



Памятка пациенту и лицу, ухаживающему за ним

О процедурах выскабливания, криотерапии и операции внутрикостной фиксации

Это руководство поможет вам подготовиться к процедурам выскабливания, криотерапии и операции внутрикостной фиксации в центре Memorial Sloan Kettering (MSK). Оно также поможет вам понять, чего ожидать в процессе выздоровления.

Используйте это руководство как источник информации в дни перед операцией. Возьмите его с собой в день операции. Вы и ваша лечащая команда будете руководствоваться им для получения информации о вашем восстановлении.

Информация об операции

Выскабливание

Выскабливание — это процедура, применяемая при лечении:

- энхондромы (доброкачественной опухоли кости, расположенной в хрящевой ткани);

- КОСТНЫХ КИСТ;
- очаговых поражений низкой степени (областей патологических тканей);
- метастатического поражения костей (распространения раковой опухоли за пределы области ее образования).

Во время операции будет использоваться кюретка — хирургический инструмент, похожий на ложку для мороженого. Острые края этого инструмента позволяют выскоблить пораженные области кости.

Криотерапия

Криотерапия (также называемая криохирургией или криоабляцией) — это процедура, которую могут применять совместно с процедурой выскабливания. Они применяются для разрушения оставшихся пораженных тканей кости путем их заморозки жидким азотом.

Ваш хирург будет соблюдать крайнюю осторожность, чтобы защитить здоровые ткани кости во время удаления пораженных тканей.

Внутрикостная фиксация

Внутрикостная фиксация защищает здоровые кости от повреждений во время этих процедур. Она также помогает зафиксировать кости в правильном положении во время их заживления.

Типы внутрикостной фиксации

Существует несколько типов внутрикостной фиксации. Ваш хирург может использовать один тип или несколько. Вам расскажут, чего стоит ожидать.

Костный трансплантат

Костный трансплантат может быть взят у вас (аутологичный трансплантат) или предоставлен донором (аллогенный трансплантат).

- При аутологичной трансплантации ваш хирург возьмет костный трансплантат от подвздошной кости (кости, расположенной в верхней части бедра). После операции у вас останется еще один разрез (хирургический надрез) в верхней части бедра.
- При аллогенной трансплантации ваш хирург будет использовать стерилизованную костную стружку. Он также может использовать кораллы, свойства которых во многом схожи со свойствами костей.

Ваш хирург объяснит вам, какой из костных трансплантатов подойдет вам больше всего.

Костный цемент

Костный цемент также называется полиметилметакрилатом. Он состоит из порошка и

жидкости. При их смешении образуется твердое вещество похожее на цемент. Это вещество может заполнить пространство удаленной ткани кости. Костный цемент является рентгеноконтрастным веществом, что позволяет хирургу видеть его на рентгеновских снимках.

Фиксация с использованием металлических элементов

Ваш хирург также может зафиксировать кость с помощью металлических элементов, таких как ортопедический винт или штифт. Эти элементы будут находиться внутри кости и будут видны только на рентгеновских снимках.

Ваш хирург будет использовать металлические элементы, только если посчитает, что для ваших костей потребуется дополнительная фиксация на время заживления. Эти элементы могут оставаться установленными в течение длительного периода времени или быть удалены после полного заживления кости.

До операции

Информация в этом разделе поможет вам подготовиться к операции. Прочтите этот раздел после назначения вам операции и обращайтесь к нему по мере приближения даты операции. В нем содержатся важные сведения о том, что вам потребуется сделать до операции.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, которые вы

хотите задать своему медицинскому сотруднику.

Подготовка к операции

Вы и ваша лечащая команда будете готовиться к операции вместе.

Помогите нам сделать вашу операцию максимально безопасной: скажите нам, соответствует ли какое-либо из приведенных ниже утверждений вашей ситуации, даже если вы не совсем в этом уверены.

- Я принимаю лекарство, разжижающее кровь, например:
 - aspirin;
 - Heparin
 - Warfarin (Jantoven[®] или Coumadin[®])
 - Clopidogrel (Plavix[®])
 - Enoxaparin (Lovenox[®])
 - Dabigatran (Pradaxa[®])
 - Apixaban (Eliquis[®])
 - Rivaroxaban (Xarelto[®])

Существуют и другие подобные лекарства, поэтому обязательно сообщите своему медицинскому сотруднику обо всех принимаемых вами лекарствах.

- Я принимаю лекарства, выдаваемые по рецепту (которые

прописал мой медицинский сотрудник), включая пластыри и мази.

