Memorial Sloan Kettering Cancer Center

პაციენტის და მომვლელის სწავლება

მასტექტომიის შესახებ

ეს სახელმძღვანელო დაგეხმარებათ მოემზადოთ მასტექტომიისთვის (მკერდის ქირურგიისთვის) MSK-ში. 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.

მასტექტომიის შესახებ

მოცემული სახელმძღვანელო შეიცავს ინფორმაციას სარძევე ჯირკვალში რამდენიმე ტიპის ქირურგიული ჩარევის შესახებ. თქვენ შეიძლება ჩაგიტარდეთ:

- სრული მასტექტომია.
- სრული მასტექტომია და სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსია.
- სრული მასტექტომია და სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსია, აქსილარული ლიმფური კვანძის შესაძლო დისექციით.
- სრული მასტექტომია და აქსილარული კვანძის დისექცია (რომელსაც ასევე მოდიფიცირებული რადიკალური მასტექტომია ეწოდება).
- სხვა მსგავსი ოპერაცია.

თუ გაგიკეთდათ მკერდის რეკონსტრუქცია, პლასტიკური ქირურგი დამატებით ინფორმაციას მოგაწვდით.

სრული მასტექტომია

სრული მასტექტომია არის ქირურგიული ოპერაცია, რომლის დროსაც

მთლიანად ამოიკვეთება მკერდის ქსოვილი. როგორც წესი, იგი ტარდება მკერდის არეზე გაკვეთით (ქირურგიული გაჭრით), მაგრამ შესაძლებელია სხვა მეთოდითაც ჩატარება. გულმკერდის ქირურგი გაგესაუბრებათ იმ ვარიანტზე, რომელიც თქვენთვის ყველაზე მეტად შესაფერისი იქნება.

ოპერაციის დროს, ქირურგმა შეიძლება დამატებით ამოკვეთოს ერთი ან რამდენიმე ლიმფური კვანძი იღლიის მიდამოდან. ექიმი პათოლოგი გამოიკვლევს ლიმფურ კვანძ(ებ)ს, რათა განსაზღვროს, გავრცელებულია თუ არა კიბოს უჯრედები მათზე.

სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსია

სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსია არის პროცედურა, რომლის დროსაც იღლიის ლიმფური კვანძ(ებ)ი, რომლებისკენაც მკერდის სიმსივნიდან პირველი მიედინება სითხე, იჭრება და მოწმდება კიბოს უჯრედებზე. ეს ლიმფური კვანძები სენტინელის ლიმფური კვანძების სახელით არის ცნობილი. თუ კიბოს უჯრედები გავრცელდა, სენტინელის ლიმფური კვანძები, როგორც წესი, პირველი ადგილია, სადაც ისინი ხვდებიან. ქირურგი, სენტინელის კვანძ(ებ)ს, სპეციალური საღებავის მკერდში შეყვანით განსაზღვრავს.

თუ სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსიაზე მიდიხართ, შესაძლოა ოპერაციის დროს ლიმფური სისტემის დარუკებაც ჩაგიტარდეთ. დამატებითი ინფორმაცია ამ პროცედურის შესახებ მოცემულია სახელმძღვანელოს შემდეგ ნაწილში.

ქირურგმა შესაძლოა სენტინელის ლიმფური კვანძ(ებ)ი პათოლოგს გაუგზავნოს ოპერაციის დროს. თუ პათოლოგი კიბოს უჯრედებს აღმოაჩენს, ქირურგმა შესაძლოა აქსილარული ლიმფური კვანძის დისექცია ჩაატაროს .

აქსილარული ლიმფური კვანძის დისექცია

აქსილარული ლიმფური კვანძის დისექცია არის პროცედურა, რომლის დროსაც იღლიის არეში არსებული ლიმფური კვანძების უმეტესობა ან ყველა იკვეთება. ამოკვეთილი ლიმფური კვანძების რაოდენობა ინდივიდუალურად განსხვავდება.

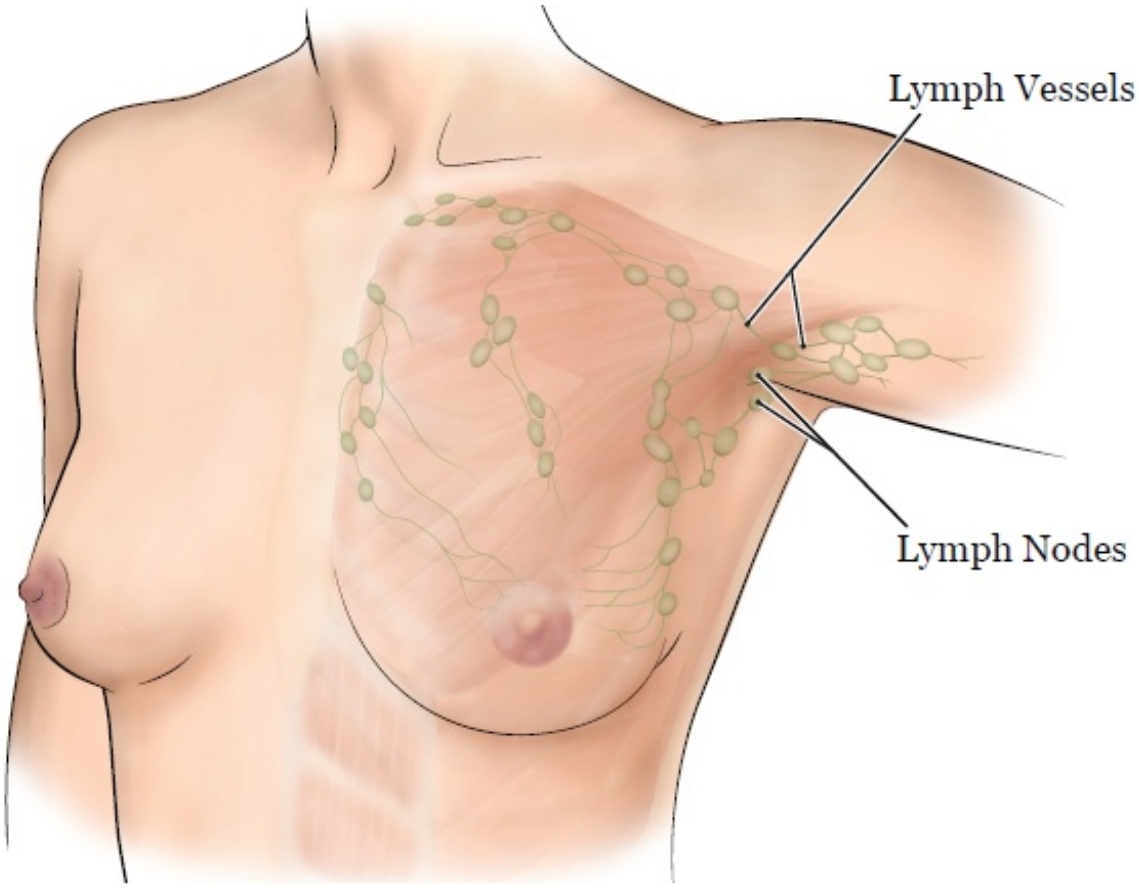
თქვენი ლიმფური სისტემის შესახებ

იმის გაგება, თუ როგორ მუშაობს თქვენი ლიმფური სისტემა, შეიძლება დაგეხმაროთ ძუძუს ოპერაციისთვის მომზადებასა და მის შემდეგ რეაბილიტაციაში. ლიმფურ სისტემას აქვს 2 ფუნქცია:

- იგი გეხმარებათ ინფექციასთან ბრძოლაში.
- იგი ხელს უწყობს სითხის გადინებას სხეულის სხვადასხვა ნაწილიდან.

