



ПАМЯТКА ПАЦИЕНТУ И ЛИЦУ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩЕМУ УХОД ЗА ПАЦИЕНТОМ

Восстановление молочной железы с использованием пересадки ткани: Руководство по уходу после операции

Эта информация поможет вам узнать, как за собой ухаживать после операции по восстановлению молочной железы с использованием пересадки ткани. Во время этой операции используется жир, кожа и иногда мышцы, взятые с другой части вашего тела (донорский участок), чтобы создать новую молочную железу. Донорским участком может служить брюшная полость, спина, ягодицы или внутренняя часть бедра.

Этот источник предназначен для использования в качестве дополнения, а не замены бесед с вашими врачами и медсестрами (медбратьями). Некоторые материалы могут не применяться для вашего случая. Если у вас возникнут какие-либо вопросы, обязательно задайте их своему пластическому хирургу или медсестре (медбратау).

■ Чего следует ожидать после операции

После операции вы проснетесь в postanестезиологическом отделении (англ. Post-Anesthesia Care Unit, PACU). Вам:

- Будет поставлен катетер Фолея (Foley®), через который из мочевого пузыря выводится моча. Этот катетер удалят через 2 или 3 дня после операции.
- Будет установлена внутривенная линия (англ. IV). Вы будете внутривенно получать жидкости, антибиотики и обезболивающие средства. Если вам сделали восстановление с помощью свободного лоскута, то вы также можете внутривенно получать антикоагулянты. Антикоагулянты препятствуют тому, чтобы ваш организм образовывал кровяные сгустки в области проведения операции.
- Будет надета маска, увлажняющая воздух, чтобы обеспечить поступление влажного воздуха и кислорода в ваши легкие. Ею будет покрыт ваш нос и рот.
- На ноги будут надеты сапоги Venodyne®. Они аккуратно сжимают лодыжки, чтобы способствовать циркуляции крови в ногах и предотвратить образование кровяных сгустков.
- Будут поставлены небольшие пластиковые дренажи под названием дренажи Джексона-Пратта (англ. Jackson-Pratt®), которые расположены под каждым разрезом или возле него. В них собирается жидкость, которая обычно появляется вокруг разрезов после операции. Эти дренажи прикрепляются с помощью шва и обычно остаются на месте в течение 1-3 недель после операции.

Медсестры (медбратья) отделения PACU ответят на любые имеющиеся у вас вопросы. Вашей семье разрешат вас навестить в PACU в течение короткого промежутка времени. Вас отвезут в вашу палату вечером в день операции или на следующее утро после операции.

Если вам сделали восстановление с помощью свободного лоскута, врачи и медсестры (медбратья) будут вести наблюдение за кровоснабжением к восстановленной молочной железе, используя Доплеровский ультразвуковой аппарат. Они также будут проверять температуру и цвет лоскута. Эти обследования очень важны и будут продолжаться во время вашего пребывания в больнице.

Вы будете внутривенно получать антибиотики. После выписки из больницы вы будете принимать антибиотики перорально.

Дренажи Джексона-Пратта

Во время вашего пребывания в больнице медсестры (медбратья) и их ассистенты будут вести уход за вашими дренажами Джексона-Пратта. Многие люди уходят домой с установленными дренажами. Если вы отправитесь домой с установленными дренажами, медсестры (медбратья) вас научат, как за ним ухаживать. Вы также можете посмотреть видеоролик, в котором покажут, как ухаживать за дренажами, на сайте:

www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/resources/how-care-your-jackson-pratt-drainage-system

Ваш врач или медсестра (медбрат) удалит дренажи, когда количество дренирования за 24 часа в каждом дренаже составит менее 30 мл (1 жидкостная унция). Большинство людей описывают удаление дренажа как ощущение легкого потягивания или жжения, которое продолжается всего лишь несколько минут, и для этого обычно не потребуется принимать обезболивающее средство.

После удаления дренажей некоторое количество жидкости может продолжать вытекать из мест дренажа. Накладывайте на это место стерильную марлевую салфетку и меняйте ее, если она станет влажной. Такое дренирование является нормальным, и его можно ожидать на протяжении от 24 до 48 часов. К этому времени места дренажа обычно заживут.