- Я принимаю безрецептурные лекарства (которые покупаю без рецепта), включая пластыри и мази.
- Я принимаю пищевые добавки, например травы, витамины, минералы, а также натуральные или домашние лечебные средства.
- У меня есть кардиостимулятор, автоматический имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (AICD) или другой прибор для стимуляции работы сердца.
- У меня случаются приступы апноэ во сне.
- Раньше у меня возникали проблемы при анестезии (при введении лекарства, под действием которого я засыпаю во время операции).
- У меня аллергия на некоторые лекарства или материалы, например латекс.
- Я не хочу, чтобы мне делали переливание крови.
- Я употребляю алкоголь.
- Я курю или использую электронные устройства для курения (например, одноразовые электронные сигареты, вейп, Juul®).
- Я принимаю легкие наркотики.

Об употреблении алкоголя

Количество употребляемого алкоголя может повлиять на ваше состояние во время и после операции. Очень важно сообщить медицинским сотрудникам, сколько алкоголя вы употребляете. Это поможет нам спланировать ваше лечение.

- Если вы резко прекратите употреблять алкоголь, это может спровоцировать судорожные припадки, алкогольный делирий и привести к смерти. Если мы будем знать, что вы подвержены риску таких осложнений, мы сможем назначить вам лекарства, позволяющие их избежать.
- Если вы употребляете алкоголь регулярно, существует риск возникновения других осложнений во время и после проведения операции. Они включают кровотечение, инфекции, проблемы с сердцем и более длительное стационарное лечение.

Чтобы предотвратить возможные проблемы, до операции вы можете:

- Честно сообщите медицинским сотрудникам, в каком количестве вы употребляете алкоголь.
- После назначения операции попытаться прекратить употребление алкогольных напитков. Если после прекращения употребления алкогольных напитков вы

испытываете головные боли, тошноту (ощущение подступающей рвоты), повышенное беспокойство, или у вас появились проблемы со сном, немедленно сообщите об этом своему медицинскому сотруднику. Это ранние признаки, связанные с отказом от алкоголя, которые можно вылечить.

- Сообщите медицинскому сотруднику, если вы не в силах прекратить употребление алкоголя.
- Задайте медицинскому сотруднику вопросы о том, как может повлиять употребление алкоголя на ваш организм в связи с операцией. Как всегда, мы обеспечим конфиденциальность всех ваших медицинских данных.

О курении

Во время проведения операции у курящих могут возникнуть проблемы, связанные с дыханием. Отказ от курения даже за несколько дней до операции поможет предотвратить такие проблемы. Если вы курите, ваш медицинский сотрудник направит вас в программу лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program). Вы также можете обратиться в эту программу по телефону 212-610-0507.

Информация о приступах апноэ во сне

Приступы апноэ во сне — это распространенное расстройство дыхания, из-за которого во время сна человек

на короткий период перестает дышать. Самый распространенный вид — синдром обструктивного апноэ во сне (obstructive sleep apnea, OSA). При OSA дыхательные пути полностью блокируются во время сна. OSA может вызвать серьезные осложнения во время и после операции.

Сообщите нам, если у вас случаются приступы апноэ во сне, или если вы предполагаете, что у вас могут случаться такие приступы. Если вы используете дыхательный аппарат (например, аппарат СИПАП [CPAP]) для профилактики приступов апноэ во сне, возьмите его с собой в день проведения операции.

Использование MyMSK

MyMSK (my.mskcc.org) — это ваша учетная запись на портале для пациентов центра MSK. Вы можете использовать MyMSK, чтобы общаться со своей лечащей командой, отправляя и получая сообщения, просматривать результаты анализов, уточнять дату и время визитов и прочее. Вы также можете предложить ухаживающему за вами лицу создать свою учетную запись, чтобы видеть информацию о вашем лечении.

Если у вас еще нет учетной записи на портале MyMSK, вы можете посетить веб-сайт my.mskcc.org, позвонить по телефону 646-227-2593 или в офис вашего врача, чтобы получить идентификационный номер для регистрации.

Также можно посмотреть видеоролик *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal). Обращайтесь за помощью в справочную службу MyMSK (MyMSK Help Desk) по адресу электронной почты mymsk@mskcc.org или по номеру телефона 800-248-0593.

За 30 дней до операции Дооперационное исследование

Перед операцией вам назначат дооперационное исследование (presurgical testing, PST). Дата, время и место его проведения будут указаны в напоминании о приеме, которое вы получите в кабинете хирурга. Вы поможете нам, если на дооперационное исследование возьмете с собой:

- список всех лекарств, которые вы принимаете, включая рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри и кремы;
- результаты всех исследований, которые вы проходили вне центра MSK, например кардиограммы с нагрузкой, эхокардиограммы или доплерографии сонной артерии;
- имена и телефоны лечащих вас медицинских сотрудников.

