოთ. პაციენტების მცირე ნაწილი, ოპერაციის შემდგომ, შარდის შეკავებას ვერ ახერხებს.

თუ თქვენს შემთხვევაშიც ასე მოხდა, ოპერაციის შემდეგ, დაგჭირდებათ კათეტერი, გარკვეული დროით გამოსაყენებლად. შარდის შეკავების სამუდამოდ დაკარგვა იშვიათია. ამ რისკებთან დაკავშირებით ქირურგი დაგელაპარაკებათ. სხვა ექიმთანაც შეგიძლიათ საუბარი.

ფიზიკური აქტივობა და ვარჯიში

საავადმყოფოს დატოვების შემდეგ, ჭრილობა გარეგნულად შესაძლოა მოშუშებულს ჰგავდეს, მაგრამ შიგნიდან ის ჯერ არ იქნება მოშუშებული. ოპერაციიდან პირველი 6 კვირის განმავლობაში:

- არ აწიოთ და არ გადააადგილოთ 10 ფუტზე (დაახლოებით 4,5 კგ-ზე) მძიმე ნივთი.
- თავი შეიკავეთ ძალისმიერი აქტივობებისგან (როგორიც არის სირბილი და ჩოგბურთი).
- არ ითამაშოთ კონტაქტური სპორტი (როგორიც არის ფეხბურთი).

სიარული კარგი არჩევანია მხნეობის შესამატებლად. შეგიძლიათ გაისეირნოთ გარეთ ან შენობის შიგნით,

მოლში ან სავაჭრო ცენტრში. შეგიძლიათ კიბეებზე ასვლა, მაგრამ შეეცადეთ შეზღუდული რაოდენობით გააკეთოთ ეს აქტივობა, საავადმყოფოდან გამოწერის პირველ კვირას. გარეთ მარტო არ გახვიდეთ, სანამ თქვენს შესაძლებლობებში არ დარწმუნდებით.

წესით, ოპერაციის შემდეგ ჩვეულებრივზე ნაკლები ენერგია გექნებათ. რეაბილიტაციის პერიოდი ინდივიდუალურია. რაც შეიძლება მეტად იყავით აქტიური დღის განმავლობაში. დააბალანსეთ აქტივობის და დასვენების პერიოდები. თუ ღამით ვერ იძინებთ, ეს იმის მაჩვენებელია, რომ დღის განმავლობაში ბევრს ისვენებთ.

ავტომობილის მართვა

ავტომობილის მართვამ შეიძლება გამოიწვიოს დისკომფორტი გამოჯანმრთელების პერიოდში, რადგან დამუხრუჭებისას იყენებთ მუცლის კუნთებს. შეეკითხეთ ექიმს, როდის გექნებათ ნებადართული ავტომობილის მართვა. არ მართოთ ავტომობილი, როდესაც ტკივილგამაყუჩებელს მიიღებთ, რადგან შესაძლოა ძილიანობა გამოიწვიოს. შეგიძლიათ ავტომანქანით საავადმყოფოდან გაწერის შემდეგ ნებისმიერ დროს იმგზავროთ.

სექსუალური აქტივობა

ექიმი გეტყვით, როდის იქნება ნებადართული სექსუალური აქტივობა.

ნერვები, რომლებიც აკონტროლებენ სექსუალურ

ფუნქციას, მენჯის ღრუშია განლაგებული. შესაძლებელია იფიქროთ, რომ ოპერაციის პერიოდში ეს ნერვები დაზიანდება. MSK ქირურგებს სპეციალური ტრენინგი აქვთ გავლილი ამ რისკების შესამცირებლად. პაციენტების მცირე ნაწილს აქვს სექსუალური ფუნქციის ცვლილებები ოპერაციის შემდეგ. სექსუალურ ფუნქციასთან დაკავშირებით თუ ღელავთ, ესაუბრეთ თქვენს ექიმს.

