



EDUCAÇÃO DE PACIENTES E CUIDADORES

Sobre sua cirurgia de próstata

Este guia ajudará na preparação de sua cirurgia de próstata no MSK. Também ajudará a entender o que esperar durante a recuperação.

Use-o como fonte de informação nos dias que antecedem a sua cirurgia. Traga-o com você no dia da cirurgia. Você e sua equipe de cuidados vão usá-lo à medida que você aprender mais sobre sua recuperação.

Sobre sua cirurgia de próstata

Sobre sua próstata

Sua **próstata** é uma glândula em forma de noz localizada abaixo da bexiga e acima do reto (veja a Figura 1). Ela envolve a uretra, que é o tubo que transporta a urina para fora do corpo). Sua próstata trabalha com outras glândulas do seu corpo para produzir sêmen.

As **vesículas seminais** são as pequenas glândulas próximas à próstata que produzem o fluido no sêmen (veja a Figura 1).

Os **linfonodos** são pequenas estruturas em forma de feijão encontradas em todo o corpo. Eles produzem e armazenam células que combatem a infecção.

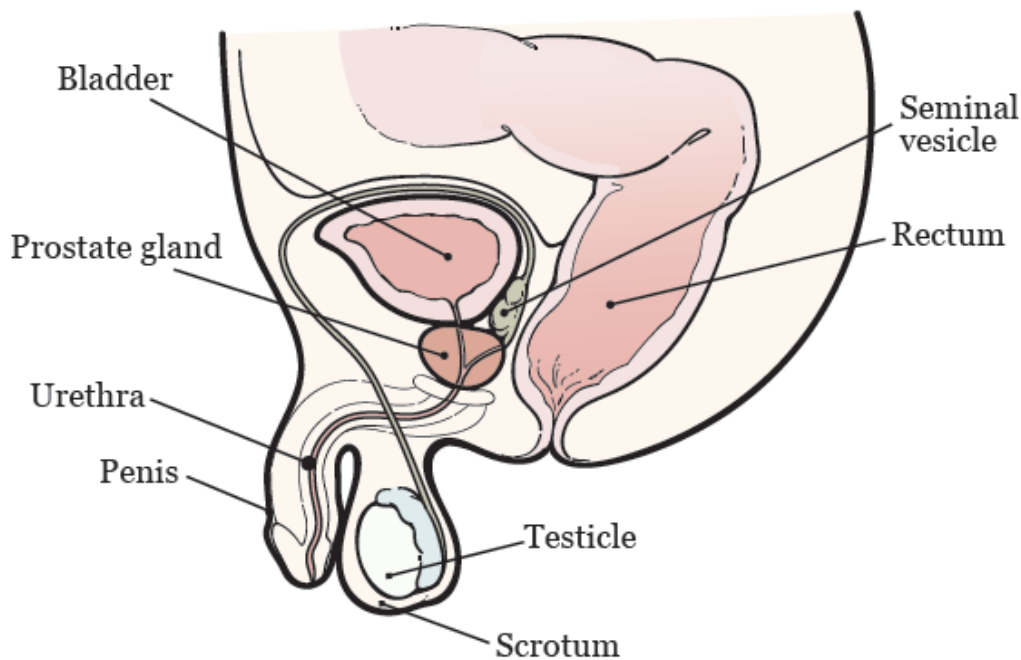


Imagem 1. Sistema reprodutor masculino

Sobre sua cirurgia de próstata

A prostatectomia radical é uma cirurgia para remover toda a próstata e as vesículas seminais. Alguns dos linfonodos da pelve também são removidos. Isso é feito para evitar que o câncer se espalhe da próstata para outras partes do corpo.

Uma prostatectomia radical pode ser feita de 1 das 2 maneiras. Uma maneira é por meio de uma incisão aberta (corte cirúrgico), que é chamada de prostatectomia aberta. Outra maneira é usar um laparoscópio, que é um instrumento semelhante a um tubo com uma câmera. Seu cirurgião conversará com você sobre a melhor opção de cirurgia para você.

Prostatectomia aberta

Em uma prostatectomia aberta, seu cirurgião fará uma incisão que vai do osso púbico até o umbigo (veja a Figura 2). Ele removerá os linfonodos pélvicos primeiro, seguidos pela

próstata e depois as estruturas próximas a ela.

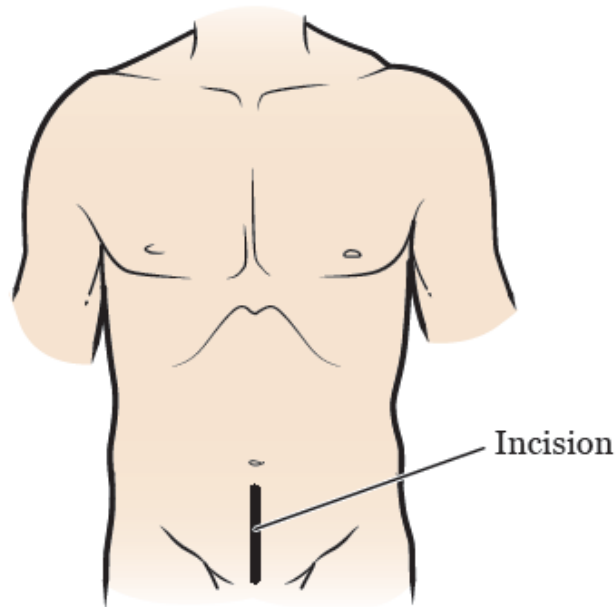


Imagem 2. Incisões da prostatectomia aberta

Prostatectomia assistida por videolaparoscopia ou robótica

Durante uma prostatectomia assistida por videolaparoscopia ou robótica, seu cirurgião fará várias pequenas incisões em seu abdômen (barriga) (veja a Figura 3). Ele vai inserir um laparoscópio em uma das incisões e usar gás para expandir seu abdômen. Instrumentos cirúrgicos serão inseridos nas outras incisões para remover a próstata. Alguns cirurgiões do MSK são especialmente treinados para usar um dispositivo robótico para auxiliar nesse procedimento.

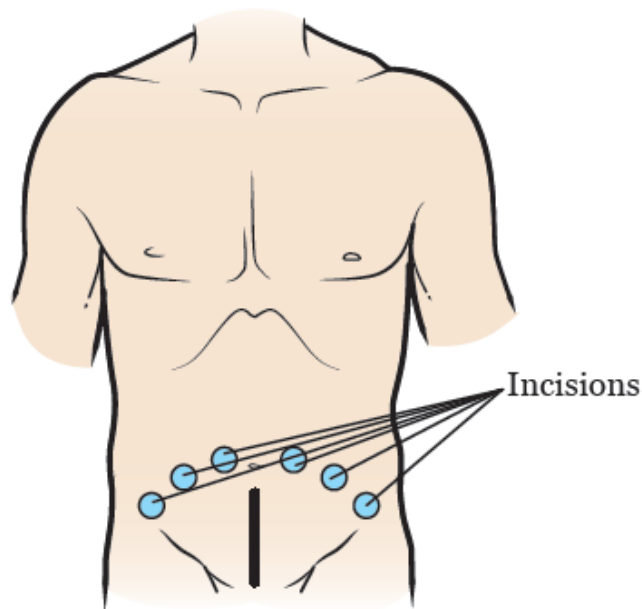


Imagem 3. Incisões de prostatectomia assistida por videolaparoscopia ou robótica

Antes da cirurgia de próstata

Esta seção vai ajudá-lo a se preparar para sua cirurgia. Leia quando sua cirurgia estiver marcada. Consulte-a quando a cirurgia estiver próxima. Ela contém informações importantes sobre o que fazer para se preparar.

Ao ler esta seção, anote as perguntas que deseja fazer ao seu médico.

Como se preparar para sua cirurgia

Você e sua equipe de atendimento trabalharão juntos para se prepararem para sua cirurgia. Ajude-nos a mantê-lo(a) seguro informando-nos se algum dos itens se aplica a você, mesmo que não tenha certeza.