В день приема вы можете принимать пищу и лекарства как обычно.

Во время дооперационного исследования вы познакомитесь с медсестрой/медбратом высшей квалификации. Это медицинский сотрудник, работающий с анестезиологами (медицинскими сотрудниками, прошедшими специальную подготовку, которые будут делать анестезию во время операции). Медсестра/медбрат высшей квалификации вместе с вами просмотрит медицинскую карту и вашу историю хирургических операций. Вам нужно будет пройти ряд исследований, в том числе электрокардиограмму (ЭКГ) для проверки ритма сердца, рентген грудной клетки, анализы крови и другие исследования, необходимые для планирования лечения. Помимо этого, медсестра/медбрат высшей квалификации может направить вас к другим специалистам.

Медсестра/медбрат высшей квалификации также сообщит, какие лекарства вам необходимо будет принять утром в день операции.

Определите, кто будет ухаживать за вами

Важная роль в процессе вашего лечения отводится лицу, осуществляющему уход. Перед операцией медицинские сотрудники расскажут вам и лицу, ухаживающему за вами, об операции. Кроме того, после операции и выписки из больницы данному лицу будет необходимо доставить вас домой. Также этот человек будет помогать вам дома.

Информация для ухаживающих за пациентами лиц



Существующие материалы и оказываемая поддержка помогают справиться с многочисленными обязанностями,

возникающими в связи с уходом за человеком, который проходит лечение рака. Чтобы узнать о ресурсах поддержки и получить информацию, посетите веб-сайт www.mskcc.org/caregivers или ознакомьтесь с материалом *Руководство для лиц, ухаживающих за больными* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/guide-caregivers).

Заполните бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи

Если вы еще не заполнили бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи (Health Care Proxy), мы рекомендуем сделать это прямо сейчас. Если вы уже заполнили эту форму, или у вас есть иные предварительные распоряжения, возьмите их с собой на следующий прием.

Доверенность на принятие решений о медицинской помощи — это правовой документ, где указывается человек, который будет представлять ваши интересы в случае, если вы не сможете делать это самостоятельно. Указанный там человек будет вашим представителем по вопросам медицинской помощи.

Поговорите с медицинским сотрудником, если вы заинтересованы в заполнении доверенности на принятие решений о медицинской помощи. Вы также можете прочитать материалы *Заблаговременное планирование ухода* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/advance-care-planning) и *Как быть представителем по медицинской помощи* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent), чтобы получить информацию о доверенностях на принятие решений о медицинской помощи, других предварительных распоряжениях и исполнении обязанностей представителя по медицинской помощи.

Придерживайтесь принципов здорового питания
До операции старайтесь получать хорошо сбалансированное здоровое питание. Если вам необходима помощь в составлении диеты, попросите своего медицинского сотрудника направить вас к врачу-диетологу — специалисту по питанию.

Купите антисептическое средство для очищения кожи на основе 4 % раствора **chlorhexidine gluconate (CHG) (например **Hibiclens®**).**

4 % раствор CHG — это средство для очищения кожи, которое убивает различные микроорганизмы и предотвращает их появление в течение суток после

использования. Приняв душ с этим раствором перед операцией, вы снизите риск инфицирования после операции. Вы можете приобрести антисептическое средство для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG в ближайшей аптеке без рецепта.

За 7 дней до операции

Соблюдайте указания медицинского сотрудника при приеме аспирина

Если вы принимаете aspirin и любые лекарства, содержащие aspirin, возможно, вам придется изменить дозу или не принимать их в течение 7 дней до операции.

Аспирин может вызвать кровотечение.

Выполняйте инструкции своего медицинского сотрудника.

Не прекращайте прием аспирина без

соответствующих указаний. Для получения

дополнительной информации прочтите материал

Распространенные лекарства, содержащие aspirin, и другие

нестероидные противовоспалительные препараты

(НПВП) или витамин E ([www.mskcc.org/ru/cancer-](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)

care/patient-education/common-medications-containing-

aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-

nsaids).

Прекратите принимать витамин E, мультивитамины, лечебные средства из трав и другие диетические добавки

Прекратите принимать витамин Е, мультивитамины, лечебные средства из трав и другие диетические добавки за 7 дней до операции. Эти лекарства могут вызвать кровотечение. Для получения дополнительной информации прочтите материал *Лечебные средства из трав и лечение рака* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

За 2 дня до операции

Прекратите принимать нестероидные противовоспалительные препараты (**nonsteroidal anti-inflammatory drugs [NSAIDs]**).