სამსახურში გასვლა

თქვენი სამუშაოს შესახებ დაელაპარაკეთ ექიმს. ექიმი გეტყვით, როდის შეიძლება იყოს თქვენთვის უსაფრთხო სამსახურში გასვლა, იმის მიხედვით, თუ რას აკეთებთ. თუ ბევრს მოძრაობთ, ან მძიმე საგნებს ეწევით, შეიძლება დაგჭირდეთ ცოტა ხნით სახლში დარჩენა. თუ მაგიდასთან იჯდებით, შესაძლოა, ადრეც მოგიწიოთ გასვლა.

კვლევების შედეგების მიღება

ოპერაციის შემდეგ, სიმსივნე და მის გარშემო არსებული ქსოვილი გადაეგზავნება პათოლოგს. კვლევის შედეგები მზად იქნება ოპერაციიდან 7-10 სამუშაო დღეში. ექიმი განგიმარტავთ კვლევის შედეგებს და გეტყვით, თუ რაიმე დამატებითი მკურნალობა გესაჭიროებათ.

შემდგომი ვიზიტები

მას შემდეგ, რაც საავადმყოფოდან გაეწერებით, პირველი ვიზიტი ექიმთან გექნებათ 1-დან 3 კვირის შემდეგ. ვიზიტის დასანიშნად დარეკეთ ქირურგიის განყოფილებაში.

ოპერაციის შემდეგ ექიმთან ვიზიტები მნიშვნელოვანია.

დაუკავშირდით ექიმს, თუ რაიმე კითხვა გაქვთ ამ ვიზიტებთან დაკავშირებით.

ემოციების მართვა

სერიოზულ დაავადებასთან დაკავშირებული ოპერაციის შემდგომ, შესაძლებელია გაგიჩნდეთ ახალი და შემაშფოთებელი ემოციები. ბევრი ადამიანი ამბობს, რომ მათ მონაცვეობით დაეწყოთ ტირილის, ნაღვლიანობის, ნერვიულობის, გაღიზიანების და სიბრაზის განცდა. შეიძლება აღმოაჩინოთ, რომ ამ ემოციების მართვა არ შეგიძლიათ. ასეთ შემთხვევებში კარგი აზრია ემოციური მხარდაჭერის გზების მოძიება. თქვენს ექიმს შეუძლია მოგცეთ მიმართვა MSK ფსიქოლოგთან კონსულტაციაზე. ასევე შეგიძლიათ თავად დაურეკოთ მათ 646-888-0200.

პირველი ნაბიჯი ამის დაძლევაში არის თქვენს ემოციებზე საუბარი. ოჯახს და მეგობრებს შეუძლიათ დახმარება. ჩვენც შეგვიძლია დაგარწმუნოთ, დაგეხმაროთ და მოგცეთ მითითებები. ყოველთვის კარგი აზრია გვაცნობოთ, თუ როგორ გრძნობთ თავს თქვენ, თქვენი ოჯახის წევრები და თქვენი მეგობრები ემოციურად. თქვენთვის და თქვენი ოჯახისთვის ხელმისაწვდომია ბევრი რესურსი. მზად ვართ დაგეხმაროთ თქვენ და თქვენს ოჯახს და მეგობრებს თქვენი ავადმყოფობის ემოციური ასპექტების დაძლევაში. ჩვენ დაგეხმარებით, სადაც არ უნდა იყოთ საავადმყოფოში თუ სახლში.

როდის უნდა დარეკოთ ჯანდაცვის პროვაიდერთან

დაურეკეთ თქვენს ექიმს, თუ:

- ტემპერატურა 100.4 °F (38.0 °C) ან მეტზე აგეწიათ.
- გრძნობთ ტკივილს მუცლის არეში, თავბრუსხვევას და ღებინების შეგრძნებას.
- ჭრილობის მიდამოებში ინფექციის შემდეგ სიმპტომებს შენიშნავთ:
  - სიწითლე
  - შეშუპება
  - მომატებული ტკივილი
  - სითბო ჭრილობის ირგვლივ
  - უსიამოვნო სუნი ან ჩირქოვანი გამონადენი ჭრილობიდან
- გიჭირთ მოშარდვა.
- ჭრილობა გტკივათ და ტკივილგამაყუჩებელი არ მოქმედებს.
- სისხლდენა გაქვთ სწორი ნაწლავიდან.
- 2 საათის განმავლობაში არ გამოდის განავალი (თუ ილეოსტომია გაქვთ).
- გაქვთ დეჰიდრატაციის რომელიმე სიმპტომი:
  - ძლიერი წყურვილი
  - პირის და კანის სიმშრალე
  - დაღლილობა
  - მადის დაკარგვას
  - თავბრუსხვევა ფეხზე დგომის დროს