ლიმფური სისტემა შედგება ლიმფური კვანძების, ლიმფური ძარღვების და ლიმფური სითხისგან (იხ. სურათი 1)

- **ლიმფური კვანძები** არის ლობიოს ფორმის პატარა ჯირკვლები, რომლებიც მდებარეობენ ლიმფური ძარღვების გასწვრივ. ლიმფური კვანძები ფილტრავენ ლიმფურ სითხეს, გამოდევნიან ბაქტერიებს, ვირუსებს, კიბოს უჯრედებს და სხვა ნარჩენ პროდუქტებს.
- **ლიმფური ძარღვები** პაწაწინა მილებია, რომლებსაც სისხლძარღვების მსგავსად, გადააქვთ სითხე ლიმფურ ჯირკვლებამდე და უკან.
- **ლიმფური სითხე** არის გამჭვირვალე სითხე, რომელიც მიედინება ლიმფურ სისტემაში. მას გადააქვს უჯრედები, რომლებიც ეხმარებიან ინფექციებთან და სხვა დაავადებებთან ბრძოლაში.



სურათი 1. ლიმფური სისტემა მკერდსა და იღლიაში

მასტექტომიამდე

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.

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 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 კარდიოვერტერ-დეფიბრილატორი (AICD) ან სხვა კარდიო მოწყობილობა.

ყოველთვის დარწმუნდით, რომ თქვენმა 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.

- 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.

ორსულობისთვის თავის არიდება

თუ ოპერაციამდე არსებობს დაორსულების შანსი, გამოიყენეთ ჩასახვის საწინააღმდეგო საშუალება (კონტრაცეპტივი), რომელიც არ შეიცავს ჰორმონებს. მაგალითად, შეგიძლიათ გამოიყენოთ პრეზერვატივი, დიაფრაგმა ან სპილენძის შემცველი (Paragard®) საშვილოსნოსშიდა სპირალი (IUD).

თუ გაქვთ შეკითხვები ჩასახვის კონტროლის შესახებ ან გჭირდებათ დახმარება ჩასახვის კონტროლის იმგვარი ტიპის არჩევაში, რომელიც თქვენთვის შესაფერისია, გაესაუბრეთ თქვენს გინეკოლოგს (მეან-გინეკოლოგს).

ნაყოფიერების შენარჩუნება

მკურნალობის დროს მოერიდეთ დაორსულებას. თუ ექიმმა მიგითითათ, რომ გარკვეული პერიოდის განმავლობაში თავიდან აიცილოთ დაორსულება და მომავალში შვილების ყოლა გსურთ, შესაძლოა, იფიქროთ კვერცხუჯრედების გაყინვაზე. მეტის გასაგებად წაიკითხეთ *Fertility Preservation Before Cancer Treatment: Options for People Born with Ovaries and a Uterus* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment).

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 მოსაწევ 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.

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.

უთხარით თქვენს ექიმს (მედდას), თუ ბავშვს კვებავთ ძუძუთი ან გამოიწველით რძეს თქვენი შვილისთვის.

გადაწყვიტეთ ვინ იქნება თქვები მომვლელი

თქვენი მომვლელი მნიშვენლოვან 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.

სახლში წასაყვანად ვინმეს შეუთანხმდით

ოპერაციის შემდეგ სახლში წასაყვანად დაგჭირდებათ პასუხისმგებელი მზრუნველი. პასუხისმგებელი მზრუნველი არის პიროვნება, რომელიც ოპერაციის შემდეგ სახლში წაგიყვანთ. მათ, პრობლემების ან კითხვების შემთხვევაში, უნდა შეეძლოთ მზრუნველობის გუნდთან დაკავშირება. ეს, ოპერაციის დღემდე, წინასწარ დაგეგმეთ.

თუ არ გყავთ მზრუნველი, რომელიც სახლში წაგიყვანთ, დაურეკეთ ქვემოთ მოცემულ ერთ-ერთ სააგენტოს. ისინი ვინმეს გამოგიგზავნიან სახლში წასაყვანად. ეს მომსახურება ფასიანია და ტრანსპორტის საკითხი თავად უნდა მოაგვაროთ. შეგიძლიათ ტაქსით ან სხვა საავტომობილო მომსახურებით სარგებლობა, თუმცა, პასუხისმგებელი მზრუნველი მაინც დაგჭირდებათ.

სააგენტოები ნიუ იორკში

VNS Health: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

სააგენტოები ნიუ ჯერსიში

Caring People: 877-227-4649

შეიძინეთ 4%-იანი ქლორჰექსიდინ-გლუკონატის (CHG) ხსნარის ანტისეპტიკური დასაბანი სითხე, როგორიცაა Hibiclens®

4%-იანი ქლორჰექსიდ-გლუკონატის (CHG) დასაბანი სითხე კლავს

ბაქტერიებს დაბანიდან 24 საათის განმავლობაში. ოპერაციამდე აღნიშნული სითხით დაბანა, ოპერაციის შემდეგ შეამცირებს ინფექციების რისკს. შეგიძლიათ შეიძინოთ 4%-იანი ქლორჰექსიდინ-გლუკონატის (CHG) ანტისეპტიკური დასაბანი სითხე “ეველინ ჰ. ლაუდერის მკერდის ცენტრიდან” წასვლამდე ან თქვენს ადგილობრივ აფთიაქში რეცეპტის გარეშე.

შეიძინეთ 325 მილიგრამიანი აცეტამინოფენის აბები, როგორიცაა Tylenol® Regular Strength

აცეტამინოფენი არის ტკივილგამაყუჩებელი წამალი, რომელიც გაიცემა რეცეპტის გარეშე. მას ოპერაციის შემდეგ, გამოიყენებთ, რათა დაგეხმაროთ სახლში ტკივილის მართვაში. მიზანშეწონილია მისი წინასწარ შეძენა. მისი შეძენა შეგიძლიათ ადგილობრივ აფთიაქში რეცეპტის გარეშე. ნებისმიერი წამლის მიღებისას, ყოველთვის მიჰყევით შეფუთვაზე მოცემულ ან თქვენი ექიმის მითითებებს.

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

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

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.

ლიმფური სისტემის რუკა

თუ გიტარდებათ სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსია, შეიძლება ლიმფური სისტემის დარუკების პროცედურა ოპერაციის წინა დღეს ან ოპერაციის დილას შედგეს. ოპერაციის დროს აღნიშნული დაეხმარება თქვენს ქირურგს სენტინელის ლიმფური კვანძ(ებ)ის პოვნაში.

ლიმფური სისტემის რუკის შედგენის პროცედურის დროს თქვენ მოთავსდებით გადასაწოლ სავარძელში დაახლოებით 20 წუთი. სავარძელში წოლის დროს ჯანდაცვის პროვაიდერი დაზიანებული მკერდის არეოლის ქვევით კანქვეშ შეგიყვანთ (გაგიკეთებთ ნემსს) მცირე რაოდენობით რადიოაქტიურ სითხეს. ინიექციის დროს შეიძლება იგრძნოთ ჩხვლეტა ან წვა.

ინიექციის შემდეგ 10 წუთის განმავლობაში დაიზილეთ ნანემსარის მიდამო. აღნიშნული ხელს შეუწყობს რადიოაქტიური სითხის გადადინებას სენტინელის ლიმფურ კვანძ(ებ)ში. შემდეგ ტექნოლოგი გაზომავს რადიაქტიურობას მკერდსა და იღლიაში (მკლავი) დაზიანებულ მხარეს, რათა დაადგინოს, რამდენად შეიწოვება სითხე. ეს შეიძლება ორგვარად შემოწმდეს:

- რადიაციულმა ტექნოლოგმა შესაძლოა გამოიყენოს ხელის პატარა მოწყობილობა, სახელწოდებით Neoprobe®.
- შესაძლოა, ჩაგიტარდეთ გამოსახულების სკანირება უფრო დიდი აპარატის გამოყენებით, რომელზეც თქვენ დაწვებით. წაიკითხეთ განყოფილება „ბირთვული მედიცინის სკანირება“ მეტის გასაგებად.

ორივე მეთოდი თანაბრად კარგად მუშაობს . თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერი აგიხსნით რისი მოლოდინი უნდა გქონდეთ.