Прекратите принимать НПВП, такие как ibuprofen (Advil® и Motrin®) и naproxen (Aleve®), за 2 дня до операции. Эти лекарства могут вызвать кровотечение. Для получения дополнительной информации прочтите материал *Распространенные лекарства, содержащие aspirin, и другие нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП) или витамин Е* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

За 1 день до операции

Запишите время, на которое назначена операция

Сотрудник приемного отделения позвонит вам после 14:00 накануне дня операции. Если проведение операции

запланировано на понедельник, вам позвонят в предыдущую пятницу. Если до 19:00 с вами никто не свяжется, позвоните по номеру 212-639-5014.

Сотрудник сообщит, когда вам следует приехать в больницу на операцию. Вам также напомнят, как пройти в отделение.

Вам нужно приехать по адресу:

Центр дооперационной подготовки (Presurgical Center),
который находится по адресу: 1275 York Avenue (между
East 67th Street и East 68th Street)
New York, NY 10065
6-й этаж, лифт В

Примите душ с антисептическим средством для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG (например Hibiclens®)

Вечером накануне дня операции примите душ с антисептическим средством для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG.

1. Вымойте волосы обычным шампунем. Тщательно ополосните волосы.
2. Вымойте лицо и область половых органов своим обычным мылом. Тщательно ополосните тело теплой водой.
3. Откройте флакон с 4% раствором CHG. Налейте

небольшое количество средства в руку или на чистую махровую салфетку.

4. Отойдите от струи воды. Легкими движениями вотрите 4% раствор СНГ в тело от шеи до ступней. Не наносите его на лицо и на область половых органов.
5. Вернитесь под струю воды и смойте 4 % раствор СНГ. Используйте теплую воду.
6. После душа вытрите чистым полотенцем.
7. Не наносите после душа какой-либо лосьон, крем, дезодорант, макияж, пудру, духи или одеколон.

Инструкции по употреблению пищи перед операцией



Не принимайте пищу после полуночи перед вашей операцией. Это также касается леденцов и жевательной резинки.

Утро дня операции

Инструкции по употреблению напитков перед операцией



Вы можете выпить не более 12 унций (350 мл) воды в период между полуночью и за 2 часа до времени прибытия в больницу. Больше ничего не пейте.

Не пейте какие-либо жидкости за два часа до

запланированного времени прибытия в больницу. Это также касается воды.

Примите лекарства в соответствии с инструкциями. Если ваш медицинский сотрудник сказал вам принять некоторые лекарства утром перед операцией, примите только эти лекарства, запив их маленьким глотком воды. В зависимости от лекарств это могут быть все или некоторые из лекарств, которые вы обычно принимаете по утрам, либо их вообще не нужно будет принимать.

Примите душ с антисептическим средством для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG (например Hibiclens®)

Примите душ с антисептическим очищающим средством для кожи на основе 4 % раствора CHG перед выпиской из больницы. Используйте то же средство, что и накануне вечером.

Не наносите после душа какой-либо лосьон, крем, дезодорант, макияж, пудру, духи или одеколон.

Что необходимо запомнить

- Наденьте удобную свободную одежду.
- Если вы носите контактные линзы, снимите их и наденьте очки. Во время операции контактные линзы могут травмировать глаза.

- Не надевайте металлические предметы. Снимите все ювелирные украшения, включая пирсинг на теле. Используемое во время операции оборудование при соприкосновении с металлом может вызвать ожоги.
- Оставьте дома ценные вещи (например кредитные карты, ювелирные украшения и чековую книжку).
- Если у вас началась менструация (месячные), воспользуйтесь гигиенической прокладкой, а не тампоном. Вам выдадут одноразовое белье, а также прокладку, если это необходимо.

Что взять с собой

- Свободные брюки, например тренировочные.
- Кроссовки со шнуровкой. Возможно, ваши ноги отекут. Кроссовки со шнуровкой можно надеть даже на отекающие ноги.
- Свой дыхательный аппарат для профилактики приступов апноэ во сне (например, аппарат СИПАП [CPAP]) при наличии.
- Ингалятор для экстренной помощи (например, albuterol от астмы), если вы им пользуетесь.
- Стимулирующий спирометр, если он у вас есть.
- Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи, если вы его заполнили.