- Tomo um anticoagulante (para afinar o sangue), como:
 - Aspirina

- Heparina
- Varfarina (Jantoven[®], Coumadin[®])
- Clopidogrel (Plavix[®])
- Enoxaparina (Lovenox[®])
- Dabigatrana (Pradaxa[®])
- Apixabana (Eliquis[®])
- Rivaroxabana (Xarelto[®])
- Tomo um inibidor de SGLT2, como:
 - Canagliflozina (Invokana[®])
 - Dapagliflozina (Farxiga[®])
 - Empagliflozina (Jardiance[®])
 - Ertugliflozina (Steglatro[®])
- Tomo medicamentos prescritos, inclusive adesivos e cremes. Medicamentos prescritos são aqueles que somente podem ser vendidos com receita médica.
- Tomo medicamentos de venda livre, inclusive adesivos e cremes. Medicamentos de venda livre são aqueles que podem ser comprados sem receita médica.
- Tomo suplementos alimentares, como ervas, vitaminas, minerais ou remédios naturais ou caseiros.
- Tenho um marca-passo, um cardioversor-desfibrilador implantável (CDI) automático ou outro aparelho cardíaco.
- Tenho apneia do sono.
- Já tive um problema com anestesia no passado. Anestesia é a medicação que faz a pessoa dormir durante uma cirurgia ou

A seguir alguns exemplos de medicamentos. Existem outros.

Certifique-se de que seu médico saiba sobre todos os medicamentos que você está tomando.

procedimento.

- Sou alérgico a certos medicamentos ou materiais, inclusive ao látex.
- Não estou disposto a receber uma transfusão de sangue.
- Eu bebo álcool.
- Eu fumo ou uso um dispositivo eletrônico para fumar, como uma caneta vape ou cigarro eletrônico.
- Eu uso drogas recreativas, como maconha.

Sobre o consumo de álcool

É importante conversar com os profissionais de saúde sobre a quantidade de álcool que você ingere. Isso nos ajudará a planejar seus cuidados.

Se você ingere álcool regularmente, corre o risco de ter problemas durante e após sua cirurgia. Tais complicações incluem: sangramento, infecções, problemas cardíacos e uma internação mais longa.

Se você ingere álcool regularmente e parar de repente, poderá ter convulsões, delírio e até morrer. Se soubermos que você está correndo risco por causa desses problemas, podemos prescrever medicamentos para ajudar a evitá-los.

Veja o que você pode fazer antes da cirurgia para evitar problemas.

- Seja honesto com os profissionais de saúde sobre a quantidade de álcool que você ingere.
- Tente parar de ingerir álcool assim que sua cirurgia for

planejada. Informe seu médico imediatamente se você:

- Tiver dor de cabeça.
- Sentir náuseas (com vontade de vomitar).
- Se sentir-se mais ansioso(a) (nervoso(a) ou preocupado(a)) do que o normal.
- Não conseguir dormir.

Esses são os primeiros sinais de abstinência de álcool e podem ser tratados.

- Informe seu médico se não conseguir parar de beber.
- Faça perguntas ao seu médico sobre o consumo de álcool e cirurgia. Todas as suas informações médicas serão mantidas privadas, como sempre.

Sobre o tabagismo

Se você fuma, pode ter problemas respiratórios durante a cirurgia. Parar mesmo que seja por alguns dias antes da cirurgia pode ajudar.

Seu médico vai encaminhá-lo para o nosso [Programa de Tratamento para Fumantes](#) caso você fume. Você também pode entrar em contato com o programa ligando para 212-610-0507.

Sobre a apneia do sono

A apneia do sono é um problema respiratório comum. Se você tem apneia do sono, você para de respirar por curtos períodos de tempo enquanto dorme. O tipo mais comum é a apneia obstrutiva do sono (AOS). Com a AOS, suas vias aéreas ficam completamente bloqueadas durante o sono.

A AOS pode causar sérios problemas durante e após a cirurgia. Informe-nos se você tiver apneia do sono ou se achar que pode ter. Se você usa um respirador, como um aparelho CPAP, leve-o com você no dia da cirurgia.

Como usar o MyMSK

O MyMSK (my.mskcc.org) é o portal do paciente MSK. Você pode usá-lo para enviar e ler mensagens da equipe de cuidados, consultar resultados de exames, ver datas e horários de consultas e muito mais. Também é possível sugerir que o cuidador tenha uma conta, assim ele poderá consultar informações sobre seus cuidados.

Se você ainda não tem uma conta do MyMSK, pode se cadastrar em my.mskcc.org. Para obter a ID de inscrição, ligue no telefone 646-227-2593 ou para o consultório de seu médico.

Assista *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymask-patient-portal) para saber mais. Você também pode entrar em contato com a Central de Ajuda do MyMSK pelo e-mail mymask@mskcc.org ou ligando para 800-248-0593.

Pergunte sobre medicamentos

Recomendamos tomar um medicamento para ajudá-lo a conseguir ter uma ereção. Ela serve para promover o fluxo sanguíneo para o pênis, a fim de manter esses tecidos saudáveis.

A maioria das empresas seguradoras, incluindo a Medicare, não cobre prescrições de citrato de sildenafil (Viagra®) ou

tadalafila (Cialis®). Verifique com seu plano de saúde antes da cirurgia para ver o que sua apólice cobre. Se esses medicamentos não estiverem cobertos, opções acessíveis podem estar disponíveis. Fale com seu médico e enfermeiro para iniciar esse processo antes da cirurgia.

Dentro de 30 dias da cirurgia

Exames pré-operatórios (PST)

Você terá uma consulta pré-operatória antes da cirurgia. Você receberá um lembrete do consultório do cirurgião com a data, a hora e o local da consulta.

Você pode se alimentar e tomar seus medicamentos habituais no dia da consulta pré-operatória.

É útil trazer os seguintes itens para sua consulta:

- Uma lista de todos os medicamentos que você está tomando, tanto os medicamentos prescritos quanto os vendidos sem receita, adesivos e cremes.
- Resultados de todos os exames anteriores, feitos fora do MSK, se você tiver. Alguns exemplos são teste de estresse cardíaco, ecocardiograma ou estudo com doppler carotídeo.
- Os nomes e números de telefone dos seus profissionais de saúde.

Você se reunirá com um(a) profissional especializado(a) durante a consulta pré-operatória. Ele(a) trabalha em estreita colaboração com o anestesilogista do MSK. É um(a) médico(a) com treinamento especial no uso de anestesia durante uma cirurgia ou procedimento.

O(A) profissional especializado(a) analisará seu histórico médico e cirúrgico com você. Talvez você precise fazer exames para planejar seus cuidados, tais como:

- Um eletrocardiograma (ECG) para verificar seu ritmo cardíaco.
- Uma radiografia de tórax.
- Exames de sangue.

O(A) profissional especializado(a) poderá recomendar que você consulte outros profissionais de saúde. Também conversará com você sobre quais medicamentos você deve tomar na manhã da sua cirurgia.

Identifique seu cuidador

Seu cuidador tem um papel importante em seus cuidados. Antes de sua cirurgia, você e seu cuidador aprenderão sobre sua cirurgia com seus profissionais de saúde. Após a cirurgia, seu cuidador o levará para casa quando você receber alta. Ele também o ajudará a cuidar de si mesmo em casa.

Para os cuidadores



Cuidar de uma pessoa que passa por um tratamento de câncer traz muitas responsabilidades.

Oferecemos recursos e suporte para ajudar a

administrá-las. Acesse www.msk.org/caregivers ou

leia *A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers) para saber mais.

Preencha o formulário Health Care Proxy (procuração para cuidados de saúde)

Se você ainda não preencheu um formulário Health Care Proxy (procuração para cuidados de saúde), recomendamos que preencha um agora. Se já preencheu um ou tem outras instruções antecipadas, leve-os para sua próxima consulta.

O formulário Health Care Proxy (procuração para cuidados de saúde) é um documento legal. Ele identifica a pessoa que falará por você caso não possa se comunicar por si mesmo. Essa pessoa é chamada de seu Agente de Assistência Médica.

- Para saber sobre formulários Health Care Proxy (procuração para cuidados de saúde) e outras diretrizes antecipadas, leia *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning).
- Para saber sobre um agente de assistência médica, leia *How to Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent).

Fale com um membro da equipe de cuidados se tiver dúvidas sobre o preenchimento do formulário Health Care Proxy (procuração para cuidados de saúde).

Banco de esperma

Esta cirurgia vai deixar você infértil. Embora você ainda possa ter um orgasmo, não poderá produzir o esperma necessário para ter filhos biológicos. Você deve considerar o banco de esperma antes da cirurgia. Peça mais informações sobre este processo ao seu enfermeiro.

Para saber mais, leia *Building Your Family After Cancer*

Treatment: For People Born With Testicles

(www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles) e *Sperm Banking* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking).

Programa de medicina sexual e reprodutiva masculina

A maioria das pessoas terá dificuldade em conseguir ter uma ereção logo após a cirurgia. Considere fazer uma consulta com um especialista para discutir os efeitos dessa cirurgia sobre sua saúde sexual. Você pode falar com o Programa de medicina sexual e reprodutiva masculina do MSK pelo telefone 646-888-6024.