ბირთვული მედიცინით სკანირება

თუ ინიექციის შემდეგ გამოსახულების სკანირება გიტარდებათ, ტექნოლოგი გაგიყვანთ სკანირების ოთახში. მაგიდაზე იწვებით მანამ, სანამ ტექნოლოგი იღებს სურათებს. თითოეული სურათის გადაღების დასრულებას 5 წუთი სჭირდება და ამ დროის განმავლობაში უნდა იწვეთ ძალიან მშვიდად. თუ თავს არაკომფორტულად გრძნობთ 5 წუთის განმავლობაში ნებისმიერ პოზაში გაჩერებისას, სთხოვეთ ტექნოლოგს, უკუითვალოს დრო. სკანირებას დასჭირდება 10-დან 15 წუთამდე.

სკანირების დროს გადაღებული სურათები უჩვენებენ რადიოაქტიური სითხის დინებას. ისინი ასევე აჩვენებენ, თუ რომელი ლიმფური კვანძები შთანთქავენ სითხეს. იგი ქმნის ლიმფური სისტემის „რუკას“. თქვენი ქირურგი გამოიყენებს აღნიშნულ რუკას სენტინელის ლიმფური კვანძების

მოსაძებნად ოპერაციის დროს.

თუ ოპერაციას გიკეთდებათ იმავე დღეს, როდესაც ლიმფური სისტემის დარუკება ჩაგიტარდათ, პერსონალის წევრი გაგიყვანთ სკანირების ოთახიდან საოპერაციო დარბაზში. თუ ოპერაცია გიტარდებათ “ჯოსი რობერტსონის ქირურგიის ცენტრში” (JRSC), თქვენი მკურნალთა გუნდი დაგიგეგმავთ გადაყვანას MSK ფურგონით JRSC-ში პროცედურის შემდეგ. უმეტეს შემთხვევაში, ლიმფური სისტემის დარუკების შემდეგ, წახვალთ სახლში.

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

ოპერაციის წინა ღამეს, დაძინებამდე, მიიღეთ შხაპი ანტისეპტიკური კანის გამწმენდით (მაგალითად Hibiclens), რომელიც შეიცავს 4%იან CHG ქლორჰექსიდ-ბიგლუკონატს.

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.

მითითებები ჭამის 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).



ოპერაციის ან პროცედურის წინა ღამეს ჭამა შუაღამეს (12 საათზე) შეწყვიტეთ. ეს მოიცავს საწუწნ კანფეტებს და საღეჭ რეზინს.

ჯანდაცვის პროვაიდერმა შეიძლება მოგცეთ სხვადასხვა მითითებები იმის შესახებ, თუ როდის უნდა შეწყვიტოთ ჭამა. ასეთ შემთხვევაში, იხელმძღვანელეთ მათი მითითებებით. ზოგიერთ ადამიანს ოპერაციამდე ან პროცედურამდე შიმშილობის (საჭმლის გარეშე ყოფნის) მეტი დრო სჭირდება.

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

- 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

- ღილებიანი ან თავისუფლად მორგებული ზედა.
- 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

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.

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.

ქირურგიული ჩარევის ადგილის მონიშვნა სხეულზე

სახელსა და დაბადების თარიღთან ერთად, პერსონალის წევრებმა შეიძლება გკითხონ, რა ჰქვია თქვენს ქირურგს, რა ოპერაცია გიტარდებათ და რომელ მხარეს გიტარებენ ოპერაციას. ქირურგი ან საოპერაციო გუნდის სხვა წევრი გამოიყენებს მარკერს სხეულზე იმ ადგილის მოსანიშნად, სადაც ოპერაცია ჩატარდება. ეს თქვენი უსაფრთხოებისთვისაა საჭირო. ეს დაგვეხმარება იმის უზრუნველსაყოფად, რომ თქვენი ქირურგიული გუნდის ყველა წევრს ჰქონდეს ინფორმაცია ოპერაციის გეგმის შესახებ.

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 მიმოქცევას.

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.

თუ იტარებთ სენტინელური ლიმფური კვანძის ბიოფსიას, ქირურგი შეგიყვანთ მცირე რაოდენობით ცისფერ საღებავს ძუძუს თავის ქვეშ ან სიმსივნის მახლობლად. ეს საღებავი გაედინება ლიმფურ სითხეში სენტინელის კვანძ(ებ)ისკენ და შეღებავს მათ ლურჯად. თუ ჩაგიტარდათ ლიმფური სისტემის დარუკება, ქირურგი ასევე გამოიყენებს პატარა მოწყობილობას, რომელიც ზომავს ამ პროცედურის დროს შეყვანილი სითხის რადიაქტიურობას.

როგორც კი განსაზღვრავენ სენტინელის ლიმფურ კვანძ(ებ)ის

მდებარეობას, თქვენი გააკეთებს ჭრილს და ამოკვეთს მათ. ოპერაციის დროს ქირურგს შეუძლია გაგზავნოს ამოკვეთილი მასალა პათოლოგანატომიის განყოფილებაში, რათა შეამოწმონ კიბოს უჯრედების არსებობაზე. თუ პათოლოგანატომი აღმოაჩენს კიბოს უჯრედებს, ქირურგმა შეიძლება ამოკვეთოს მეტი ლიმფური კვანძი. ამ პროცედურას ეწოდება აქსილარული ლიმფური კვანძის დისექცია. ქირურგი უფრო დეტალურად განიხილავს ამ საკითხს თქვენთან ერთად, საჭიროების შემთხვევაში.

იმის გამო, რომ ცისფერი საღებავი იქნა გამოყენებული სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსიის დროს, თქვენი კანი, შარდი და განავალი შეიძლება იყოს მოლურჯო-მომწვანო ოპერაციიდან 1-დან 2 დღის განმავლობაში.

ოპერაციის დასრულებისთანავე, ქირურგი დაგიხურავთ ჭრილობ(ებ)ს კანქვეშა ნაკერებით. მან ასევე შეიძლება მოათავსოს Steri-Strips™ (ქირურგიული ლენტის თხელი ნაჭრები) ან Dermabond® (ქირურგიული წებო) ჭრილობ(ებ)ზე. შესაძლებელია ბინტით შეგიხვიონ ჭრილობა(ები).

ჟანგბადის სასუნთქ აპარატს საოპერაციო ოთახშივე მოგხსნიან.

მასტექტომიის 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.

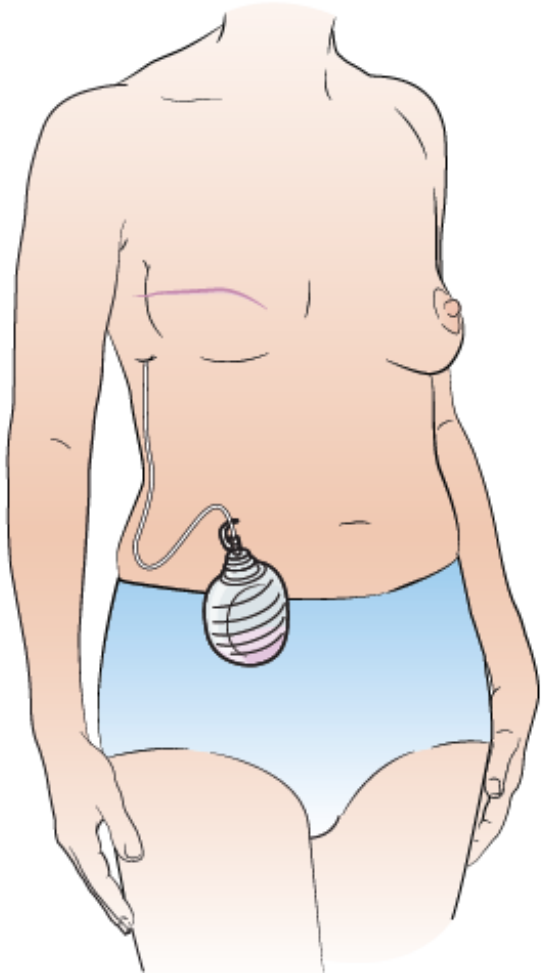
ანესთეზიის შემდგომი თერაპიის განყოფილებაში (PACU) ან სარეაბილიტაციო ოთახში

ოპერაციის შემდეგ, როდესაც გაიღვიძებთ, პალატაში ან ანესთეზიის შემდგომ განყოფილებაში იქნებით. ექთანი თვალყურს მიადევნებს თქვენს ტემპერატურას, პულსს, არტერიულ წნევას და ჟანგბადის დონეს. ჟანგბადი შესაძლებელია მოგეწოდებოდეთ ცხვირზე მიმაგრებული ჟანგბადის მილით ან პირსა და ცხვირზე მიმაგრებული ნიღბით. ქვედა კიდურებზე

გეცმევათ კომპრესიული ჩექმები.