- Мобильный телефон и зарядное устройство.
- Небольшую сумму денег, которая может вам понадобиться для небольших покупок (например для приобретения газеты).
- Сумку для хранения личных вещей (например очков, слухового аппарата, зубных и других протезов, парика и религиозных атрибутов), если они у вас есть.
- Список принимаемых вами лекарств.
- Эти рекомендации. С помощью этих рекомендаций представители лечащей команды объяснят вам, как ухаживать за собой после операции.

Где припарковаться

Гараж MSK находится на East 66th Street между York Avenue и First Avenue. О ценах на парковку можно узнать по номеру телефона 212-639-2338.

Для въезда в гараж необходимо повернуть на East 66th Street с York Avenue. Гараж расположен приблизительно в четверти квартала от York Avenue, по правой (северной) стороне улицы. Из гаража в больницу ведет пешеходный туннель.

Есть и другие гаражи, расположенные на East 69th Street между First Avenue и Second Avenue, East 67th Street между York Avenue и First Avenue, а также на East 65th Street между

First Avenue и Second Avenue.

По прибытии в больницу

Когда вы войдете в больницу, поднимитесь на лифте В на 6-й этаж. Пройдите в приемный покой дооперационного центра (PSC) и отметьтесь в регистратуре.

Различные медицинские работники попросят вас назвать и продиктовать по буквам ваше имя и дату рождения. Это необходимо для вашей безопасности. В один день могут оперировать людей с одинаковыми или похожими именами.

Переоденьтесь для операции

Когда наступит время переодеться перед операцией, вам выдадут больничную рубашку, халат и нескользящие носки.

Встреча с медсестрой/медбратом

Вы встретитесь с медсестрой/медбратом перед операцией. Сообщите ей/ему дозы всех лекарств, которые вы принимали после полуночи, а также время их приема (в том числе не забудьте упомянуть все рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри, кремы и мази).

Медсестра/медбрат может поставить внутривенную (ВВ) капельницу в одну из вен, обычно на руке или кисти. Если медсестра/медбрат не поставит капельницу, ваш

анестезиолог сделает это, когда вы будете в операционной.

Подготовка участка операционного вмешательства

Помимо вашего имени и даты рождения, у вас также могут спросить имя вашего врача, какую операцию вам должны провести и с какой стороны будет проводиться операция. Ваш врач или другой сотрудник хирургической бригады с помощью маркера отметит участок на вашем теле, где будет проводиться операция. Это делается для того, чтобы всем сотрудникам хирургической бригады был понятен план вашей операции.

Встреча с анестезиологом

Перед операцией вы также встретитесь со своим анестезиологом. Этот специалист:

- просмотрит медицинскую карту вместе с вами;
- спросит, были ли у вас проблемы при анестезии в прошлом, включая тошноту или боль;
- расскажет о вашем комфорте и безопасности во время операции;
- расскажет о типе анестезии, которую вы получите;
- ответит на ваши вопросы, касающиеся анестезии.

Ваш врач или анестезиолог также могут обсудить с вами возможность установки эпидурального катетера (тонкой гибкой трубки) в позвоночник (спину). Эпидуральный

катетер — это еще один способ введения обезболивающего лекарства после операции.

Подготовка к операции

Перед операцией вам потребуется снять слуховой аппарат, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты (если у вас есть что-либо из перечисленного).

Вы пройдете в операционную самостоятельно, или сотрудник центра отвезет вас туда на каталке. Член операционной бригады поможет вам лечь на операционный стол и наденет вам на голени компрессионные ботинки. Они будут плавно надуваться и сдуваться для улучшения тока крови в ногах.

Когда вы удобно расположитесь на столе, анестезиолог введет анестезию через внутривенную капельницу, и вы заснете. Через ВВ-капельницу вам также будут вводить жидкости во время и после операции.

Во время операции

Когда вы уснете, вам через рот в трахею введут дыхательную трубку, чтобы помочь дышать.

Хирург продезинфицирует вашу ногу и сделает разрез над поврежденной костью. Длина разреза будет зависеть от размера пораженной области кости. Вам выскоблят пораженные ткани кости и направят их в

патологоанатомическое отделение (Pathology Department) для исследования. Затем ваш хирург подготовит кость к дополнительным процедурам.

После завершения операции хирург наложит на разрез скобки или швы, либо нанесет хирургический клей Dermabond®. На разрез также наложат повязку (бинт).

Дыхательная трубка обычно извлекается, пока вы еще находитесь в операционной.

После операции

Информация в этом разделе позволит вам узнать, что стоит ожидать после операции, пока вы будете находиться в больнице и когда уедете домой. Вы узнаете, как безопасно восстанавливаться после операции.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, которые вы хотите задать своему медицинскому сотруднику.