Faça exercícios de respiração e tosse

Pratique respirar fundo e tossir antes da cirurgia. Seu médico lhe dará um espirômetro de incentivo para ajudar a expandir os pulmões. Para saber mais, leia *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer).

Faça atividades físicas

As atividades físicas ajudarão seu corpo a entrar em sua melhor condição para a cirurgia. Também tornará sua recuperação mais rápida e fácil.

Tente fazer atividades físicas todos os dias. Escolha uma atividade que faça seu coração bater mais rápido, como caminhar, nadar ou andar de bicicleta. Se estiver frio ao ar livre, use escadas em sua casa ou vá a um shopping center.

Siga uma alimentação saudável

Siga uma alimentação bem equilibrada e saudável antes de sua

cirurgia. Se precisar de ajuda com a alimentação, converse com seu médico sobre uma consulta com um nutricionista clínico.

Faça exercícios para fortalecer os músculos do assoalho pélvico (Kegel)

Esses exercícios fortalecerão os músculos que ficarão enfraquecidos pela cirurgia. Pratique os exercícios de Kegel antes da cirurgia para saber como deve se sentir. Para saber mais, leia *Pelvic Floor Muscle (Kegel) Exercises for Males* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males).



Não faça exercícios para o músculo do assoalho pélvico (Kegel) enquanto estiver com um cateter de Foley.

Compre uma solução antisséptica de limpeza de pele de gluconato de clorexidina (CHG) a 4%, como Hibiclens®

A solução de CHG a 4% é um limpador de pele que mata os germes por 24 horas após o uso. Tomar banho com isso antes da cirurgia ajudará a diminuir o risco de infecção após a cirurgia. Você pode comprar uma solução antisséptica de limpeza de pele de CHG a 4% na farmácia local sem receita médica.

Compre um laxante salino, como o laxante salino Fleet®

Você também precisa comprar um laxante salino para a preparação intestinal. Você pode comprar isso na farmácia local sem receita médica.

7 dias antes da cirurgia

Siga as instruções do seu médico para tomar aspirina

A aspirina pode causar hemorragia. Se você toma aspirina ou

um medicamento que contém aspirina, pode ser necessário alterar sua dose ou parar de tomá-la 7 dias antes da cirurgia. Siga as instruções do seu médico. **Não pare de tomar aspirina, a menos que ele instrua você a fazê-lo.**

Para saber mais, leia *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).

Pare de tomar vitamina E, multivitaminas, remédios de ervas e outros suplementos alimentares

Vitamina E, multivitaminas, remédios de ervas e outros suplementos alimentares podem causar sangramento. Pare de tomá-los 7 dias antes da cirurgia. Se o seu médico lhe der outras instruções, siga-as.

Para saber mais, leia *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

2 dias antes da cirurgia

Pare de tomar anti-inflamatórios não esteroides (AINEs)

AINEs, como ibuprofeno (Advil[®] e Motrin[®]) e naproxeno (Aleve[®]) podem causar sangramento. Pare de tomá-los 2 dias antes da cirurgia. Se o seu médico lhe der outras instruções, siga-as.

Para saber mais, leia *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).

[medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](#)).

1 dia antes da cirurgia

Siga uma dieta leve

Siga uma dieta leve antes da cirurgia. Uma dieta leve inclui itens como um sanduíche pequeno, ovos, torradas, biscoitos salgados ou sopa. Limite a quantidade de produtos lácteos que come e bebe. Evite frituras e alimentos com muito tempero.

Faça sua preparação intestinal

Na noite anterior à cirurgia, use um laxativo salino. Siga as instruções da bula.

Observe a hora da sua cirurgia

Um membro da equipe ligará para você após as 14h do dia anterior à cirurgia. Se sua cirurgia estiver marcada para uma segunda-feira, eles ligarão para você na sexta-feira anterior. Se não receber uma ligação até as 19h, ligue para 212-639-5014.

O membro da equipe lhe dirá a que horas chegar ao hospital para a cirurgia. Ele também vai lembrá-lo para onde ir.

Banho com solução antisséptica de limpeza de pele de CHG a 4%, como Hibiclens

Banho com solução antisséptica de limpeza de pele de CHG a 4% antes de ir para a cama, na noite anterior à cirurgia.

1. Lave o cabelo com seu xampu e condicionador habituais. Lave bem a cabeça.
2. Lave o rosto e a área genital (virilha) com o sabonete habitual. Enxágue bem o corpo com água morna.

3. Abra o frasco da solução de CHG a 4%. Despeje um pouco na mão ou em um pano limpo.
4. Afaste-se do jato do chuveiro. Esfregue a solução de CHG a 4% suavemente sobre o corpo, do pescoço aos pés. Não coloque no rosto ou na área genital.
5. Volte para o jato do chuveiro para enxaguar a solução de CHG a 4%. Use água morna.
6. Seque-se com uma toalha limpa.

Não coloque loção, creme, desodorante, maquiagem, pó, perfume ou colônia após o banho.

Instruções sobre alimentação e ingestão de bebidas: 8 horas antes do horário de chegada



- **Pare de comer 8 horas antes do horário de chegada, caso ainda não tenha parado.**
 - Seu médico pode lhe dizer para parar de comer mais cedo. Se disser, siga as instruções.
- Não coma nem beba nada 8 horas antes do horário de chegada, exceto líquidos claros:
 - Água.
 - Refrigerante.
 - Líquidos claros, como limonada, sucos de maçã e de cranberry. Não beba suco de laranja nem sucos com polpa.
 - Café puro ou chá (sem nenhum tipo de leite ou creme).

- Bebidas energéticas, como Gatorade®.
- Gelatina, como Jell-O®.

Você pode continuar bebendo-os até 2 horas antes do horário de chegada.

No dia da cirurgia

Lembre-se, a partir de 8 horas antes do horário de chegada, não coma nem beba nada, exceto os itens listados acima.

Instruções sobre a ingestão de bebidas: 2 horas antes do horário de chegada



Pare de ingerir bebidas 2 horas antes do horário de chegada. Isso inclui água.

Tome seus medicamentos conforme as instruções

Um membro da sua equipe de cuidados lhe dirá quais medicamentos tomar na manhã da cirurgia. Tome apenas esses medicamentos com um gole de água. Dependendo de quais medicamentos você toma normalmente, podem ser todos, alguns ou nenhum dos seus medicamentos matinais habituais.

Banho com solução antisséptica de limpeza de pele de CHG a 4%, como Hibiclens

Tome banho com solução antisséptica de limpeza de pele de CHG a 4% antes de sair para o hospital. Use-a da mesma maneira que você fez na noite anterior.

Não coloque loção, creme, desodorante, maquiagem, pó, perfume ou colônia após o banho.

Lembretes importantes

- Vista algo confortável e largo.
- Se você usa lentes de contato, use óculos. O uso de lentes de contato durante a cirurgia pode causar danos aos olhos.
- Não use nenhum objeto metálico. Retire todas as joias, inclusive piercings. As ferramentas usadas durante a cirurgia podem causar queimaduras se tocarem em metal.
- Deixe itens de valor em casa.

O que trazer

- Uma calça larga, como as de moletom.
- Cueca curta, 1 a 2 tamanhos maior do que você usa normalmente.
- Tênis com cadarço. Você pode ter inchaço nos pés após a cirurgia. Um tênis com cadarço pode acomodar melhor o inchaço.
- Seu dispositivo de respiração para apneia do sono (como uma máquina CPAP), se você tiver um.
- Seu espirômetro de incentivo, se você tiver um.
- Seu formulário Health Care Proxy e outras instruções antecipadas, se você as tiver preenchido.
- Seu celular e carregador.
- Apenas o dinheiro para pequenas compras, como um jornal.
- Um estojo para seus itens pessoais, se você tiver algum. Óculos, aparelhos auditivos, dentaduras, próteses, perucas e artigos religiosos são exemplos de itens pessoais.

- Este guia. Você o usará para saber como cuidar de si mesmo após a cirurgia.

Quando você estiver no hospital

Muitos membros da equipe pedirão que você diga e solete seu nome e data de nascimento. Isso é para sua segurança. Pessoas com o mesmo nome ou um nome semelhante podem fazer a cirurgia no mesmo dia.

Nós lhe daremos um avental hospitalar, roupão e meias antiderrapantes para usar quando for a hora de se trocar para a cirurgia.