მილები და დრენაჟები

მკერდზე გექნებათ მოთავსებული ქირურგიული ბიუსტჰალტერი, რათა დაიფაროს ქირურგიული ჩარევის ადგილი და ბიუსტჰალტერზე დამაგრებული იქნება მინიმუმ 1 ჯექსონ-პრატის (JP) დრენაჟი (იხ. სურათი 2) ჯექსონ-პრატის (JP) დრენაჟი დაგეხმარებათ ჭრილობ(ებ)იდან სითხის გამოდენაში და შეშუპების თავიდან აცილებაში. თქვენ მიიღებთ დამხმარე საშუალებებს და დამატებით ქირურგიულ ბიუსტჰალტერს, რომლებსაც თან წაიღებთ, რათა იზრუნოთ ჭრილობა(ებ)ზე და დრენაჟ(ებ)ზე.



სურათი 2. ჯექსონ-პრატის (JP) დრენაჟი

ტკივილის მართვა

ოპერაციის შემდგომ იგრძნობთ ტკივილს. მის მართვაში რომ დაგეხმაროთ:

- ინტრავენური კათეტერის საშუალებით ტკივილგამაყუჩებელს გადმოგისხამენ.
- როგორც კი შეძლებთ ნორმალური საკვების მიღებას, მიიღებთ ორალურ ტკივილგამაყუჩებელ წამალს (წამალს, რომელსაც გადაყლაპავთ).

ჩვენ ხშირად გკითხავთ, თუ გრძნობთ ტკივილს და საჭიროების შემთხვევაში, წამალსაც მოგცემთ. უთხარით ერთ-ერთ ჯანდაცვის პროვაიდერს, თუ ტკივილი არ შეგიმსუბუქდათ. ტკივილის გაკონტროლება მნიშვნელოვანია, რათა გამოიყენოთ სპირომეტრიის აპარატი და იმოძრაოთ. ტკივილის გაკონტროლება გაგიადვილებთ რეაბილიტაციის პროცესს.

ჩვენ ასევე მოგცემთ ტკივილგამაყუჩებელ წამალს, სახლში მისაღებად.

ესაუბრეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს შესაძლო გვერდითი ეფექტების შესახებ. ჰკითხეთ მათ, როდის შეგიძლიათ ურეცეპტო ტკივილგამაყუჩებლებზე გადასვლა.

მოძრაობა და სიარული

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

იმის გასაგებად, თუ რა შეგიძლიათ გააკეთოთ უსაფრთხოების შესანარჩუნებლად და წაქცევის თავიდან ასაცილებლად საავადმყოფოში ყოფნის დროს, წაიკითხეთ *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall).

ავარჯიშეთ ფილტვები

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

- გამოიყენეთ სპირომეტრიის აპარატი 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

პირველ რიგში, შეგიძლიათ სვათ წყალი ან წვენი. ამის შემდეგ, შეგიძლიათ დაიწყოთ მყარ საკვებზე გადასვლა, მაგალითად, კრეკერებზე. ამის შემდეგ, შეგიძლიათ დაიწყოთ ჩვეულებრივი საკვების ჭამა, როგორც კი შეძლებთ.

თუ გაქვთ კითხვები დიეტის შესახებ, მოითხოვეთ კლინიკურ დიეტოლოგ-ნუტრიციონისტთან შეხვედრა.

მილებსა და დრენაჟებზე ზრუნვა

სახლში მინიმუმ 1 ჯექსონ-პრატის (JP) დრენაჟით აღჭურვილი წახვალთ. დრენაჟ(ებ)ი ჩვეულებრივ მოიხსნება ოპერაციიდან დაახლოებით 2 კვირის შემდეგ, მაგრამ შეიძლება მეტხანს დარჩეს.

ერთ-ერთი ექთანი გასწავლით როგორ იზრუნოთ სადრენაჟე(ებ)ზე, სანამ საავადმყოფოს დატოვებთ. სასარგებლოა, თუ თქვენი მომვლელიც ისწავლის იგივეს. ამით მათ გაუადვილდებათ სახლში თქვენი დახმარება.

მეტის გასაგებად წაიკითხეთ *Caring for Your Jackson-Pratt Drain* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain).

საავადმყოფოდან გაწერის დაგეგმვა

მას შემდეგ, რაც საავადმყოფოდან გაეწერებით, ექიმთან პირველი ვიზიტი შედგება 1-დან 3 კვირის შემდეგ. ექთანი მოგცემთ მითითებებს, როგორ დაგეგმოთ ეს ვიზიტი, მათ შორის ტელეფონის ნომერს, რომელზეც უნდა დარეკოთ.

საავადმყოფოდან გაწერა

სანამ გაეწერებით, თქვენს ექიმთან ერთად დაათვალიერეთ ჭრილობა. იმის ცოდნა, თუ როგორ გამოიყურება(ებიან) ის (ისინი), მოგვიანებით ცვლილებების შემჩნევაში დაგეხმარებათ.

ექიმი მოგცემთ გაწერის განკარგულებას და დანიშნულებას. ასევე მოგცემენ გაწერის მითითებებს. ექიმი, თქვენთან ერთად, გადახედავს მას, სანამ წახვალთ სახლში.

თქვენ დაგჭირდებათ პასუხისმგებელი მზრუნველი პარტნიორი, რომ წაგიყვანოთ სახლში.

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. ზოგიერთი გრძნობს ტკივილს, შეკუმშვას ან კუნთების ტკივილს ჭრილობების ირგვლივ 6 თვემდე ან უფრო მეტხანს. ეს არ ნიშნავს, რომ რაღაც ცუდადაა.

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.

ყაბზობის პრევენცია და მართვა

ესაუბრეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს ყაბზობის პრევენციისა და მართვის შესახებ. ასევე შეგიძლიათ იხელმძღვანელოთ ამ რეკომენდაციებით.

- საპირფარეშოში ყოველდღე ერთსა და იმავე დროს შედით. თქვენი ორგანიზმი მიეჩვევა ამ დროს გასვლას. მაგრამ თუ გრძნობთ, რომ გასვლა გჭირდებათ, არ მოიცადოთ.
- ეცადეთ საპირფარეშოში ჭამის შემდეგ 5-და 15 წუთის განმავლობაში გახვიდეთ. კარგია საუზმის შემდეგ გასვლა. სწორედ ამ დროს არის მსხვილი ნაწლავის რეფლექსები ყველაზე ძლიერი.
- ივარჯიშეთ, თუ შეგიძლიათ. სიარული შესანიშნავი ვარჯიშია, რომელიც ყაბზობის თავიდან აცილებაში და მართვაში დაგეხმარებათ.
- თუ შეძლებთ, ყოველდღიურად დალიეთ 8-დან 10 (8 უნცია) ჭიქა (2 ლიტრი) სითხე. უპირატესობა მიანიჭეთ წყალს, წვენებს (როგორიცაა ქლიავის წვენი), სუპებსა და რძის კოქტეილებს. შეზღუდეთ კოფეინიანი სითხეების, მაგალითად, ყავისა და გაზიანი სასმელების მიღება. კოფეინს შეუძლია ორგანიზმიდან სითხის ამოშრობა.
- ნელ-ნელა გაზარდეთ ბოჭკოს მიღება, 25-დან 35 გრამამდე დღეში. გაუფცქვნელი ხილი და ბოსტნეული, მარცვლეული და ბურღულეული შეიცავს ბოჭკოს. თუ გაქვთ ოსტომა ან ახლახან გაიკეთეთ ნაწლავის ოპერაცია, დიეტის შეცვლამდე თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს მიმართეთ.
- ყაბზობის მკურნალობა შესაძლებელია როგორც ურეცეპტოდ, ასევე რეცეპტით გაცემული მედიკამენტებით. ყაბზობის საწინააღმდეგო ნებისმიერი წამლის მიღებამდე დაეკითხეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს. ეს ძალიან მნიშვნელოვანია, თუ თქვენ გაქვთ ოსტომა ან გაკეთებული გაქვთ ნაწლავის ოპერაცია. იხელმძღვანელეთ თქვენი ექიმის ან წამლის ეტიკეტის მითითებებით. ყაბზობის სამკურნალო ურეცეპტოდ გაცემული მედიკამენტების მაგალითებია:
    - Docusate sodium (Colace®). ეს არის განავლის დამარბილებელი

(მედიკამენტი, რომელიც ამსუბუქებს კუჭის მოქმედებას), რომელიც იწვევს მცირე რაოდენობით გვერდით მოვლენებს. მისი გამოყენება შეგიძლიათ ყაბზობის თავიდან ასაცილებლად. არ მიიღოთ იგი მინერალურ ზეთთან ერთად.