В палате пробуждения

Когда вы проснетесь после операции, вы будете находиться в палате пробуждения. Медсестра/медбрат будет следить за температурой вашего тела, а также за пульсом, артериальным давлением и уровнем кислорода. Возможно, вы будете получать кислород через тонкую трубочку, которая будет располагаться под носом, или через маску, закрывающую нос и рот. Кроме того, на голени будут

надеты компрессионные ботинки.

Обезболивающие лекарства

Вы будете получать обезболивающее лекарство эпидуральным или внутривенным способом, пока находитесь в палате пробуждения.

- При эпидуральном обезболивании лекарство вводится в эпидуральное пространство (пространство в позвоночнике, прилегающее к спинному мозгу) через эпидуральный катетер.
- При внутривенном обезболивании лекарство вводится в кровь через капельницу внутривенного ведения.

Вы будете контролировать введение обезболивающего лекарства с помощью кнопки, которая называется устройством аналгезии, управляемой пациентом (patient-controlled analgesia, PCA). Для получения дополнительной информации прочитайте материал *Управляемая пациентом аналгезия (УПА) (Patient-Controlled Analgesia (PCA))* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca).

Трубки и дренажи

Вам могут установить дренажную трубку системы Джексона-Пратта (Jackson-Pratt (JP)) или ReliaVac® рядом с разрезом. Она отводит жидкость из области вокруг разреза.

Систему снимут, когда выделения из разреза прекратятся. Обычно это происходит через 2–3 дня после операции.

Перевод в больничную палату

В большинстве случаев пациенты остаются в послеоперационной палате столько же времени, сколько они были в операционной. После пребывания в послеоперационной палате один из сотрудников доставит вас в больничную палату.

В больничной палате

Длительность вашего пребывания в больнице после операции зависит от вашего выздоровления. Некоторых людей выписывают из больницы через 1–3 дня, тогда как другим требуется больше времени.

Когда вас переведут в больничную палату, вы встретитесь с кем-то из медсестер/медбратьев, которые будут ухаживать за вами. Вас научат ухаживать за собой в процессе восстановления после операции.

Обезболивание

Вы будете испытывать болевые ощущения после операции. Сначала вам будут вводить обезболивающее лекарство через капельницу внутривенного введения. Вы будете контролировать введение внутривенного обезболивающего лекарства с помощью устройства PCA. Как только вы сможете есть твердую пищу, вы будете получать

пероральное обезболивающее лекарство (лекарство, которое нужно проглатывать).

Ваши медицинские сотрудники будут часто спрашивать вас о болевых ощущениях и давать лекарство по мере необходимости. Если боль не утихает, сообщите об этом своим медицинским сотрудникам. Обезболивание крайне необходимо для того, чтобы вы могли использовать стимулирующий спирометр, а также вставать с постели и ходить.

Перед выпиской из больницы вы можете получить рецепт для приобретения обезболивающего лекарства. Обсудите со своим медицинским сотрудником возможные побочные эффекты и время, когда вам нужно перейти на безрецептурные обезболивающие лекарства.

Упражнения и физическая нагрузка

Движение поможет вам снизить риск образования сгустков крови и пневмонии (инфекции легких).

Медсестра/медбрат, инструктор по физиотерапии и реабилитационный терапевт будут помогать вам, пока вы не сможете передвигаться самостоятельно.

Физиотерапия начнется на следующий день после операции. Это является очень важным условием вашего выздоровления. Хирург и физиотерапевт составят план терапии с учетом ваших потребностей. Они помогут вам:

- укрепить затронутую конечность (конечность, на которой была проведена операция);
- ложиться в кровать и вставать с нее;
- перебираться в кресло;
- ходить с использованием вспомогательных приспособлений (ходунки, костыли или трость), если вам прооперировали одну из ног;
- выполнять физические упражнения из раздела «Физические упражнения после операции» этого материала.

Прочтите материал *Позовите на помощь! Не упадите!* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall) и узнайте, что вы можете сделать для своей безопасности и избежания падений, пока находитесь в больнице.

Выполнение упражнений для легких

Важно выполнять упражнения для легких, чтобы они полностью раскрывались. Это поможет предотвратить пневмонию.

- Используйте стимулирующий спирометр 10 раз каждый час, когда вы бодрствуете. Дополнительную информацию вы можете узнать в материале *Как*

пользоваться стимулирующим спирометром

(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer). Вам также следует поговорить со своим врачом по поводу того, как пользоваться стимулирующим спирометром.