Reunião com o(a) enfermeiro(a)

Você se reunirá com um(a) enfermeiro(a) antes da cirurgia. Informe a ele(a) a dose de todos os medicamentos que você tenha tomado depois da meia-noite (0:00 h) e a hora em que você os tomou. Não esqueça de incluir medicamentos prescritos e de venda livre, adesivos e cremes.

O(a) enfermeiro(a) pode colocar um acesso intravenosa (IV) em uma de suas veias, geralmente no braço ou na mão. Se ele(a) não colocar o IV, o(a) anestesista fará isso na sala de cirurgia.

Reunião com o anestesista

Você também se reunirá com um anestesista antes da cirurgia. Ele(a) vai:

- Revisar seu histórico médico com você.
- Perguntar se você teve algum problema com anestesia no passado. Isso inclui náusea (sentindo vontade de vomitar) ou dor.

- Conversar com você sobre seu conforto e segurança durante sua cirurgia.
- Conversar com você sobre o tipo de anestesia que você receberá.
- Responder a perguntas que você tiver sobre a anestesia.

O médico ou o anestesiolegista também poderá conversar com você sobre a colocação de um cateter peridural (tubo fino e flexível) na coluna (nas costas). Um cateter peridural é outra maneira de dar medicação para a dor após a cirurgia.

Preparar-se para a cirurgia

Quando chegar a hora de sua cirurgia, você precisará tirar seus óculos, aparelhos auditivos, dentaduras, dispositivos protéticos, peruca e artigos religiosos.

Você entrará caminhando na sala de cirurgia ou um membro da equipe levará você em uma maca. Um membro da equipe da sala de cirurgia vai ajudá-lo a subir na mesa de operação. A pessoa colocará botas de compressão na parte inferior de suas pernas. Elas inflam e desinflam suavemente para ajudar o fluxo sanguíneo a fluir em suas pernas.

Quando estiver confortável, seu anestesista aplicará a anestesia pelo acesso intravenoso e você adormecerá. Você também receberá líquidos pelo seu acesso intravenoso durante e após a cirurgia.

Durante a cirurgia

Depois que você estiver totalmente adormecido, a equipe de cuidados colocará um tubo de respiração pela boca até as vias

respiratórias. Isso ajudará você a respirar. Eles também colocarão um cateter urinário (Foley) na sua bexiga. Ele drenará a urina (xixi) durante a cirurgia.

O cirurgião fechará as incisões com suturas (pontos) assim que terminar a cirurgia. Talvez coloque também Steri-Strips™ (peças finas de fita adesiva) ou Dermabond® (cola cirúrgica) nas incisões. Ele vai cobrir as incisões com uma bandagem.

A equipe de cuidados geralmente retira o tubo de respiração enquanto você ainda está no centro cirúrgico.

Após a cirurgia de próstata

Esta seção vai ajudá-lo a saber o que esperar após a cirurgia. Você saberá como se recuperar com segurança de sua cirurgia, tanto no hospital quanto em casa.

Ao ler esta seção, anote as perguntas que deseja fazer ao seu médico.

O que esperar

Ao acordar após a cirurgia, você estará na Sala de Recuperação Pós-Anestésica (PACU) ou na sala de recuperação. Um enfermeiro medirá regularmente sua temperatura, pulsação, pressão arterial e níveis de oxigênio. Você poderá receber oxigênio através de um tubo que fica abaixo do nariz ou de uma máscara sobre o nariz e a boca. Você também usará botas de compressão na parte inferior das pernas.

Você usará um cateter urinário na bexiga para controlar a quantidade de urina que está produzindo. Talvez você tenha que usar um dreno Jackson-Pratt (JP) para extrair o fluido que se

acumula sob as incisões.

Você receberá analgésicos pela cânula IV. Talvez você tenha que usar uma bomba de dor chamada dispositivo de analgesia controlada pelo paciente (PCA). Para saber mais, leia *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca).

O enfermeiro vai informá-lo sobre a recuperação da cirurgia. Abaixo você encontrará exemplos de maneiras pelas quais você pode se recuperar com segurança.

- Você será encorajado a andar com a ajuda do enfermeiro ou fisioterapeuta. Daremos medicações para aliviar a dor. Caminhar ajuda a reduzir o risco de coágulos sanguíneos e pneumonia. Também ajuda a estimular seu intestino para que comece a funcionar novamente.
- Use seu espirômetro de incentivo. Isso ajudará seus pulmões a se expandirem, evitando a pneumonia. Para saber mais, leia *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer).

Perguntas frequentes

Vou sentir dor após a cirurgia?

Seu médico e enfermeiro sempre perguntarão sobre sua dor e administrarão medicações conforme necessário. Se a dor não aliviar, informe o médico ou enfermeiro.

A dor normal após a cirurgia de próstata inclui:

- Dor no abdômen próximo das incisões.

- Dores causadas por gases.
- Dor em outra parte do corpo, como costas e ombros.
- Pressão no reto, como se você precisasse defecar. A próstata fica logo acima do reto, então essa sensação é comum. Geralmente desaparece com o tempo.

Quais outros sintomas posso ter após a cirurgia?

Dores causadas por gases após sua prostatectomia assistida por videolaparoscopia ou robótica

Se você fez uma prostatectomia assistida por videolaparoscopia ou robótica, o gás usado durante a cirurgia pode causar pressão e dor em diferentes áreas do corpo, especialmente nos ombros. Isso desaparecerá depois de alguns dias. Andar ajudará seu corpo a absorver os gases mais rapidamente e reduzir a dor.

Espasmos da bexiga

Você pode ter espasmos da bexiga após a cirurgia. Estes podem parecer dores repentinas e intensas no abdômen e no pênis. Você também pode sentir uma necessidade urgente de urinar. Esses espasmos geralmente melhoram com o tempo.

Hematoma

Você terá alguns hematomas no abdômen, pênis e escroto. Isso desaparecerá dentro de 1 a 2 semanas após a cirurgia.

Inchaço

Você pode ter inchaço no abdômen por vários dias. Andar pode ajudar a aliviar os gases e o inchaço. Evite bebidas gaseificadas (efervescentes) até começar a expelir os gases.

Como posso controlar minha dor em casa?

Você ainda pode sentir dor quando for para casa e provavelmente tomará analgésicos.

Siga estas orientações para ajudar a controlar sua dor em casa.

- Tome seus medicamentos conforme indicado e conforme necessário.
- Ligue para seu médico se a medicação prescrita não aliviar sua dor.
- Não dirija ou beba álcool enquanto estiver tomando analgésicos prescritos. Alguns analgésicos prescritos podem deixá-lo atordoado (muito sonolento). O álcool pode piorar a sonolência.
- Você terá menos dor e precisará de menos analgésicos à medida que a incisão cicatriza. Um analgésico de venda livre aliviará as dores e desconforto. Paracetamol (Tylenol®) e ibuprofeno (Advil ou Motrin) são exemplos de analgésicos de venda livre.
 - Siga as instruções do seu médico para suspender a medicação analgésica prescrita.
 - Evite tomar qualquer medicação em excesso. Siga as instruções no rótulo ou do seu médico.
 - Leia os rótulos de todos os medicamentos que está tomando. Isso é muito importante se estiver tomando paracetamol. O acetaminofeno é um ingrediente presente em muitos medicamentos de venda livre e prescritos. Tomar demais pode prejudicar o fígado. Não tome mais de um medicamento que contenha paracetamol sem falar com

um membro de sua equipe de atendimento.

- O analgésico deve ajudar você a retomar suas atividades habituais. Tome o suficiente para fazer suas atividades e exercícios confortavelmente. Você poderá sentir um pouco mais de dor à medida que começa a ficar mais ativo.
- Mantenha o controle de quando você toma a medicação para a dor. Funciona melhor 30 a 45 minutos depois de tomá-la. É melhor tomá-la quando você sentir dor pela primeira vez do que esperar que a dor piore.

Alguns analgésicos prescritos, como opioides, podem causar constipação. Constipação é quando você faz cocô com menos frequência que o normal, tem dificuldade para evacuar, ou ambos.

Como posso reduzir o inchaço no meu pênis e escroto?

Você terá inchaço e hematomas no pênis e escroto. O escroto pode ficar tão grande quanto uma laranja. Isso é normal e desaparecerá gradualmente assim que o cateter for removido.

Você pode ajudar a reduzir o inchaço levantando o escroto em uma toalha enrolada quando estiver sentado ou deitado.

Também ajuda usar cuecas curtas em vez de samba-canção.

Preciso mudar minha alimentação?