Разрезы

Разрезы, проходящие по восстановленной молочной железе и донорскому участку, будут закрыты растворимыми швами. Вы можете заметить некоторое покраснение или черные и синие участки вокруг разрезов. Это нормальные признаки заживления после такого вида операции.

Пока вы будете в больнице, ваш врач или медсестра (медбрат) будет ежедневно проверять восстановленную молочную железу. Они будут менять повязку, когда это необходимо. Если потребуется, то для удержания грудной повязки на месте будет использоваться хирургический бюстгальтер или медицинская бумажная лента. Мы рекомендуем, чтобы вы смотрели на свою молочную железу и разрез во время смены повязки, это поможет вам ознакомиться с тем, как она выглядит. Перед вашей выпиской из больницы и в присутствии вашей медсестры, мы бы хотели, чтобы вы аккуратно коснулись своей новой молочной железы.

Боль и чувствительность

После операции вы будете испытывать некоторую боль и стянутость вокруг ваших разрезов. Вы можете принимать обезболивающее средство, когда оно вам понадобится. Если у вас нет насоса для контролируемой пациентом анальгезии (англ. PCA), то обязательно попросите обезболивающее средство, чтобы вы чувствовали себя комфортно. Облегчение боли также поможет вам как можно скорее стать активной.

Вы будете чувствовать некоторую стянутость, чувствительность и опухание вокруг вашей новой молочной железы и нижней части грудной клетки. Это нормальные ощущения.

Также после операции у вас появятся новые ощущения. Вы можете чувствовать, как будто вниз по руке струится вода на стороне вашей новой молочной железы. Вероятнее всего, у вас появится некоторое онемение в верхней и внутренней части руки и на донорском участке. Эти ощущения являются результатом мастэктомии, диссекции подмышечных лимфатических узлов и операции на донорском участке. Они могут длиться до года или даже дольше. Некоторая степень онемения и изменения ощущения могут быть постоянными.

Не используйте бутылку с горячей водой, грелку или горячий компресс на местах проведения операции, поскольку это может привести к ожогу. Также, по мере заживления мест проведения операции, вы можете испытывать зуд. Со временем он будет уменьшаться.

■ Уход за собой на дому

В течение приблизительно 6-8 недель ваша восстановленная молочная железа и донорский участок будут выглядеть слегка опухшими. Это вызвано процессом заживления. Постепенно их размер будет уменьшаться. Некоторое чувство стянутости является нормальным. Вашей коже на донорском участке необходимо время для растяжения. И хотя важно, чтобы вы возвращались к своей нормальной деятельности, вы должны находить баланс отдыха с деятельностью, чтобы предотвратить истощение или возникновение спазма мышц на донорском участке. Теплый душ и обезболивающее средство, которое вам прописал врач, могут помочь облегчить стянутость.

Когда вы уйдете из больницы, ваши разрезы будут покрыты марлевыми салфетками. В зависимости от операции, хирург может вас попросить носить бюстгальтер или нет. Спросите своего хирурга, следует ли вам носить бюстгальтер. Если вы носите свой собственный бюстгальтер, он должен быть:

- Удобным.
- Не слишком тесным.
- Без «косточек».

Принятие душа

В зависимости от вашей операции, возможно, вы сможете принять душ через 48 часов после операции, если дренажи покрыты прозрачной, водонепроницаемой повязкой. Возможно, вам придется подождать, пока не пройдет 48 часов после удаления дренажей. Хирург вам скажет, когда вы можете принимать душ. Когда будет безопасно принимать душ, принимайте его каждый день, чтобы помочь поддерживать чистоту ваших разрезов и мест размещения дренажей. Не принимайте ванну, пока ваши разрезы и места размещения дренажей полностью не заживут, поскольку пребывание в воде может повысить риск возникновения инфекции в течение приблизительно 6-8 недель после вашей операции.

Прежде чем войти в душ, снимите свой бюстгальтер и марлевую салфетку. Сначала проверьте температуру воды спиной или рукой, поскольку онемение может препятствовать определению тепла на пораженной области.