- **Делайте упражнения, стимулирующие откашливание, и глубокие вдохи. Кто-нибудь из специалистов, осуществляющих уход за вами, научит вас делать эти упражнения.**

Прием пищи и питье

Вы постепенно вернетесь к привычному рациону питания, когда будете к этому готовы. Медицинский сотрудник предоставит вам дополнительную информацию. Соблюдение сбалансированной диеты с высоким содержанием белка поможет вам восстановиться после операции. Ваш рацион должен включать источник здорового белка при каждом приеме пищи, а также фрукты, овощи и цельные злаки. Чтобы ознакомиться с дополнительными советами по увеличению количества калорий и белка в вашем рационе питания, прочитайте материал *Правильное питание во время лечения рака* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment).

Если у вас возникли вопросы о рационе питания, попросите

записать вас на прием к врачу-диетологу.

Дренажи, трубки и разрезы

Возможно, что вокруг разреза или дренажей у вас будут появляться выделения или повысится чувствительность. Медсестры/медбратья покажут и расскажут вам, что является нормой и чего ожидать. Они также помогут вам научиться ухаживать за дренажами, трубками и разрезами.

Дренажные трубки снимут через 2–3 дня после операции. Это безболезненная процедура, поэтому анестезия вам не потребуется. В большинстве случаев пациентов выписывают без установленных трубок или дренажей.

Если на какой-либо из разрезов наложены скобки, их могут снять перед выпиской. Вы отправитесь домой со швами на разрезе. Швы снимут во время первого визита к врачу после операции. Обычно это происходит через 2–3 недели после операции.

Выписка из больницы

В день выписки запланируйте отъезд из больницы на утро, около 11:00. Прежде чем вы уйдете, ваш медицинский сотрудник оформит распоряжение о вашей выписке и выпишет вам рецепты. Вам также дадут письменные рекомендации на период после выписки. Перед вашим уходом кто-то из медицинских сотрудников просмотрит эти документы вместе с вами.

Если ваш сопровождающий не сможет прибыть в больницу к моменту выписки, вы сможете подождать в зале ожидания для пациентов (Patient Transition Lounge).

Дополнительную информацию вам предоставит представитель лечащей команды.

Дома

Прочтите материал *Что можно сделать, чтобы избежать падений* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling) и узнайте, что вы можете сделать, чтобы позаботиться о своей безопасности и избежать падений дома и во время визитов в центр MSK.

Обезболивание

Период времени, на протяжении которого люди испытывают боль и дискомфорт, может быть разным. Болевые ощущения могут остаться у вас и в момент возвращения домой, и, возможно, вы будете принимать обезболивающее лекарство. У некоторых людей боли в области разреза, ощущение стянутости или ломота в мышцах могут продолжаться в течение 6 месяцев или дольше. Это не означает, что с вами что-то не так.

Приведенные ниже рекомендации помогут вам снимать боль в домашних условиях.

- Принимайте лекарства в соответствии с полученными указаниями и по мере необходимости.

- Если назначенное лекарство не облегчает вашу боль, свяжитесь со своим медицинским сотрудником.
- Не садитесь за руль и не употребляйте спиртные напитки, пока вы принимаете рецептурное обезболивающее лекарство. Некоторые рецептурные обезболивающие лекарства могут вызывать сонливость. Алкоголь может усугублять седативный эффект.
- По мере заживления разреза боль будет становиться слабее, и вам будет требоваться все меньше обезболивающего лекарства. Для облегчения боли и дискомфорта подойдут обезболивающие препараты, отпускаемые без рецепта, такие как acetaminophen (Tylenol®) или ibuprofen (Advil® или Motrin®).
 - Соблюдайте рекомендации медицинского сотрудника касательно прекращения приема назначенного вам обезболивающего лекарства.
 - Не принимайте какие-либо лекарства в дозах, превышающих указанные на этикетке, или соблюдайте рекомендации медицинского сотрудника.
 - Внимательно читайте этикетки на всех лекарствах, которые вы принимаете, особенно если вам назначили препарат, содержащий acetaminophen. Acetaminophen входит в состав многих безрецептурных и рецептурных лекарств. Слишком большое количество вредно для

печени. Не принимайте более одного препарата, содержащего acetaminophen, не проконсультировавшись с сотрудником своей лечащей команды.

- Обезболивающие лекарства должны помочь вам вернуться к привычному образу жизни. Принимайте достаточное количество лекарства, чтобы вы могли спокойно выполнять повседневные дела и упражнения. Небольшое усиление боли при увеличении физической нагрузки является нормой.
- Следите за временем приема обезболивающих лекарств. Они наиболее эффективны через 30–45 минут после приема. Лучше принимать лекарство при первых проявлениях боли, не дожидаясь ее усиления.