Nos primeiros dias após a cirurgia, você deverá comer alimentos leves (sanduíche, iogurte, sopa e líquidos) até a primeira evacuação. Evite alimentos que podem causar gases, como feijão, brócolis, cebola, repolho e couve-flor. Depois da primeira evacuação, você poderá voltar à sua dieta regular, conforme tolerado.

Beber bastante líquido é importante enquanto o estiver com o cateter após a cirurgia. Sopas e caldos são boas opções até recuperar o apetite.

Como minha função intestinal mudará após a cirurgia?

- Talvez você não tenha evacuações por até 5 dias após a cirurgia. Isto é normal.
- Se você estiver com gases e não tiver evacuado na segunda noite em que voltar do hospital, tome MiraLAX até que as evacuações voltem ao normal.
- Se você não tiver evacuado em 4 dias, ligue para o médico ou enfermeiro.
- Se você não tiver eliminado os gases em 2 dias, ligue para seu médico.
- Não use laxante ou supositório por pelo menos 6 semanas após a cirurgia.

Como posso evitar a constipação?

- Tome 1 cápsula de docusato de sódio (Colace[®]) 3 vezes ao dia. É um amolecedor de fezes com poucos efeitos colaterais.
- Caminhar pode ajudar a estimular seus intestinos para que comecem a funcionar novamente.
- Beba 8 copos (2 litros) de líquidos diariamente. Beba água, sucos, sopas, shakes de sorvete e outras bebidas que não contenham cafeína. Bebidas com cafeína, como café e refrigerante, puxam o líquido para fora do corpo.
- Aumente lentamente as fibras em sua alimentação para 25 a 35 gramas por dia. Frutas, legumes, grãos integrais e cereais

contêm fibras. Se você fez uma ostomia ou uma cirurgia intestinal recentemente, consulte seu médico ou enfermeiro antes de fazer qualquer alteração em sua alimentação.

Posso tomar banho?

Sim. Você pode tomar banho 24 horas após a cirurgia. Tomar um banho quente é relaxante e pode ajudar a diminuir as dores musculares. Use sabonete ao tomar banho e lave suavemente a incisão. Seque as áreas com uma toalha após o banho e deixe sua incisão descoberta (a menos que haja drenagem). Ligue para seu médico se perceber qualquer vermelhidão ou drenagem na incisão.

Não tome banhos de banheira até conversar com seu médico na primeira consulta após a cirurgia.

Como cuidar das minhas incisões?

O local da incisão dependerá do tipo de cirurgia que você fez. É normal que a pele abaixo da incisão fique dormente, porque alguns dos nervos foram cortados. A dormência desaparecerá com o tempo.

- No momento em que você estiver pronto para sair do hospital, sua incisão cirúrgica terá começado a cicatrizar.
- Você deve examinar a incisão com o enfermeiro antes de sair do hospital para saber como ela está.
- Se estiver escorrendo líquido da incisão, você deverá anotar a quantidade e a cor. Ligue para o consultório do seu médico e fale com o enfermeiro caso haja drenagem da incisão.

Troque seus curativos pelo menos uma vez por dia e com mais

frequência se ficarem úmidos com a drenagem. Quando não houver mais drenagem proveniente da incisão, ela pode ser deixada descoberta.

Se você for para casa com Steri-Strips na incisão, elas se soltarão e cairão sozinhas. Se não caírem em 10 dias, você poderá removê-las.

Se você for para casa com cola sobre as suturas, ela também se soltará e descascará por conta própria, da mesma forma que as Steri-Strips. Não pegue na cola ou tente retirá-la.

Quando é seguro voltar a dirigir?

Você pode voltar a dirigir quando o cateter for removido, desde que não esteja tomando analgésicos que possam deixá-lo sonolento.

Não ande de bicicleta ou moto por 3 meses após a cirurgia.

Quais exercícios eu posso fazer?

Os exercícios ajudarão a fortalecer e se sentir melhor. Andar e subir escadas são excelentes formas de exercícios. Aumente gradualmente a distância que você anda. Suba as escadas lentamente, descansando ou parando conforme necessário. Pergunte ao seu médico ou enfermeiro antes de iniciar exercícios mais intensos.

Quando posso levantar objetos pesados?

Verifique com seu médico antes de fazer qualquer levantamento de peso. Normalmente, você não deve levantar nada mais pesado do que 4,5 kg durante pelo menos 6 semanas após a cirurgia. Pergunte ao seu médico por quanto tempo você deve

evitar levantar pesos.

Usarei algum tubo ou dreno quando for para casa?

Cateter urinário

Quando você for para casa, ainda usará o cateter urinário (veja a Figura 5). O enfermeiro ensinará como cuidar dele e lhe dará produtos para levar para casa. O cateter geralmente é removido 7 a 14 dias após a cirurgia. Cuidar do cateter é uma parte importante de cuidar de si mesmo após a cirurgia. Para saber mais, leia *About Your Urinary (Foley) Catheter: How To Clean and Care for It* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter).

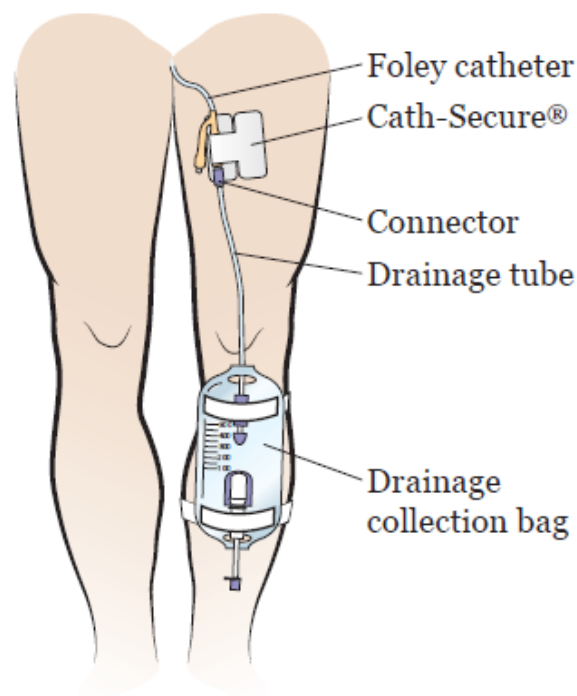


Imagem 5. Cateter urinário (Foley)

Você poderá ter sangue, pedaços de tecido fibroso e coágulos de sangue na urina enquanto estiver com o cateter. Isto é normal. Isso acontece porque as incisões (cortes cirúrgicos) dentro do seu corpo estão cicatrizando e as crostas estão saindo. Beba 1

copo de água (250 ml) a cada hora enquanto estiver acordado para ajudar a expelir o sangue.

Você também pode ter sangue ou urina saindo da ponta do pênis ao redor do cateter quando estiver andando ou defecando. Desde que você esteja vendo a urina indo para a bolsa de drenagem, isso é normal. Se você não vir urina na bolsa de drenagem, ligue para seu médico.

Mantenha a ponta do pênis limpa e seca. Aplique gel lubrificante que o enfermeiro lhe deu ao redor da ponta do pênis. Isso evitará a irritação.

Cuidados com o pênis não circuncidado

Após a cirurgia, você pode puxar o prepúcio (a pele solta que cobre a cabeça do pênis) para limpar ou lubrificar a ponta do pênis. **Sempre coloque o prepúcio sobre a cabeça do pênis após limpar ou lubrificar.**

Se você deixar o prepúcio puxado para trás, ele poderá ficar preso atrás da cabeça do pênis e impedirá que o sangue flua pelo pênis. Colocá-lo de volta sobre a cabeça do pênis evitará problemas graves.

O que devo esperar depois que meu cateter for removido?

Durante 2 dias após a remoção do cateter, a bexiga e a uretra ficarão fracas. Não empurre nem faça esforço para urinar. Deixe a urina passar sozinha. Não se esforce para defecar.

Existem instruções especiais a serem seguidas após a remoção do meu cateter?

Após a remoção do cateter, você deverá diminuir a ingestão

diária de líquidos para o que normalmente bebe. Você precisa beber de 4 a 6 copos (250 ml) de líquidos diariamente.

- Limite a quantidade de líquidos que você bebe depois das 19h e esvazie a bexiga antes de ir para a cama. Isso pode evitar que você tenha que se levantar à noite.
- Limite a quantidade de álcool e líquidos com cafeína que você bebe se estiver com muita perda de urina.
- Converse com seu provedor de assistência médica antes de retomar seus exercícios de Kegel.