- თავის ტკივილი
- ფეხის კუნთის კრუნჩხვა

- თუ რაიმე კითხვა გაქვთ, ან რამეზე ღელავთ.

საკონტაქტო ინფორმაცია

დარეკეთ ექიმთან ორშაბათიდან პარასკევის ჩათვლით, დილის 9-დან საღამოს 5 საათამდე.

საღამოს 5 საათის შემდეგ, შაბათ-კვირას და უქმე დღეებში დარეკეთ 212-639-2000. სთხოვეთ ოპერატორს, რომ დაუკავშირდნენ თქვენს ექიმს.

მხარდაჭერის სერვისები

ამ ნაწილში მოცემულია მხარდაჭერის სერვისების სია. ისინი შეიძლება დაგეხმაროთ ოპერაციისთვის მომზადებაში და ოპერაციის შემდგომ რეაბილიტაციაში.

ამ ნაწილის წაკითხვის შემდეგ, ჩამოწერეთ კითხვები, რომლებსაც შემდეგ ექიმს დაუსვამთ.

ოსტომიის დახმარების სერვისები

United Ostomy Associations of America
www.ostomy.org

Wound, Ostomy, and Continence Nurses Society
www.wocn.org
ეწვიეთ ამ ვებსაიტს, თქვენი საცხოვრებელი ადგილის შესაფერისი WOCN-ის სანახავად. ვებსაიტზე ნახავთ ინფორმაციას რესურსების, ოსტომიის პროდუქტების

მომწოდებლებისა და მხარდამჭერი ჯგუფების შესახებ.

MSK მხარდაჭერის სერვისები

მიმღები ოფისი

212-639-7606

დარეკეთ, თუ გაქვთ კითხვები საავადმყოფოში მიღებასთან დაკავშირებით, მაგალითად, კერძო ოთახის გამოყოფის შესახებ.

ანესთეზია

212-639-6840

დარეკეთ, თუ გაქვთ კითხვები ანესთეზიასთან დაკავშირებით.

სისხლის დონორის ოთახი

212-639-7643

დარეკეთ, თუ გაინტერესებთ სისხლის ან თრომბოციტების დონაცია.

ბობსტის საერთაშორისო ცენტრი

www.msk.org/international

888-675-7722

ჩვენ ვიღებთ პაციენტებს მსოფლიოს ყველა კუთხიდან და გთავაზობთ მრავალი სხვადასხვა სახის მომსახურებას. თუ ხართ საერთაშორისო პაციენტი, დარეკეთ მომსახურების დასაგეგმად.

საკონსულტაციო ცენტრი

www.msk.org/counseling

646-888-0200

ბევრი ადამიანი კონსულტაციას სასარგებლოდ მიიჩნევს. ჩვენი საკონსულტაციო ცენტრი კონსულტაციებს სთავაზობს ინდივიდუალურ პირებს, წყვილებს, ოჯახებსა და ჯგუფებს. ასევე შეგვიძლია მედიკამენტების გამოწერა, თუ ღელავთ ან დეპრესიას გრძნობთ. სთხოვეთ მზრუნველობის გუნდის წევრს, მოგცეთ მიმართვა, ან დარეკეთ ზემოთ მოცემულ ნომერზე, რათა ჩაეწეროთ მიღებაზე.