- Polyethylene glycol (MiraLAX®). ეს არის საფაღარათო საშუალება (კუჭის მოქმედების გამომწვევი წამალი), რომელიც იწვევს მცირე გვერდით მოვლენებს. მიიღეთ იგი 8 უნცია (1 ჭიქა) სითხესთან ერთად. მიიღეთ მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ უკვე გაქვთ შეკრულობა.
- Senna (Senokot®). ეს არის მასტიმულირებელი საფაღარათო საშუალება, რომელმაც შეიძლება გამოიწვიოს მოვლითი ტკივილები. მისი მიღება უმჯობესია ძილის წინ. მიიღეთ ის მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ უკვე გაქვთ შეკრულობა.

თუ რომელიმე ამ წამალმა ფაღარათი (წყლიანი განავალი) გამოიწვია, შეწყვიტეთ მისი მიღება. საჭიროების შემთხვევაში მისი მიღება შეგიძლიათ თავიდან დაიწყოთ.

დაურეკეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს, თუ 2 დღის განმავლობაში არ გექნებათ კუჭის მოქმედება.

გამოჯანმრთელების პროცესი და ახალი შეგრძნებები

როგორც კი ოპერაციის შემდეგ გამოჯანმრთელებას დაიწყებთ, შეიძლება იგრძნოთ მრავალი სხვადასხვა შეგრძნება მკლავში, გულმკერდში ან გულმკერდის კედელში. შეიძლება მოგემატოთ მგრძნობელობა, ან იგრძნოთ დაბუჟება, ჩხვლეტა ან სამივე ერთად. ასევე შეიძლება იგრძნოთ სითხის გადინება მკლავიდან, როდესაც იქ რეალურად არ არის სითხე. ეს შეიძლება მოხდეს იმის გამო, რომ ოპერაციის დროს ნერვები გადაიჭრა.

მასტექტომიის შემდეგ შეიძლება ასევე იგრძნოთ, რომ ძუძუ ან ძუძუს თავი ჯერ კიდევ გაქვთ. ამას ფანტომური შეგრძნება ჰქვია.

ეს შეგრძნებები ჩვეულებრივ მიდი-მოდის და ხშირად უმჯობესდება ოპერაციიდან პირველი რამდენიმე თვის განმავლობაში. ზოგიერთი შეგრძნება შეიძლება დარჩეს თვეობით, 5 წლის ან მეტი ხნის განმავლობაშიც კი. ეს ხდება იმიტომ, რომ ნერვები არის სხეულის ყველაზე ნელა განკურნებადი ნაწილი. უმეტესობა აღნიშნავს, რომ შეგრძნებები არ

არის მძიმე ან შემაშფოთებელი.

მგრძნობელობის ცვლილების გამო, არ მოითავსოთ რაიმე ცხელი ან ცივი (როგორიცაა ცხელი წყლის ბოთლები, გამათბობელი ბალიშები ან ყინულის პაკეტები) პირდაპირ ქირურგიული ჩარევის ადგილზე.

შეხორცების გაგრძელებისას შეიძლება იგრძნოთ ნაწიბუროვანი ქსოვილი ნაჭრილობევის გასწვრივ. მას სიმყარის შეგრძნება ექნება. ეს ჩვეულებრივი მოვლენაა და იგი დარბილდება მომდევნო რამდენიმე თვის განმავლობაში.

ჭრილობა(ებ)ზე ზრუნვა

ჭრილობა(ები) დაიხურება კანქვეშა ნაკერებით. ეს ნაკერები თავისთავად იშლება. მათი ამოღება არ არის საჭირო. თუ ქირურგიული ლენტის პატარა ნაჭრები (Steri-Strips) გაქვთ მოთავსებული ჭრილობა(ებ)ზე, ქირურგი ან ექთანი ამოიღებს მათ შემდგომი დაკვირვების ვიზიტის დროს. თუ ჭრილობა(ებ)ზე მოთავსებული გაქვთ ქირურგიული წებო (დერმაბონდი), ის დროთა განმავლობაში თავისთავად დაიშლება.

მიჰყევით თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერის მითითებებს იმის შესახებ, თუ რამდენად ხშირად უნდა გაიწმინდოთ ჭრილო(ები)ბა.

ოპერაციიდან ერთი ან ორი კვირის შემდეგ, შეიძლება წარმოიქმნას სითხის ჯიბე იღლიის ან მკერდის კანის ქვეშ, საიდანაც ქსოვილი ამოიღეს. ამ წარმონაქმნს სერომა ჰქვია და იგი უვნებელია. ეს მიდამო შეიძლება იყოს რბილი და შეშუპებული. იგი ასევე შეიძლება იყოს მტკივნეული.

სერომები ხშირად თავისით ქრება. თუ განგივითარდათ დიდი სერომა ან თავს არაკომფორტულად გრძნობთ, დარეკეთ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერის ოფისში, რათა მდგომარეობა განიხილოთ ექიმთან ან ექთანთან ერთად.

დაურეკეთ თქვენს ექიმს, თუ:

- ჭრილობ(ებ)ის გარშემო კანი ძალიან წითელი გაქვთ.
- ჭრილობ(ებ)ის გარშემო კანი სულ უფრო მეტად წითლდება.

- ხედავთ დრენაჟიდან გამონადენ სითხეს, რომელიც ჩირქს ჰგავს (სქელი და რძისფერია).

კვება და სითხეების მიღება

შეგიძლიათ მიირთვათ ყველა ის საკვები, რომელსაც იღებდით ოპერაციამდე, თუ ჯანდაცვის პროვაიდერი არ მოგცემთ სხვა მითითებებს. დაბალანსებული დიეტა, რომელიც შეიცავს ბევრ კალორიას და პროტეინს, დაგეხმარებათ ოპერაციის შემდეგ გამოჯანმრთელებაში. შეეცადეთ მიირთვათ ცილებით მდიდარი საკვები (როგორებიცაა ხორცი, თევზი ან კვერცხი) ყოველ კვებაზე. ასევე უნდა შეეცადოთ მიირთვათ ხილი, ბოსტნეული და მთლიანი მარცვლეული.

ასევე მნიშვნელოვანია ბევრი სითხის დალევა. სცადეთ მიიღოთ 8-დან 10 ჭიქამდე (8 უნცია) სითხე ყოველ დღე. მიიღეთ სითხეები ალკოჰოლის გარეშე. შეზღუდეთ კოფეინიანი სითხეების მიღება.

თუ გაქვთ კითხვები დიეტის შესახებ, მოითხოვეთ კლინიკურ დიეტოლოგ-ნუტრიციონისტთან შეხვედრა.

შხაპის მიღება

თუ გაიკეთეთ მკერდის რეკონსტრუქცია, ჰკითხეთ თქვენს პლასტიკურ ქირურგს, თუ როდის შეგიძლიათ შხაპის მიღება და არის თუ არა რაიმე სპეციალური მითითება. თუ რეკონსტრუქცია არ გაგიკეთებიათ, შეგიძლიათ შხაპის მიღება ოპერაციიდან 24 საათის შემდეგ. სანამ სახლში წახვალთ, თქვენი მედდა გასწავლით თუ როგორ უნდა დაიცვათ სადრენაჟე(ებ)ი შხაპის მიღების დროს.