Após a remoção do cateter, ligue para seu médico ou enfermeiro se você:

- Não conseguir urinar.
- Apresentar dor intensa (muito forte) na parte inferior do abdômen ao urinar.

Vou ter problemas para controlar minha urina?

Os músculos que retêm a urina na bexiga ficarão fracos após a remoção da próstata. É por isso que você pode ter problemas para controlar a urina.

Outros motivos pelos quais você pode ter perda urinária incluem:

- Sua bexiga está cheia
- Você está cansado.
- Você bebeu álcool ou bebidas com cafeína.

Pode levar vários meses para recuperar o controle total de sua

bexiga.

Depois que o cateter for removido, você poderá fazer exercícios para fortalecer os músculos. São os exercícios dos músculos do assoalho pélvico (Kegel) que você praticou antes da cirurgia.

Você também pode ter perda de urina após a remoção do cateter. Isso vai diminuir lentamente com o tempo. Você pode ter alguma perda ao fazer esforço, tossir ou levantar objetos. Isso é chamado de incontinência urinária de esforço.

No início, você pode notar que seu controle da bexiga é melhor à noite. Isso ocorre porque há menos pressão na bexiga quando você está deitado. Nos primeiros meses após a cirurgia, você pode sentir que precisa urinar com frequência. Sua bexiga levará algum tempo para se expandir depois de ser mantida vazia pelo cateter.

Para a maioria das pessoas, o controle urinário não será um problema. Sua força muscular continuará a melhorar por até 12 meses após a cirurgia. Se após 12 meses você ainda estiver tendo problemas para controlar sua urina, converse com seu cirurgião. Procedimentos cirúrgicos como um sling uretral ou um esfíncter urinário artificial podem ajudar. Acesse o site da National Association for Continence www.nafc.org para obter mais informações.



Ligue imediatamente para seu médico se tiver dor intensa na parte inferior do abdômen ao urinar ou se não conseguir urinar. Talvez seja necessário colocar o cateter de volta.

Quando posso voltar a trabalhar?

A maioria das pessoas pode retornar ao trabalho cerca de 2 a 4 semanas após a cirurgia. Você pode se sentir confortável com o trabalho de mesa ou no escritório assim que o cateter for retirado. Se seu trabalho exige atividade física intensa, talvez você precise de mais tempo para se recuperar. Converse com seu cirurgião sobre quando será seguro retornar ao trabalho.

Quando posso retomar a atividade sexual?

Você pode retomar a atividade sexual após a remoção do cateter urinário.

Vou conseguir ter uma ereção?

A disfunção erétil, geralmente chamada de DE, significa não conseguir ter uma ereção. Após a cirurgia de próstata, levará tempo (semanas a meses) para que sua função erétil se recupere. Nas primeiras semanas após a remoção do cateter, talvez você não consiga ter ereções fortes o suficiente para ter relações sexuais, mesmo com o uso de medicações como o citrato de sildenafil (Viagra). A equipe de atendimento médico conversará com você sobre suas opções para tentar melhorar sua capacidade de ter uma ereção.

Quais são as minhas opções para tratar a ED?

Recomendamos tomar medicações para ED diariamente. Ela serve para promover o fluxo sanguíneo para o pênis para manter esses tecidos saudáveis.

Muitas empresas seguradoras não cobrem prescrições de citrato de sildenafil (Viagra). Verifique com seu plano de saúde antes da cirurgia para ver o que sua apólice cobre.

Seu médico ou enfermeiro dará informações sobre seu plano de medicação. Continue seguindo este plano até procurar seu cirurgião durante a consulta pós-operatória.

Seu plano pode ser um dos seguintes:

Medicação	Dose normal	Dose recomendada
Citrato de sildenafil (Viagra)	Tome 25 mg 6 noites por semana. Para fazer a dose de 25 mg, divida um comprimido de 100 mg em 4 partes. Use um cortador de pílulas da sua farmácia local.	Tome 100 mg 1 noite por semana.
citrato de sildenafil (genérico)	Tome 1 comprimido (20 mg) 6 noites por semana.	Tome 5 comprimidos (20 mg) 1 noite por semana. Isso dá um total de 100 mg.
tadalafila (Cialis) comprimidos de 20 mg	Tome 1 comprimido (20 mg) em dias alternados.	Não tome a dose recomendada. Uma dose de 20 mg de tadalafila (Cialis) é a dose mais alta que você deve tomar.
tadalafila (Cialis) comprimidos de 5 mg	Tome 1 comprimido (5 mg) 6 noites por semana.	Tome 4 comprimidos (5 mg) 1 noite por semana. Isso dá um total de 20 mg.

Sobre a dose recomendada

- Quando tomar a dose recomendada, tome a medicação com o estômago vazio. Tome-a cerca de 2 horas antes da sua refeição da noite.
- A medicação leva de 30 a 60 minutos para começar a funcionar. Ela permanecerá em seu sistema por até 8 horas. A qualquer momento durante essas 8 horas, tente ficar sexualmente excitado através do contato com o parceiro(a) ou consigo mesmo. Anote o que aconteceu e informe seu médico na próxima consulta.
- Se você não teve nenhuma resposta após tentar a dose recomendada por 4 semanas, ligue para o consultório do seu médico. Seu médico poderá encaminhá-lo para nossa equipe de medicina sexual.

E se os comprimidos não estiverem funcionando?

Talvez você não consiga ter ereções fortes o suficiente para ter relações sexuais imediatamente, mesmo com comprimidos como o Viagra. Isso levará tempo. Tomar a medicação prescrita pelo médico pode ajudar a melhorar sua capacidade de ter uma ereção, mas pode não funcionar para todos.

Se a medicação não funcionar, há outras coisas que você pode fazer para ter uma ereção.

Se tiver interesse em conhecer outras opções de tratamento para disfunção erétil, marque uma consulta com nosso [Programa de Medicina Sexual e Reprodutiva Masculina](#) ligando para 646-888-6024.

Quando receberei meus resultados de patologia?

Seu cirurgião receberá seus resultados 10 a 14 dias após a

cirurgia. Se você não receber um telefonema após 14 dias, ligue para o consultório do seu cirurgião.

Sobre o que devo falar com meu médico?

- Seu relatório final de patologia.
- Seus resultados de PSA.
- Quaisquer problemas com sua recuperação.
- Qualquer outro tratamento que você possa precisar.

Que tipo de cuidados de acompanhamento vou precisar?

Você precisará fazer exames de sangue do antígeno prostático específico (PSA) após a cirurgia. O PSA é uma proteína normal produzida pela próstata. Os níveis de PSA geralmente aumentam quando o câncer está presente. Se o câncer foi completamente removido, o nível de PSA não deve ser detectável.

- Faça um exame de sangue de PSA nos seguintes momentos:
 - 6 a 8 semanas após a cirurgia.
 - 3 a 6 meses após a cirurgia.
 - 12 meses após a cirurgia.
- A partir de 12 meses após a cirurgia, faça um exame de sangue de PSA a cada 6 meses. Faça isso até 5 anos após a cirurgia.
- A partir de 5 anos após a cirurgia, faça um exame de sangue de PSA a cada 12 meses. Faça isso durante toda a vida.
- Seu médico pode pedir que você faça exames de sangue de PSA com mais frequência. Se ele fizer isso, o enfermeiro lhe

dará mais informações.

Se possível, faça seu exame de sangue de PSA em uma unidade do MSK. Se não puder fazê-lo em uma unidade do MSK, poderá ir a um consultório médico mais próximo de onde você mora. Envie os resultados por fax para o consultório do seu médico no MSK.

Posso continuar no MSK para fazer meu acompanhamento?

Sim. Oferecemos cuidados de acompanhamento abrangentes para homens que foram tratados aqui por câncer de próstata em nosso Programa de Sobrevivência. Seu médico vai ajudá-lo a decidir quando você estiver pronto para esta etapa. O programa ajudará você a se recuperar dos efeitos físicos e emocionais do câncer de próstata, assim como a observar quaisquer sinais de recidiva do câncer.

Um enfermeiro trabalhará em estreita colaboração com seu médico e será responsável pelos seus cuidados. O enfermeiro é membro da equipe de tratamento do câncer de próstata no MSK e especialista no atendimento de sobreviventes de câncer. Seu enfermeiro vai:

- Procurar sinais de retorno do câncer.
- Gerenciar quaisquer efeitos do tratamento, como dor e fadiga.
- Recomendar exames de tomografia para outros tipos de câncer.
- Aconselhar sobre como ter um estilo de vida saudável, como alimentação, exercícios e parar de fumar.