საკვების საკუჭნაოს პროგრამა
646-888-8055
ჩვენ გაჭირვებულ პირებს ვეხმარებით საკვებით, კიბოს მკურნალობის განმავლობაში. დამატებითი დეტალების გასაგებად, მიმართეთ თქვენს მზრუნველობის გუნდის წევრს ან დარეკეთ ზემოთ მოცემულ ნომერზე.

ინტეგრაციული სამედიცინო და ჯანმრთელობის სამსახური
www.msk.org/integrativemedicine
ინტეგრაციული მედიცინის და ჯანმრთელობის სამსახური გთავაზობთ ბევრ სხვადასხვა მომსახურებას, ტრადიციული სამედიცინო დახმარების მხარდასაჭერად. მაგალითად, მუსიკალურ თერაპიას, გონების/სხეულის თერაპიებს, ცეკვისა და მოძრაობის თერაპიას, იოგას და სენსორულ თერაპიას. აღნიშნული მომსახურებების მიღებაზე ჩასაწერად დარეკეთ ნომერზე: 646-449-1010.

ასევე შეგიძლიათ დანიშნოთ კონსულტაცია ჯანდაცვის პროვაიდერთან, ინტეგრაციული მედიცინის და ჯანმრთელობის სამსახურში. ისინი დაგეხმარებიან

ჯანსაღი ცხოვრების წესის შექმნისა და გვერდითი ეფექტების მართვის გეგმის შემუშავებაში. კონსულტაციაზე ჩასაწერად დარეკეთ ნომერზე: 646-608-8550.

MSK ბიბლიოთეკა
library.mskcc.org
შეგიძლიათ ეწვიოთ ბიბლიოთეკის გვერდს asklibrarian@mskcc.org, ან დაუკავშირდეთ ბიბლიოთეკის პერსონალს ელ.ფოსტის საშუალებით. ისინი კიბოს შესახებ დამატებითი ინფორმაციის მოპოვებაში დაგეხმარებიან. ასევე შეგიძლიათ იხილოთ ბიბლიოთეკის პაციენტთა საგანმანათლებლო რესურსების სახელმძღვანელო.

კვების სერვისები
www.msk.org/nutrition
212-639-7312
კვების სერვისი გთავაზობთ კვების შესახებ კონსულტაციას ჩვენს ერთ-ერთ კლინიკურ დიეტოლოგთან. კლინიკური დიეტოლოგი გესაუბრებათ კვების ჩვევების შესახებ. მათ ასევე შეუძლიათ გირჩიონ, თუ რა საკვები მიიღოთ მკურნალობის დროს და მის შემდეგ. სთხოვეთ მზრუნველობის გუნდის წევრს, მოგცეთ მიმართვა, ან დარეკეთ ზემოთ მოცემულ ნომერზე, რათა ჩაეწეროთ მიღებაზე.

პაციენტისა და საზოგადოების განათლება
www.msk.org/pe
ეწვიეთ ჩვენს პაციენტისა და საზოგადოების განათლების

ვებსაიტს, საგანმანათლებლო რესურსების, ვიდეოების და ონლაინ პროგრამების სანახავად.

პაციენტთა ანგარიშსწორება
646-227-3378
დარეკეთ, თუ გაქვს კითხვები თქვენი სადაზღვევო კომპანიის წინასწარი ავტორიზაციის შესახებ. ამას ასევე ეწოდება წინასწარი დამტკიცება.

პაციენტთა წარმომადგენლობის ოფისი
212-639-7202
დარეკეთ, თუ გაქვთ კითხვები ჯანმრთელობის დაცვის წარმომადგენლობითი ფორმის ან თქვენი მკურნალობის შესახებ.

პერიოპერაციული ექთნის მომსახურება
212-639-5935
დარეკეთ, თუ გაქვთ კითხვები ოპერაციის მსვლელობისას MSK– ს მიერ ნებისმიერი ინფორმაციის გაცემის შესახებ.

კერძო მორიგე ექთნები და თანმხლები პირები
646-357-92723
შეგიძლიათ მოითხოვოთ კერძო ექთნები ან თანმხლები პირები, რომლებიც იზრუნონ თქვენზე საავადმყოფოში და სახლში. მეტის გასაგებად, დარეკეთ.