როდესაც შხაპის მისაღებად მზად იქნებით, მოიხსენით ქირურგიული ბიუსტჰალტერი და მარლის ნებისმიერი ბალიშები, რომლებიც გიფარავენ ჭრილობა(ებ)ს. თუ ჭრილობებზე სტერი-სტრიპები (Steri-Strips) ან დერმაბონდი (Dermabond) გაქვთ მოთავსებული, ნუ მოიხსნით მათ.

საპნით და წყლით ნაზად მოიბანეთ ჭრილობები იმგვარად, რომ შხაპის წყალი გადაევლოს მათ.

ნაზად შეიმშრალეთ სუფთა პირსახოცით. ხელახლა გაიკეთეთ ქირურგიული

ბიუსტჰალტერი და მიიმაგრეთ დრენაჟ(ებ)ი ბიუსტჰალტერზე. თუ თავს უფრო კომფორტულად იგრძნობთ, შეგიძლიათ სუფთა მარლის საფენი მოითავსოთ ჭრილობა(ებ)ზე, ბიუსტჰალტერის ქვეშ.

მოერიდეთ აბაზანებს, ჰიდრომასაჟის ავზებს, საუნებს და საცურაო აუზებს, სანამ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერი არ გეტყვით, რომ ყველაფერი წესრიგშია. ასევე, სთხოვეთ ნებართვა ექიმს სანამ დეოდორანტის, ლოსიონის, პუდრის ან სუნამოს გამოყენებას დაიწყებთ ქირურგიული ჩარევის ადგილთან ახლოს.

ბიუსტჰალტერის ტარება

თუ გაქვთ ქირურგიული ბიუსტჰალტერი, განაგრძეთ მისი ტარება მანამ, სანამ დრენაჟ(ებ)ი გჭირდებათ. ამის შემდეგ ესაუბრეთ ჯანდაცვის პროვაიდერს იმის შესახებ, თუ რა სამოსი უნდა ატაროთ. ქირურგიული ბიუსტჰალტერი დაგეხმარებათ კომფორტის შენარჩუნებასა და დრენაჟ(ებ)ის ადგილზე დამაგრებაში. უნდა ატაროთ ქირურგიული ბიუსტჰალტერი ძილის დროს, მაგრამ მოიხსნათ იგი შხაპის მიღებამდე.

სანამ ოპერაციიდან გამოჯანმრთელება მიმდინარეობს ან მკერდის რეკონსტრუქციის სხვადასხვა ეტაპებს გადიხართ, ბიუსტჰალტერი შეიძლება შეივსოს რბილი ქსოვილით, რათა ამგვარად დაბალანსდეს თქვენი გარეგნობა. ბიუსტჰალტერის შევსების ერთ-ერთი გზაა მკერდის რბილი ფორმის გამოყენება (მკერდის დროებითი პროთეზი). მკერდის ეს ფორმა არის მსუბუქი ნეილონის ჩანთა. შეგიძლიათ დაარეგულიროთ ჩანთის ზომა, შიგნით ბამბის ბურთულას დამატებით ან ამოღებით, რათა მისი ზომა შეესაბამებოდეს მეორე ძუძუს ზომას. შეგიძლიათ ნეილონის ჩანთა გარეცხოთ რბილი საპნით, როგორებიცაა Woolite® ან Ivory®, შემდეგ კი გააშროთ ჰაერზე.

არის სპეციალიზებული მაღაზიები, სადაც იყიდება მკერდის პროთეზისა და ბიუსტჰალტერის მრავალი სახეობა. შეგიძლიათ შეიძინოთ ეს პროდუქტები ვებგვერდებიდან, იმისდა მიუხედავად თუ სად ცხოვრობთ. ასევე შეგიძლიათ შეიძინოთ ისინი მასტექტომიის ადგილობრივ ბუტიკებში და თეთრეულის მაღაზიებში. თქვენს რეგიონში არსებული ონლაინ მაღაზიებისა და ფიზიკური მაღაზიების სიის სანახავად წაიკითხეთ *Resources, Clothing, and Support After Breast Surgery* (www.mskcc.org/cancer-

care/patient-education/resources-clothing-support-breast-surgery).

ასევე შეგიძლიათ ბიუსტჰალტერი რბილი მარლით გაასწოროთ, რომლის მასალაც შეგიძლიათ ექთნისგან მიიღოთ. ხშირად შეცვალეთ მარლა, რათა უზრუნველყოთ მისი სისუფთავე.

ძუძუს და ძუძუსთავის პროთეზები

მკერდის პროთეზი მკერდის უფრო მუდმივი ფორმაა, ვიდრე რბილი ნეილონის ჩანთა.

ძუძუსთავის პროთეზი წარმოადგენს სილიკონისგან დამზადებულ ხელოვნურ ძუძუსთავს და არეოლას (წრე ძუძუს ირგვლივ). იგი შეიძლება დამაგრდეს რეკონსტრუირებულ მკერდზე ან ძუძუს პროთეზზე ადჰეზივით (სპეციალური წებო). ძუძუსთავის პროთეზები მრავალნაირი არსებობს ზომისა და კანის ტონის მიხედვით, რომელსაც შეუხამებთ ბუნებრივ ძუძუს.

თუ მკერდის რეკონსტრუქცია არ გაგიკეთებიათ, ჩვეულებრივ შეგიძლიათ დაიწყოთ მკერდისა და ძუძუს პროთეზების ტარება ოპერაციიდან 4-დან 6 კვირის შემდგომ.

თუ დაინტერესებული ხართ, რომ ატაროთ ძუძუსა და ძუძუსთავის პროთეზი, მიმართეთ თქვენს ექიმს. მათ შეუძლიათ გამოგიწერონ რეცეპტი (მიმართვა) ამ პროთეზების მისაღებად შემდგომი დაკვირვების ვიზიტის დროს. გადაამოწმეთ სადაზღვევო კომპანიასთან, რათა გაიგოთ, პროთეზირების რა ნაწილს ფარავს თქვენი პოლისი.

არის სპეციალიზებული მაღაზიები, რომლებიც ყიდიან ძუძუსა და ძუძუსთავის პროთეზებსა და ბიუსტჰალტერებს. შეგიძლიათ შეიძინოთ ეს პროდუქტები ვებგვერდებიდან, იმისდა მიუხედავად თუ სად ცხოვრობთ. ასევე შეგიძლიათ შეიძინოთ ისინი მასტექტომიის ადგილობრივ ბუტიკებში და თეთრეულის მაღაზიებში. თქვენს რეგიონში არსებული ონლაინ მაღაზიებისა და ფიზიკური მაღაზიების სიის სანახავად წაიკითხეთ *Resources, Clothing, and Support After Breast Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/resources-clothing-support-breast-surgery).

ფიზიკური აქტივობა და ვარჯიში

თუ მკერდის რეკონსტრუქცია ჩაგიტარდათ, არ აწიოთ 5 ფუტზე (2,3

კილოგრამზე) მძიმე საგნები, სანამ ექიმი არ გეტყვით, რომ ეს უსაფრთხოა. ეს ჩვეულებრივ დაახლოებით 4-დან 6 კვირამდე გრძელდება. ამ დროის განმავლობაში, ასევე მოერიდეთ ინტენსიურ აქტივობებს (როგორიცაა სირბილი და ჩოგბურთი) და კონტაქტურ სპორტს (როგორიცაა ფეხბურთი).

თქვენი მკურნალთა გუნდის წევრი დაგელაპარაკებათ იმ ვარჯიშების და მოძრაობების შესახებ, რომლებიც შეგიძლიათ შეასრულოთ, სანამ ჭრილობები გიხორცდებათ. იხელმძღვანელეთ მათი მითითებებით და ასევე ამ მითითებებით *ვარჯიშები მასტექტომიის ან ძუძუს რეკონსტრუქციის შემდეგ.* (www.mskcc.org/ka/cancer-care/patient-education/exercises-after-mastectomy-or-reconstruction).