Durante as consultas com seu enfermeiro, você vai:

- Conversar sobre seu histórico médico.
- Fazer um exame físico.
- Solicitar exames, como raio X, tomografias e exames de sangue.
- Encaminhe para outros médicos, se necessário.
- Prescrever medicação, se necessário.

Fale com seu médico ou enfermeiro ou acesse nosso Centro de sobrevivência online em www.mskcc.org/experience/living-beyond-cancer/survivorship/adult-survivorship para saber mais.

Como posso lidar com meus sentimentos?

Após a cirurgia de uma doença grave, talvez você tenha sensações novas e de inquietação. Muitas pessoas dizem que se sentiram chorosas, tristes, preocupadas, nervosas, irritadas e com raiva uma vez ou outra. Talvez você ache que não vai conseguir controlar alguns desses sentimentos. Se isso acontecer, é uma boa ideia buscar apoio emocional.

O primeiro passo para lidar com isso é falar sobre como você se sente. Familiares e amigos podem ajudar. Seu enfermeiro, médico e assistente social podem tranquilizá-lo, apoiá-lo e orientá-lo. É sempre uma boa ideia informar a esses profissionais como você, sua família e seus amigos estão se sentindo emocionalmente. Muitos recursos estão disponíveis para os pacientes e suas famílias. Se você estiver no hospital ou em casa, os enfermeiros, médicos e assistentes sociais estão

aqui para ajudar você, sua família e amigos a lidar com os aspectos emocionais da doença.

Quando ligar para seu médico

Ligue para seu provedor de assistência médica imediatamente se:

- Tiver febre de 38,3 °C (101 °F) ou superior.
- Tiver dor intensa na parte inferior do abdômen (barriga) ao urinar.
- Não conseguir urinar.
- Tiver inchaço ou sensibilidade nas panturrilhas ou coxas, especialmente se uma perna estiver mais inchada que a outra.
- Tiver falta de ar ou tossir sangue.

Informações de contato

Se você tiver dúvidas ou preocupações, fale com seu médico. Um membro da sua equipe de atendimento atenderá de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h. Fora desse horário, você pode deixar uma mensagem ou falar com outro médico do MSK. Sempre haverá um médico ou enfermeiro de plantão.

Se você não tiver certeza de como entrar em contato com seu médico, ligue para 212-639-2000.

Serviços de apoio

Esta seção contém uma lista de serviços de suporte. Eles podem ajudá-lo a se preparar para a cirurgia e se recuperar depois dela.

Ao ler esta seção, anote as perguntas que deseja fazer ao seu médico.

Serviços de apoio do MSK

Escritório de Internações

212-639-7606

Ligue se tiver dúvidas sobre sua internação no hospital, como solicitar um quarto privativo.

Anestesia

212-639-6840

Ligue se tiver dúvidas sobre [anestesia](#).

Sala de Doação de Sangue

212-639-7643

Ligue para obter informações se estiver interessado em [doar sangue ou plaquetas](#).

Bobst International Center

332-699-7968

Recebemos pacientes de todo o mundo e [oferecemos vários serviços](#) para auxiliar. Se você é um(a) paciente internacional, peça ajuda para organizar seus cuidados.

Centro de Orientação

www.msk.org/counseling

646-888-0200

Muitas pessoas acham que o acompanhamento psicológico as ajuda. Nosso Centro de Orientação oferece orientações para indivíduos, casais, famílias e grupos. Também podemos prescrever medicamentos para ajudar se você se sentir ansioso(a) ou deprimido(a). Peça um encaminhamento a um

membro de sua equipe de cuidados ou ligue para o número acima para marcar uma consulta.

Programa de Distribuição de Alimentos

646-888-8055

Oferecemos alimentos para pessoas necessitadas durante o tratamento do câncer. Fale com um membro de sua equipe de cuidados ou ligue para o número acima para saber mais.

Serviço de Medicina Integrativa

www.msk.org/integrativemedicine

Nosso Serviço de Medicina Integrativa do MSK oferece aos pacientes muitos serviços para complementar o cuidado médico tradicional. Por exemplo, fornecemos musicoterapia, terapias para mente/corpo, terapia da dança e movimento, ioga e terapia do toque. Ligue para 646-449-1010 para marcar uma consulta para esses serviços.

Você também pode marcar uma consulta com um profissional de saúde no Serviço de Medicina Integrativa. Eles trabalharão com você para elaborar um plano para criar um estilo de vida saudável e gerenciar os efeitos colaterais. Ligue para 646-608-8550 para marcar uma consulta.

Biblioteca do MSK

library.mskcc.org

212-639-7439

Você pode visitar o site da nossa biblioteca ou falar com a equipe de referência da biblioteca. Eles podem ajudar você a encontrar mais informações sobre algum tipo de câncer. Você também pode visitar o [Guia de Educação do Consumidor de](#)

Cuidados de Saúde e Pacientes da biblioteca.

Serviços de Nutrição

www.msk.org/nutrition

212-639-7312

Nosso Serviço de Nutrição oferece aconselhamento nutricional com um de nossos nutricionistas clínicos. Seu nutricionista clínico conversará com você sobre seus hábitos alimentares. Ele também poderá orientá-lo sobre o que comer durante e após o tratamento. Peça um encaminhamento a um membro de sua equipe de cuidados ou ligue para o número acima para marcar uma consulta.

Educação para Pacientes e Comunidade

www.msk.org/pe

Visite nosso site de Educação para Pacientes e Comunidade para pesquisar recursos educacionais, vídeos e programas online.

Cobrança do Paciente

646-227-3378

Ligue se tiver dúvidas sobre a pré-autorização com sua seguradora. Isso também é chamado de pré-aprovação.

Escritório de Representação do Paciente

212-639-7202

Ligue se tiver dúvidas sobre o formulário Health Care Proxy ou se tiver dúvidas sobre o seu tratamento.

Enfermeira de Ligação Perioperatória

212-639-5935

Ligue se tiver dúvidas sobre o MSK divulgar qualquer

informação durante a cirurgia.

Enfermeiros e acompanhantes particulares

917-862-6373

Você pode solicitar enfermeiros ou acompanhantes particulares para cuidar de você no hospital e em casa. Ligue para saber mais.

Serviços de Reabilitação

www.msk.org/rehabilitation

O câncer e os tratamentos contra o câncer podem fazer você sentir seu corpo enfraquecido, tenso ou rígido. Alguns podem produzir linfedema (inchaço). Nossos fisiatras (médicos especializados em reabilitação), terapeutas ocupacionais (TOs) e fisioterapeutas (FTs) podem ajudar você a voltar às suas atividades normais.

- **Os médicos especializados em reabilitação** diagnosticam e tratam problemas que afetam a maneira como você se movimenta e faz suas atividades. Eles podem projetar e ajudar a coordenar seu programa de terapia de reabilitação, seja no MSK ou em algum lugar próximo da sua casa. Ligue para a Medicina de Reabilitação (Fisiatria) no número 646-888-1929.
- Um **TO** pode ajudar caso você esteja com dificuldades de realizar suas atividades normais. Por exemplo, ele pode recomendar ferramentas que facilitem suas tarefas diárias. Um **FT** pode ensinar exercícios que ajudem a aumentar a força e a flexibilidade. Ligue para a Terapia de Reabilitação no número 646-888-1900 para saber mais.

Programa de Recursos para a Vida Após o Câncer (RLAC)

646-888-8106

No MSK, o cuidado não termina após o tratamento. O Programa RVAC é para pacientes que concluíram o tratamento e seus familiares.

Esse programa tem muitos serviços. Oferecemos seminários, workshops, grupos de apoio e orientação sobre a vida após o tratamento. Também podemos ajudar com questões de seguro e emprego.

Programas de Medicina Sexual

O câncer e os tratamentos contra o câncer podem afetar sua saúde sexual, fertilidade ou ambos. Os programas de saúde sexual do MSK podem ajudar você antes, durante ou após o tratamento.

- Nosso [Programa de Medicina Sexual Feminina e Saúde da Mulher](#) pode ajudar com problemas de saúde sexual, como menopausa prematura ou problemas de fertilidade. Peça um encaminhamento a um membro de sua equipe de cuidados do MSK ou ligue para 646-888-5076 para saber mais.
- Nosso [Programa de Medicina Sexual e Reprodutiva Masculina](#) pode ajudar com problemas de saúde sexual relacionados ao câncer, como disfunção erétil (DE). Peça um encaminhamento a um membro de sua equipe de cuidados ou ligue para 646-888-6024 para saber mais.