სარეაბილიტაციო მომსახურება
www.msk.org/rehabilitation
კიბო და კიბოს მკურნალობა თქვენს ასუსტებს და

აკარგვინებს მოქნილობას. ზოგიერთმა შეიძლება ლიმფედემა (შესიება) გამოიწვიოს. ჩვენს რეაბილიტოლოგებს (სარეაბილიტაციო მედიცინის ექიმებს), ოკუპაციურ თერაპევტებს (OT) და ფიზიოთერაპევტებს (PT) შეუძლიათ დაგეხმარონ დაუბრუნდეთ ჩვეულ საქმიანობას.

- **სარეაბილიტაციო მედიცინის ექიმები** სვამენ იმ პრობლემების დიაგნოზს, რომლებიც მოძრაობასა და სხვადასხვა ფუნქციების შესრულებაში ხელს გიშლით და მკურნალობენ მათ. მათ შეუძლიათ შეგიდგინონ სარეაბილიტაციო თერაპიის პროგრამა და დაგეხმარონ მის მართვაში, როგორც MSK-ში, ისე სახლთან უფრო ახლოს. მეტის გასაგებად, დარეკეთ სარეაბილიტაციო სამედიცინო სამსახურში (Physiatry) ნომერზე: 646-888-1929.
- **ოკუპაციურ თერაპევტს** შეუძლია დაგეხმაროთ, თუ გიჭირთ ყოველდღიური ფუნქციების შესრულება. მაგალითად, მათ შეუძლიათ გირჩიონ ინსტრუმენტები, რომლებიც დაგეხმარებათ ყოველდღიური ამოცანების გამარტივებაში. **ფიზიოთერაპევტს** შეუძლია გასწავლოთ ვარჯიშები, ძალისა და მოქნილობის აღსადგენად. მეტის გასაგებად, დარეკეთ სარეაბილიტაციო თერაპიის სამსახურში, ნომერზე: 646-888-1900.

რესურსები კიბოს შემდეგ ცხოვრების გაგრძელების შესახებ (RLAC) პროგრამა
646-888-8106

MSK-ში, ზრუნვა არ მთავრდება მკურნალობის დასრულებისას. RLAC პროგრამა განკუთვნილია იმ პაციენტებისა და ოჯახებისთვის, რომლებმაც დაასრულეს მკურნალობა.

ამ პროგრამას მრავალი მომსახურება აქვს. ჩვენ გთავაზობთ სემინარებს, ვორქშოპებს, დამხმარე ჯგუფებს და კონსულტაციებს, მკურნალობის შემდეგ ცხოვრების შესახებ. ჩვენ ასევე შეგვიძლია დაგეხმაროთ დაზღვევისა და დასაქმების საკითხებში.

სექსუალური ჯანმრთელობის პროგრამები
კიბომ და კიბოს მკურნალობამ შეიძლება გავლენა მოახდინოს თქვენს სექსუალურ ჯანმრთელობაზე, ნაყოფიერებაზე ან ორივეზე. MSK-ის სექსუალური ჯანმრთელობის პროგრამები დაგეხმარებათ მკურნალობის დაწყებამდე, მის განმავლობაში, ან მის შემდეგ.

- ჩვენი ქალთა სექსუალური მედიცინისა და ქალთა ჯანმრთელობის პროგრამა დაგეხმარებათ სექსუალური ჯანმრთელობის ისეთ პრობლემებთან ბრძოლაში, როგორიცაა მაგალითად ნაადრევი მენოპაუზა ან განაყოფიერების პრობლემები. დამატებითი ინფორმაციისათვის სთხოვეთ თქვენს MSK მზრუნველობის გუნდის წევრს, მოგცეთ მიმართვა ან დარეკეთ ნომერზე: 646-888-5076.
- ჩვენი მამაკაცთა სქესობრივი და რეპროდუქციული მედიცინის პროგრამა დაგეხმარებათ სექსუალური