ნაწიბუროვან ქსოვილს, რომელიც წარმოიქმნება ქირურგიული ჩარევის ადგილის ირგვლივ, შეუძლია შეზღუდოს ხელის და მხრის მოძრაობის დიაპაზონი. თუ რეკონსტრუქცია ჩაგიტარდათ, შესაძლოა გქონდეთ კუნთების ტკივილი ან დაჭიმულობა. თუ დისკომფორტს გრძნობთ, შესაძლოა სასარგებლო იყოს ტკივილგამაყუჩებლების მიღება ვარჯიშის დაწყებამდე 30 წუთით ადრე.

ოპერაციის შემდეგ, ჩვეულებრივზე ნაკლები ენერგიის ქონა, ნორმას წარმოადგენს. რეაბილიტაციის პერიოდი ინდივიდუალურია. გაზარდეთ აქტივობა ყოველდღიურად, იმდენად, რამდენადაც შეგიძლიათ. დააბალანსეთ აქტივობის და დასვენების პერიოდები. ისეთი აერობული ვარჯიშების შესრულება, როგორებიცაა სიარული და კიბეებზე ასვლა, დაგეხმარებათ ძალების დაბრუნებაში და თავს უკეთ იგრძნობთ.

სექსუალური აქტივობა

შეგიძლიათ კვლავ დაიწყოთ სექსუალური აქტივობა, როცა თავს მზად იგრძნობთ. სქესობრივი კავშირი არ დააზიანებს ქირურგიული ჩარევის ადგილს.

შესაძლოა სასარგებლო იყოს, რომ თქვენმა პარტნიორმა ნახოს ჭრილობ(ები)ა ოპერაციის შემდეგ მალევე. ამან შეიძლება შეამსუბუქოს ნებისმიერი შფოთვა, რომელიც შეიძლება გქონდეთ. უთხარით თქვენს პარტნიორს რა არის კომფორტული და რა არა. მოერიდეთ ზეწოლას ქირურგიული ჩარევის ადგილზე ოპერაციის შემდგომ პირველ კვირებში.

შეეცადეთ მოითავსოთ პატარა ბალიში ან პირსახოცი ქირურგიული ჩარევის ადგილზე. შეკითხვების შემთხვევაში, ესაუბრეთ თქვენს ექთანს.

თქვენ შეიძლება გქონდეთ შეშფოთება კიბოს და მკურნალობის გავლენაზე თქვენს გარეგნობასა და სექსუალობაზე. ჩვენი "ქალთა სექსუალური მედიცინის და ქალთა ჯანმრთელობის პროგრამა" ხელმისაწვდომია თქვენთვის. დამატებითი ინფორმაციისთვის დარეკეთ 646-888-5076.

თუ არსებობს რაიმე შანსი, რომ დაორსულდეთ, აუცილებლად გამოიყენეთ ჩასახვის საწინააღმდეგო საშუალება. არ გამოიყენოთ ჰორმონალური ჩასახვის საწინააღმდეგო არანაირი საშუალება. ჩასახვის კონტროლის ვარიანტებია:

- მამაკაცის პრეზერვატივები
- დიაფრაგმა
- საშვილოსნოსშიდა სპირალი T IUD. თუ გაინტერესებთ ეს მეთოდი, გაესაუბრეთ თქვენს გინეკოლოგს. ამ ტიპის სპირალის ტარება შესაძლებელია 10 წელზე მეტი ხნის განმავლობაში ან შეიძლება მოიხსნას ადრევე.

განაგრძეთ ჩასახვის საწინააღმდეგო საშუალებების გამოყენება მკურნალობის დროს და სანამ ექიმი გეტყვით, რომ უსაფრთხოა დაორსულების მცდელობა.

ავტომობილის მართვა

ადამიანების უმეტესობას შეუძლია ხელახლა დაიწყოს ავტომობილის მართვა ოპერაციიდან 6 კვირის გასვლის შემდეგ. არ მართოთ ავტომანქანა, სანამ იღებთ რეცეპტით გაცემულ ტკივილგამაყუჩებლებს. ამ წამლებმა შეიძლება გამოიწვიონ ძილიანობა, რაც სახიფათოს გახდის თქვენს მიერ სატრანსპორტო საშუალების მართვას. შეგიძლიათ ავტომანქანით საავადმყოფოდან გაწერის შემდეგ ნებისმიერ დროს იმგზავროთ.

ასევე, არ მართოთ მანქანა მანამ, სანამ:

- დრენაჟებს არ ამოგიღებენ.
- არ აღიდგინეთ მოძრაობის სრულ დიაპაზონს.

- არ შეგიძლიათ კომფორტულად მოატრიალოთ საჭე.

თუ გაქვთ შეკითხვები იმის შესახებ, თუ როდის არის თქვენთვის უსაფრთხო ავტომობილის მართვა, გაესაუბრეთ 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.

ლიმფედემის შესახებ

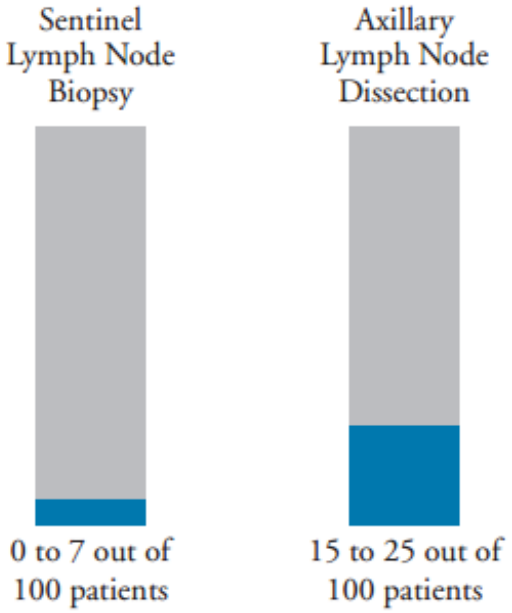
ზოგჯერ, ლიმფური კვანძების მოცილებამ შეიძლება გაართულოს ლიმფური სისტემის სათანადო დრენაჟი. ასეთ შემთხვევაში, ლიმფური სითხე შეიძლება დაგროვდეს იმ ადგილას, საიდანაც ლიმფური კვანძები ამოიღეს. აღნიშნული ზედმეტი სითხე იწვევს შეშუპებას, რომელსაც ლიმფედემა ეწოდება.

ლიმფედემა შეიძლება განვითარდეს მკლავში, ხელზე, მკერდში ან ტორსზე დაზიანებულ მხარეს (იმ მხარეს, სადაც ამოკვეთეს ლიმფური კვანძები).

უმრავლესობას არ უვითარდება ლიმფედემა, მაგრამ ზოგიერთს უვითარდება. ძნელია იცოდე, პიროვნებას აქვს თუ არა ლიმფედემის განვითარების რისკი, რადგან:

- არ არსებობს სტანდარტული ტესტი ლიმფედემის დიაგნოსტიკისთვის.
- ლიმფური კვანძების ამოკვეთა ან მათი დაზიანება ადამიანებზე განსხვავებულად მოქმედებს.
- ლიმფედემა შეიძლება განვითარდეს ოპერაციიდან მალევე, ან შეიძლება განვითარდეს წლების შემდეგ.
- ლიმფედემის ამჟამინდელი შემთხვევები შეიძლება გამოწვეული იყოს მკურნალობის მოძველებული მეთოდებით.

-



სურათი 3. ლიმფედემის განვითარების სავარაუდო რისკი

ლიმფედემის განვითარების რისკი დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორ ამოიკვეთება ლიმფური კვანძები (იხ. ნახაზი 3).

სეტნინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსიის დროს, მკლავიდან 1-დან რამდენიმე ლიმფურ კვანძამდე ამოგკვეთენ და შეამოწმებენ კიბოს უჯრედების არსებობაზე. ლიმფედემის განვითარების რისკი, სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსიის შემდეგ, დაბალია. დაახლოებით 0-დან 7-მდე ადამიანს 100-დან, ვისაც სენტინელის ლიმფური კვანძის ბიოფსია ჩაუტარდა, უვითარდება ლიმფედემა.