Assistência Social

www.msk.org/socialwork

212-639-7020

Assistentes sociais ajudam pacientes, familiares e amigos a lidar com problemas comuns para pessoas com câncer. Eles oferecem aconselhamento individual e grupos de apoio durante todo o tratamento. Eles podem ajudar você a se comunicar com crianças e outros membros da família.

Nossos assistentes sociais também podem ajudar a encaminhar você para agências e programas comunitários. Se você estiver com problemas para pagar suas contas, eles também têm informações sobre recursos financeiros. Ligue para o número acima para saber mais.

Cuidado Espiritual

212-639-5982

Nossos capelães (conselheiros espirituais) estão disponíveis para ouvir, ajudar a apoiar os membros da família e orar. Eles podem entrar em contato com o clero da comunidade ou grupos religiosos, ou simplesmente ser uma companhia reconfortante e uma presença espiritual. Qualquer pessoa pode solicitar [apoio espiritual](#). Você não precisa ter uma afiliação religiosa (conexão com uma religião).

A capela inter-religiosa do MSK está localizada perto do saguão principal do Memorial Hospital. Ela fica aberta 24 horas por dia. Em caso de emergência, ligue para 212-639-2000. Pergunte pelo capelão de plantão.

Programa de Tratamento para Fumantes

www.msk.org/tobacco

212-610-0507

Se você deseja parar de fumar, o MSK tem especialistas que

podem ajudar. Ligue para saber mais.

Programas virtuais

www.msk.org/vp

Oferecemos educação e suporte online para pacientes e cuidadores. São sessões ao vivo em que você pode falar ou apenas ouvir. Você pode saber mais sobre seu diagnóstico, o que esperar durante o tratamento e como se preparar para o tratamento do câncer.

As sessões são privadas, gratuitas e conduzidas por especialistas. Acesse nosso site para saber mais sobre os Programas Virtuais ou para se cadastrar.

Serviços de suporte externo

Access-A-Ride

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

877-337-2017

Em Nova York, o MTA oferece um serviço de carona compartilhada, porta a porta, para pessoas com deficiência que não podem pegar ônibus ou metrô.

Air Charity Network

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

Oferece deslocamento para os centros de tratamento.

Sociedade Americana de Combate ao Câncer (ACS)

www.cancer.org

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

Oferece uma variedade de informações e serviços, incluindo o Hope Lodge, um local gratuito para pacientes e cuidadores

ficarem durante o tratamento do câncer.

Cancer and Careers

www.cancerandcareers.org

646-929-8032

Um recurso para educação, ferramentas e eventos para funcionários com câncer.

CancerCare (*Cuidados com o câncer*)

www.cancer.org

800-813-4673

275 Seventh Avenue (Entre as ruas West 25th e 26th)

New York, NY 10001

Oferece aconselhamento, grupos de apoio, workshops educacionais, publicações e assistência financeira.

Comunidade de Apoio ao Câncer

www.cancersupportcommunity.org

Fornece apoio e educação às pessoas afetadas pelo câncer.

Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org

800-896-3650

Oferece educação e apoio para pessoas que cuidam de entes queridos com uma doença crônica ou deficiência.

Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

Oferece deslocamento gratuito para tratamento em todo o país usando assentos vazios em jatos corporativos.

Good Days

www.mygooddays.org

877-968-7233

Oferece assistência financeira para pagamento de copagamentos durante o tratamento. Os pacientes devem ter seguro médico, atender aos critérios de renda e receber medicamentos prescritos que fazem parte do formulário do Good Days.

HealthWell Foundation

www.healthwellfoundation.org

800-675-8416

Oferece assistência financeira para cobrir copagamentos, prêmios de assistência médica e franquias para determinados medicamentos e tratamentos.

Joe's House

www.joeshouse.org

877-563-7468

Oferece uma lista de lugares para ficar perto de centros de tratamento para pessoas com câncer e suas famílias.

LGBT Cancer Project

www.lgbtcancer.com

Oferece apoio e defesa para a comunidade LGBT, incluindo grupos de apoio online e uma base de dados de ensaios clínicos adaptados a LGBTs.

LIVESTRONG Fertility

www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services

855-744-7777

Oferece informações sobre reprodução e apoio a pacientes com câncer e sobreviventes cujos tratamentos médicos apresentam riscos associados à infertilidade.

Look Good Feel Better Program

www.lookgoodfeelbetter.org

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

Esse programa oferece workshops para ensinar coisas que você pode fazer para ajudar a se sentir melhor com sua aparência. Para obter mais informações ou para se inscrever em um workshop, ligue para o número acima ou acesse o site do programa.

Instituto Nacional do Câncer

www.cancer.gov

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

National LGBT Cancer Network

www.cancer-network.org

Oferece educação, treinamento e defesa para sobreviventes de câncer LGBT e os que estão em risco.

Needy Meds

www.needymeds.org

Lista os programas de assistência ao paciente para medicamentos de marca e genéricos.

NYRx

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

Oferece benefícios de prescrição para funcionários qualificados e aposentados de empregadores do setor público no estado de Nova York.

Patient Access Network (PAN) Foundation

www.panfoundation.org

866-316-7263

Fornece ajuda com copagamentos para pacientes com seguro.

Patient Advocate Foundation

www.patientadvocate.org

800-532-5274

Oferece acesso aos cuidados, assistência financeira, assistência de seguro, assistência na manutenção do emprego e acesso à lista nacional de recursos com seguro insuficiente.

Aconselhamento profissional com medicamentos

www.pparx.org

888-477-2669

Ajuda os pacientes qualificados sem cobertura de fármacos prescritos a obter medicamentos gratuitos ou de baixo custo.

Red Door Community (anteriormente conhecido como Gilda's Club)

www.reddoorcommunity.org

212-647-9700

Um lugar onde pessoas que vivem com câncer encontram apoio social e emocional por networking, oficinas, palestras e atividades sociais.

RxHope

www.rxhope.com

877-267-0517

Oferece assistência para ajudar as pessoas a obter

medicamentos que elas têm dificuldade em pagar.

Triagem do câncer

www.triagecancer.org

Oferece informações e recursos jurídicos, médico e financeiros para pacientes com câncer e cuidadores.

Serviços de apoio ao câncer de próstata

A American Urologic Association Foundation

www.auafoundation.org

866-746-4282

oferece informações gratuitas sobre doenças da próstata.

Especialista em Incontinência do MSK

646-497-9068

Se achar que precisa de uma consulta com um cirurgião urológico especializado em incontinência, converse com seu cirurgião para obter um encaminhamento.

Grupo de Apoio ao Câncer de Próstata do MSK

646-888-8106

É uma reunião mensal para homens que receberam tratamento para câncer de próstata. Ligue para obter mais informações ou para se inscrever.

A National Association for Continence

www.nafc.org

fornece informações e apoio para pessoas que lidam com incontinência.

A National Comprehensive Cancer Network (NCCN)

www.nccn.org

215-690-0300

tem informações e recursos para pessoas que vivem com câncer e seus cuidadores, incluindo grupos de apoio e de formação. A publicação *Diretrizes de câncer de próstata para pacientes* pode ser útil.

A Prostate Cancer Foundation

www.pcf.org

800-757-CURE (800-757-2873)

oferece programas de formação e apoio sobre câncer de próstata.

A US TOO

www.ustoo.org

800-808-7866

oferece programas de formação e apoio sobre câncer de próstata. As reuniões são abertas às pessoas que vivem com câncer e seus cuidadores. A US TOO tem uma newsletter mensal chamada Hotsheet.

Recursos educacionais

Esta seção lista os recursos educacionais mencionados neste guia. Eles vão ajudá-lo a se preparar para a cirurgia e se recuperar depois dela.

Ao ler estes recursos, anote as perguntas que deseja fazer ao seu médico.

- *A Guide for Caregivers* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)
- *About Your Urinary (Foley) Catheter: How To Clean and Care*

for It (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter)

- *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Building Your Family After Cancer Treatment: For People Born With Testicles* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles)
- *Call! Don't Fall!* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *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)
- *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 Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mysk-patient-portal)

- *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)
- *Pelvic Floor Muscle (Kegel) Exercises for Males* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males)
- *Sperm Banking* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/sperm-banking)
- *What You Can Do to Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Para obter mais recursos e pesquisar em nossa biblioteca virtual, acesse www.mskcc.org/pe.

About Your Prostate Surgery - Last updated on March 11, 2024

Todos os direitos são reservados e de propriedade do Memorial Sloan Kettering Cancer Center