ჯანმრთელობის ისეთ პრობლემებთან ბრძოლაში, როგორიცაა ერექციული დისფუნქცია. დამატებითი ინფორმაციისათვის სთხოვეთ მზრუნველობის გუნდის წევრს, მოგცეთ მიმართვა ან დარეკეთ ნომერზე: 646-888-6024

სოციალური მომსახურება
www.msk.org/socialwork
212-639-7020
სოციალური მუშაკები ეხმარებიან პაციენტებს, მათ ოჯახებს და მეგობრებს კიბოთი დაავადებული ადამიანებისათვის დამახასიათებელ პრობლემებთან გამკლავებაში. ისინი მკურნალობის მანძილზე უზრუნველყოფენ ინდივიდუალურ კონსულტაციებს და მხარდაჭერის ჯგუფებს. მათ შეუძლიათ დაგეხმარონ ბავშვებთან და ოჯახის სხვა წევრებთან კომუნიკაციაში.

ჩვენს სოციალურ მუშაკებს ასევე შეუძლიათ მოგცენ მიმართვა საზოგადოებრივ სააგენტოებსა და პროგრამებისთვის. თუ გიჭირთ გადასახადების გადახდა, მათ ასევე აქვთ ინფორმაცია ფინანსური რესურსების შესახებ. მეტის გასაგებად დარეკეთ ზემოთ მითითებულ ნომერზე.

სულიერი მზრუნველობა
212-639-5982
ჩვენი კაპელანები (სულიერი მრჩევლები) მზად არიან მოისმინონ, დაეხმარონ ოჯახის წევრებს და ილოცონ. მათ შეუძლიათ დაუკავშირდნენ საზოგადოებრივ სასულიერო

პირებს ან რელიგიურ ჯგუფებს, ან უბრალოდ იყვნენ თქვენი მანუგეშებელი და სულიერი მსახური. ნებისმიერ ადამიანს შეუძლია მოითხოვოს სულიერი მხარდაჭერა. ამისათვის არ არის აუცილებელი რომელიმე რელიგიასთან კავშირის ქონა.

MSK-ის რელიგიათაშორისი სამლოცველო მდებარეობს Memorial Hospital-ის მთავარი ფოიეს მახლობლად. იგი ღიაა ყოველდღე, 24 საათი. გადაუდებელი შემთხვევების დროს დარეკეთ: 212-639-2000. მოითხოვეთ კაპელანი გამოძახებით.

თამბაქოზე დამოკიდებულების მკურნალობის პროგრამა
www.msk.org/tobacco
212-610-0507
თუ გსურთ მოწევისთვის თავის დანებება, MSK-ს ჰყავს სპეციალისტები, რომლებსაც შეუძლიათ თქვენი დახმარება. მეტის გასაგებად, დარეკეთ.

ონლაინ პროგრამები
www.msk.org/vp
პაციენტებსა და მომვლელებს გთავაზობთ ონლაინ განათლებას და მხარდაჭერას. ეს არის პირდაპირი ჩართვის სესიები, სადაც შეგიძლიათ ისაუბროთ ან უბრალოდ მოუსმინოთ. შეგიძლიათ გაიგოთ თქვენი დიაგნოზის შესახებ, რას უნდა ელოდოთ მკურნალობის დროს და როგორ მოემზადოთ კიბოს მკურნალობისთვის.

სესიები არის კონფიდენციალური, უფასო და მათ

უძღვებიან ექსპერტები. ონლაინ პროგრამების შესახებ მეტი ინფორმაციის მისაღებად ან რეგისტრაციისთვის, ეწვიეთ ჩვენს ვებ-გვერდს.

დამატებითი მხარდაჭერის სერვისები

Access-A-Ride

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

877-337-2017

ნიუ- იორკში, MTA შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირებს, რომელთაც სახალხო ტრანსპორტით სარგებლობა ფიზიკურად არ შეუძლიათ, სთავაზობს საერთო სატრანსპორტო მომსახურებას კარდაკარ.

Air Charity Network

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

უზრუნველყოფს სამკურნალო დაწესებულებებში გადაადგილებას.