აქსილარული ლიმფური კვანძის ამოკვეთის დროს, მკლავიდან რამდენიმე ლიმფურ კვანძს ამოგკვეთენ. აღნიშნული ხორციელდება დამატებითი ლიმფური კვანძების მოსაშორებლად, ვინაიდან ისინი შეიძლება შეიცავდნენ კიბოს უჯრედებს. იღლიის ლიმფური კვანძის ამოკვეთის შემდეგ ლიმფედემის განვითარების რისკი უფრო მაღალია, ვიდრე სენტინელური კვანძის ბიოფსიის შემდეგ. დაახლოებით 15-დან 25-მდე ადამიანს 100-დან, ვისაც იღლიის ლიმფური კვანძების ამოკვეთა ჩაუტარდა, შეიძლება განუვითარდეს ლიმფედემა.

არ არსებობს გზა, რომ დანამდვილებით ვიცოდეთ, ვის განუვითარდება ლიმფედემა.

ლიმფედემის განვითარების რისკის შემცირება

შემდეგი მოქმედებების შესრულება დაგეხმარებათ შეამციროთ ლიმფედემის განვითარების რისკი.

- შეინარჩუნეთ ჯანმრთელი სხეულის წონა ან უსაფრთხოდ ისწრაფეთ მისკენ.

- რეგულარულად ივარჯიშეთ და დაჭიმეთ კუნთები. ესაუბრეთ თქვენს ქირურგს ან მედდას იმის შესახებ, თუ რომელი ვარჯიშებია თქვენთვის შესაფერისი.
    - როდესაც დაუბრუნდებით ვარჯიშსა და აქტივობას, დარწმუნდით, რომ ინტენსივობას უმატებთ ნელა და თანდათანობით. თუ დისკომფორტს გრძნობთ, შეჩერდით და დაისვენეთ. ვარჯიშმა არ უნდა გამოიწვიოს ტკივილი.
- შეეცადეთ მინიმუმამდე დაიყვანოთ ხელისა და მკლავის ინფექციის რისკი. ჰკითხეთ თქვენს ექიმს, თუ როგორ უნდა იზრუნოთ ჭრილობებზე, ნაკაწრებზე და დამწვრობებზე.

თუ ჩაგიტარდათ სენტინელური ლიმფური კვანძის ბიოფსია:

- დაზიანებული მკლავის გამოყენება სისხლის აღებისთვის, ინექციისთვის, სისხლის გადასხმისა და არტერიული წნევის გასაზომად არ არის აკრძალული. სთხოვეთ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერებს, ეცადონ სამედიცინო მანიპულაციებისთვის გამოიყენონ ჯანმრთელი ხელი, თუკი ეს შესაძლებელია.
- თუ შეამჩნევთ ლიმფედემის რაიმე ნიშანს, ყოველთვის გამოიყენეთ ჯანმრთელი ხელი. თუ ეს შეუძლებელია, ესაუბრეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს იმის შესახებ, თუ რომელი მკლავია ყველაზე უსაფრთხო გამოსაყენებლად.

თუ ჩაგიტარდათ აქსილარული ლიმფური კვანძის ამოკვეთა:

- წაიკითხეთ *Hand and Arm Guidelines After Your Axillary Lymph Node Dissection* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/hand-and-arm-care-after-removal-axillary-lymph-nodes) პროცედურის შემდეგ ლიმფედემის რისკის შემცირების შესახებ.

ლიმფედემის ნიშნები

ოპერაციის შემდეგ მსუბუქი შეშუპება ნორმალურია. შეშუპება შეიძლება გაგრძელდეს 6 კვირამდე. ხშირად იგი დროებითია და თანდათან ქრება. ასევე შეიძლება იგრძნოთ ტკივილი ან სხვა შეგრძნებები, როგორებიცაა ჩხვლეტა და წიწკნა, ოპერაციის შემდეგ. ეს შეგრძნებები ხშირია და

აუცილებელი არ არის იყოს ლიმფედემის ნიშნები.

თუ გაქვთ ლიმფედემის განვითარების რისკი, დააკვირდით ამ ნიშნებს თქვენს დაზიანებულ მკლავში, ხელზე, მკერდსა და ტორსზე:

- სიმძიმის, ტეხის ან ტკივილის შეგრძნება
- მოჭიმულობის შეგრძნება კანში
- ნაკლები მოქნილობა
- კანის ცვლილებები, როგორიცაა დაჭიმულობა ან გამონაყარი (კანი, რომელიც რჩება ჩაღრმავებული მასზე დაჭერის შემდეგ)

თუ გაქვთ ლიმფედემის რაიმე ნიშანი ან არ ხართ დარწმუნებული, დაუკავშირდით თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს.

ლიმფედემის შესახებ დამატებითი ინფორმაციისთვის, ასევე შეგიძლიათ წაიკითხოთ “ნიუ-იორკის სახელმწიფო ჯანდაცვის დეპარტამენტის” რესურსი გაიაზრეთ ლიმფედემა.

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:

- გაქვთ სიცხე 100,4 °F (38 °C) ან უფრო მაღალი.
- გაქვთ გამონადენი ჭრილობი(ებ)დან
- გიჭირთ სუნთქვა.
- ჭრილობ(ებ)ის გარშემო კანი ჩვეულებრივზე თბილია.
- მოგემატათ დისკომფორტი ჭრილობ(ებ)ის გარშემო.
- ჭრილობ(ებ)ის გარშემო კანი ჩვეულებრივზე უფრო წითელია.
- ჭრილობ(ებ)ის ირგვლივ შეშუპება იწყება.
- ჭრილობ(ებ)ის ირგვლივ შესივება იმატებს.
- თუ რაიმე კითხვა გაქვთ, ან რამეზე ღელავთ.

საკონტაქტო ინფორმაცია

კითხვების ან პრობლემების შემთხვევაში მიმართეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს. თქვენი მკურნალთა გუნდის წევრი გიპასუხებთ ორშაბათიდან პარასკევის ჩათვლით, დილის 9 საათიდან საღამოს 5 საათამდე. ამ საათების გარეთ, შეგიძლიათ დატოვოთ შეტყობინება ან ესაუბროთ სხვა MSK პროვაიდერს. რომელიმე ექიმი ან ექთანი ყოველთვის იქნება ხაზზე.

თუ დარწმუნებული არ ხართ, როგორ მიმართოთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს, დარეკეთ ნომერზე 212-639-2000.

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.

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.

ძუძუს კიბოს მხარდაჭერის მომსახურებები:

გაზიარება
www.sharecancersupport.org844-ASK-SHARE
(275-7427)
სთავაზობს მხარდაჭერის ჯგუფებს იმ პირებს, ვინც გადაურჩა მკერდის, სარძევე ჯირკვლის მეტასტაზურ და საკვერცხის კიბოს მანჰეტენში, ქუინსში, ბრუკლინსა და სტეიტენ აილენდზე.

სუზან ჯი. კომენი
Www.komen.org
სთავაზობს საინფორმაციო და მხარდაჭერის სერვისებს ძუძუს კიბოთი დაავადებულებს.

სამმაგად უარყოფითი სარძევე ჯირკვლის კიბოს ფონდი
Www.tnbc foundation.org
აწვდის ინფორმაციას, რომელიც ეხმარება ადამიანებს გააცნობიერონ

სამმაგად უარყოფითი ძუძუს კიბო.

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 თვიმფრინავების 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, რომლებსაც 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)
- *Caring for Your Jackson-Pratt Drain* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain)
- *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)
- *ვარჯიშები მასტექტომიის ან ძუძუს რეკონსტრუქციის შემდეგ.* (www.mskcc.org/ka/cancer-care/patient-education/exercises-after-mastectomy-or-reconstruction)

- *Fertility Preservation Before Cancer Treatment: Options for People Born with Ovaries and a Uterus* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment)
- *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)
- *Hand and Arm Guidelines After Your Axillary Lymph Node Dissection* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/hand-and-arm-care-after-removal-axillary-lymph-nodes)
- *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)
- *Resources, Clothing, and Support After Breast Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/resources-clothing-support-breast-surgery)
- გაიაზრეთ ლიმფედემა
- *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