Мойтесь слегка теплой водой и нежным мылом без запаха. Бережно очищайте места своих разрезов и места дренажа и хорошо их ополаскивайте. Струя воды в душе не должна быть направлена на восстановленную молочную железу. Ее следует направлять на верхнюю часть спины или руку и позволять ей нежно пробегать по восстановленной молочной железе. Насухо промокните место разреза чистым полотенцем; не трите его.

Вы можете брить подмышки через 1 неделю после того, как вы отправитесь из больницы домой, и приблизительно через 2 недели после вашей операции. Пользуйтесь только электрической бритвой для бритья подмышек на пораженной стороне. Это делается для предотвращения порезов, которые вы можете не почувствовать из-за онемения. Порез может привести к инфекции.

Не используйте дезодорант, пока не наденете свой бюстгальтер. Это предотвратит попадание дезодоранта на ваш разрез и возникновение инфекции. Не применяйте дезодорант на стороне проведения операции, если там есть какие-либо трещины на коже.

После душа осторожно проверьте разрезы и места дренажа. Для этого станьте перед зеркалом в хорошо освещенной комнате. Позвоните своему пластическому хирургу или медсестре (медбрату), если вы заметите что-либо из следующего:

- Повышенное покраснение или изменение цвета вашей молочной железы, области вокруг донорского участка, или в обоих этих местах
- Повышенное опухание восстановленной молочной железы
- Новый дренаж из разрезов
- Температуру 100.4° F (38° C) или выше

Когда вы завершите проверку, положите чистую марлевую салфетку на место разреза и наденьте бюстгальтер, если вам сказали его носить.

■ **Посещение в рамках последующего наблюдения**

Ваше первое посещение после операции состоится через 1 неделю после того, как вы отправитесь из больницы домой. Это хорошее время для того, чтобы задавать любые вопросы о вашей восстановленной молочной железе или донорском участке. Вы также сможете обсудить такие моменты, как:

- Возобновление интимных отношений.
- Возвращение на работу.
- Беседы с семьей и друзьями.
- Любые другие вопросы или беспокойства.

■ **Физическая активность**

Регулярная физическая активность играет важную роль в вашем выздоровлении. Тем не менее, пока ваш врач этого не одобрит, не следует:

- Выполнять аэробные упражнения с высокой нагрузкой
- Бегать трусцой
- Поднимать тяжелые предметы
- Плавать

■ **Рекомендации относительно одежды**

Во время различных стадий восстановления вашей молочной железы, чтобы помочь создать баланс вашего внешнего вида, можно будет наполнять бюстгальтер. Одним из способов

наполнения бюстгалтера является использование мягкой подушечки для регулирования формы груди. Ее можно приобрести в бутике «Breast Boutique» в Центре молочной железы имени Эвелин Х. Лаудер (Evelyn H. Lauder Breast Center) (300 East 66th Street, 646- 888-5330). Эта подушечка для регулирования формы груди представляет собой легкий нейлоновый мешочек, размер которого можно регулировать, добавляя или убирая хлопковый наполнитель внутри него, чтобы он соответствовал другой молочной железе. Также вы можете заполнить свой бюстгалтер мягкой марлей, которую вам может дать медсестра (медбрат). Меняйте марлю часто, чтобы убедиться в том, что она всегда чистая.

Мы рекомендуем, чтобы в течение приблизительно 4-6 недель вы носили свободные блузки, топы и свитера. Вы можете попробовать носить вязаный топ темного цвета под более свободной открытой блузкой, свитером-кардиганом или блейзером. Также могут подойти топы из ткани с диагональными полосками и с ассиметричными рисунками. Шейный платок или шаль могут помочь создать баланс вашего внешнего вида.

Если у вас возникнут какие-либо вопросы или беспокойства, пожалуйста, поговорите со своим врачом, медсестрой (медбратом) или другим членом вашей команды медицинского обслуживания. Вы можете с ними связаться с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 по телефону _____. После 17:00, в выходные дни и по праздникам, позвоните, пожалуйста, по телефону _____. Если номер телефона не указан или вы не уверены, позвоните по телефону (212) 639-2000.