American Cancer Society (ACS)

www.cancer.org

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

გთავაზობთ სხვადასხვა ინფორმაციას და მომსახურებას, მათ შორის Hope Lodge, უფასო საცხოვრებელს პაციენტებისა და მომვლელებისთვის, კიბოს მკურნალობის პროცესში.

კიბო და კარიერა

www.cancerandcareers.org

646-929-8032
კიბოს მქონე თანამშრომლებისთვის ხელმისაწვდომია განათლების რესურსები, ინსტრუმენტები და სხვადასხვა ღონისძიებები.

Cancer*Care*

www.cancercare.org
800-813-4673
275 Seventh Avenue (Between West 25th & 26th Streets
)New York, NY 10001
უზრუნველყოფს კონსულტაციებს, მარდამჭერ ჯგუფებს, საგანმანათლებლო შეხვედრებს, პუბლიკაციებს და ფინანსურ დახმარებას.

Cancer Support Community

www.cancersupportcommunity.org
უზრუნველყოფს კიბოთი დაავადებული პაციენტების მხარდაჭერასა და განათლებას.

Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org
800-896-3650
უზრუნველყოფს განათლებას და მხარდაჭერას იმ ადამიანებისთვის, რომლებიც ზრუნავენ ქრონიკული დაავადების მქონე და შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე ახლობლებზე.

Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313
პაციენტებს უფასოდ სთავაზობს კორპორატიული თვითმფრინავების ცარიელ ადგილებს, მთელი ქვეყნის მასშტაბით.

Good Days

www.mygooddays.org
877-968-7233
გთავაზობთ ფინანსურ დახმარებას მკურნალობის პერიოდში, თანაგადახდის დასაფარად. Good Days წესდების მიხედვით, პაციენტებს უნდა ჰქონდეთ სამედიცინო დაზღვევა, აკმაყოფილებდნენ შემოსავლების კრიტერიუმებს და ექიმის მიერ უნდა ჰქონდეთ გამოწერილი წამალი.

HealthWell Foundation

www.healthwellfoundation.org
800-675-8416
უზრუნველყოფს ფინანსურ დახმარებას თანაგადახდების დასაფარად, სამედიცინო დაზღვევის გადასახადს, გარკვეული მედიკამენტებისა და თერაპიისთვის დაქვითული თანხის ანაზღაურებას.

Joe’s House

www.joeshouse.org
877-563-7468
გთავაზობთ საცხოვრებელი ადგილების ჩამონათვალს,კიბოთი დაავადებულთა და მათი ოჯახებისთვის, სამკურნალო ცენტრებთან ახლოს.

LGBT Cancer Project

www.lgbtcancer.com

უზრუნველყოფს ლგბტ თემის მხარდაჭერას და ადვოკატირებას. ასევე ონლაინ მხარდაჭერის ჯგუფებს და ლგბტ კლინიკური კვლევების მონაცემთა ბაზას.

LIVESTRONG Fertility

www.livestrong.org/fertility

855-744-7777

აწვდის რეპროდუქციულ ინფორმაციას და მხარს უჭერს კიბოთი დაავადებულებს და კიბოსგან განკურნებულებს, რომელთა სამედიცინო მკურნალობას აქვს უნაყოფობასთან დაკავშირებული რისკები.

Look Good Feel Better Program

www.lookgoodfeelbetter.org

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

ეს პროგრამა გთავაზობთ სემინარებს, რომლებიც დაგეხმარებათ თქვენი გარეგნობის სასიამოვნოდ აღქმაში. დამატებითი ინფორმაციისთვის ან სემინარზე დასარეგისტრირებლად, დარეკეთ ზემოთ მოცემულ ნომერზე, ან ეწვიეთ პროგრამის ვებსაიტს.

National Cancer Institute

www.cancer.gov

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

National Council on Aging (NCOA)

www.benefitscheckup.org

უზრუნველყოფს ინფორმაციასა და რესურსებს ხანდაზმულთათვის. Offers BenefitsCheckUp®, უფასო ონლაინ ხელსაწყო, რომელიც რეცეპტით გამოწერილი მედიკამენტების დახმარების პროგრამასთან, მათ შორის, Medicare-ის Extra Help პროგრამასთან გაკავშირებთ.

National LGBT Cancer Network

www.cancer-network.org

უზრუნველყოფს კიბოსგან განკურნებულ და კიბოს რისკის ქვეშ მყოფ ლგბტ თემის წარმომადგენლებისთვის განათლებას, ტრენინგს და ადვოკატირებას.

Needy Meds

www.needymeds.org

Patient Assistance Programs ჩამოთვლილია ბრენდული და ჯენერიკული დასახელების მედიკამენტები.

NYRx

www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm

ნიუ-იორკის შტატში საჯარო სექტორის თანამშრომლებსა და პენსიაზე გასულებს სთავაზობს შეღავათებს გამოწერილ მედიკამენტებზე.

Patient Access Network (PAN) Foundation

www.panfoundation.org

866-316-7263

ეხმარება დაზღვეულ პაციენტებს თანაგადახდების დაფარვაში.

Patient Advocate Foundation

www.patientadvocate.org

800-532-5274

უზრუნველყოფს: მკურნალობის ხელმისაწვდომობას, ფინანსურ დახმარებას, დაზღვევას, სამუშაოს შენარჩუნებას და დაუზღვეველ პირთათვის ხელმისაწვდომი ეროვნული რესურსების სიას.

Red Door Community (formerly known as Gilda's Club)

www.reddoorcommunity.org

212-647-9700

ადგილი, სადაც კიბოთი დაავადებული პაციენტები პოულობენ სოციალურ და ემოციურ მხარდაჭერას ქსელის, სემინარების, ლექციების და სოციალური აქტივობების მეშვეობით.

RxHope

www.rxhope.com

877-267-0517

ეხმარება სოციალურად დაუცველ პირებს მედიკამენტების შეძენაში.

Triage Cancer

www.triagecancer.org

უზრუნველყოფს იურიდიულ, სამედიცინო და ფინანსურ ინფორმაციას და რესურსებს კიბოს პაციენტებისთვის და მათი მომვლელებისთვის.

საგანმანათლებლო რესურსები

სახელმძღვანელოს ამ ნაწილში ჩამოთვლილია საგანმანათლებლო რესურსები. ისინი დაგეხმარებათ ოპერაციისთვის მომზადებაში და ოპერაციის შემდგომ რეაბილიტაციაში.

ამ რესურსების წაკითხვის შემდეგ, ჩამოწერეთ კითხვები, რომლებსად შემდეგ ექიმს დაუსვამთ.

- *A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)
- *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)
- *ილეოსტომიის ან კოლესტომიის მოვლა* (www.mskcc.org/ka/cancer-care/patient-education/caring-for-your-ileostomy-colostomy)
- *Clear Liquid Diet* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet)
- *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
- *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)

- *Frequently Asked Questions About the Goals to Discharge Checklist* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist)
- *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)
- *Information for Family and Friends for the Day of Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery)
- *What You Can Do To Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

კითხვების ან პრობლემების შემთხვევაში მიმართეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს. თქვენი მკურნალთა გუნდის წევრი გიპასუხებთ ორშაბათიდან პარასკევის ჩათვლით. დილის 9 საათი საათიდან საღამოს 5 საათის შემდეგ ამ საათების გარეთ, შეგიძლიათ დატოვოთ შეტყობინება ან ესაუბროთ MSK-ს სხვა წარმომადგენელს. რომელიმე ექიმი ან ექთანი ყოველთვის იქნება ხაზზე. თუ არ ხართ დარწმუნებული, როგორ დაუკავშირდეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს, დარეკეთ ნომერზე 212-639-2000.

დამატებითი რესურსებისთვის ეწვიეთ www.mskcc.org/pe ჩვენი ვირტუალური ბიბლიოთეკის მოსაძიებლად.

ყველა უფლება ეკუთვნის და დაცულია Memorial Sloan Kettering Cancer Center-ის მიერ