Некоторые рецептурные обезболивающие лекарства (например, опиоиды) могут вызывать запоры (опорожнение кишечника происходит реже, чем обычно).

отек;

После операции у вас может опухать затронутая конечность. Чтобы уменьшить отек, приподнимайте затронутую конечность выше уровня груди. Для этого лягте и положите ноги или руку на подушки, чтобы конечность находилась выше уровня сердца. Вы также можете охладить область разреза, прикладывая пакет со льдом на

20 минут каждый час.

Если отек не проходит в течение 4 часов, позвоните вашему медицинскому сотруднику.

Предотвращение и устранение запоров

Обсудите со своим медицинским сотрудником способы предотвращения и устранения запоров. Вы также можете выполнять приведенные ниже рекомендации.

- Ходите в туалет в одно и то же время каждый день. Ваш организм привыкнет опорожнять кишечник в это время. Если вам все же захотелось в туалет, не нужно терпеть.
- Попробуйте ходить в туалет через 5–15 минут после приемов пищи. Лучше всего опорожнять кишечник после завтрака. В это время рефлекс в толстом кишечнике имеют наибольшую силу.
- Если можете, выполняйте физические упражнения. Пешие прогулки — отличная физическая нагрузка.
- По возможности пейте по 8–10 стаканов (объемом 8 унций [240 мл] каждый, всего 2 л) жидкости ежедневно.
 - Употребляйте жидкости, например воду, соки (в том числе сливовый), супы и коктейли на основе мороженого.
 - Избегайте напитков с кофеином (таких как кофе и газированная вода). Кофеин может выводить

жидкость из организма.

- Постепенно увеличивайте содержание клетчатки в пище до 25-35 граммов в день. Клетчатка содержится в неочищенных фруктах и овощах, цельных злаках и хлопьях из злаков. Если у вас установлена стома или недавно был прооперирован кишечник, проконсультируйтесь с медицинским сотрудником перед внесением изменений в рацион питания.
- Для лечения от запоров применяются лекарства, которые продаются по рецепту и без него. Перед приемом любых лекарств от запора проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником, особенно если у вас установлена стома или прооперирован кишечник. Соблюдайте инструкции на этикетке или указания медицинского сотрудника. Примеры безрецептурных лекарств от запора:
 - Docusate sodium (Colace®). Это средство размягчает стул и вызывает мало побочных эффектов. Вы можете использовать его для предотвращения запора. Не принимайте его вместе с минеральным маслом.
 - Polyethylene glycol (MiraLAX®). Это слабительное средство (лекарство, которое вызывает опорожнение кишечника), вызывающее мало побочных эффектов. Принимайте его с 8 унциями (240 мл или 1 чашкой) жидкости. К этому средству следует прибегать только

в случае запора.

- Senna (Senokot®). Это стимулирующее слабительное средство, которое может вызывать спазмы. Лучше всего принимать его перед сном. К этому средству следует прибегать только в случае запора.

Если какое-либо из этих лекарств вызывает диарею (жидкий, водянистый стул), прекратите его прием. При необходимости можете начать принимать его снова.

Для получения дополнительной информации прочитайте материал *Запор* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/constipation).

Замена повязки

Если от медицинского сотрудника вы получили другие указания (например, не снимать повязку до послеоперационного приема), следуйте им.

Если ваш медицинский сотрудник наложил на разрез обычную повязку (белую марлевую салфетку и бинт):

- Не снимайте и не меняйте повязку в течение 2 дней после операции. Позвоните вашему медицинскому сотруднику, если ваша повязка полностью намокла.
- Осторожно снимите повязку через два дня. Замените ее чистой сухой марлей.

- Меняйте повязку ежедневно и всякий раз, когда она становится влажной или грязной.

Если ваш медицинский сотрудник наложил на разрез повязку Merilex® (светло-коричневая повязка с мягким губчатым покрытием в середине):

- Не снимайте и не меняйте повязку Merilex в течение 1 недели после операции.
- Осторожно снимите повязку Merilex через неделю. Замените ее чистой сухой марлей.
- Меняйте повязку ежедневно и всякий раз, когда она становится влажной или грязной.

Осматривайте разрез каждый раз при замене марли. Он может немного покраснеть, припухнуть, и рядом с ним могут образоваться кровоподтеки. Это нормально. Если область вокруг разреза сильно покраснела или припухла, или если вы заметили выделения (жидкость) или неприятный запах, исходящий из разреза, позвоните своему медицинскому сотруднику. Эти явления — признаки развития инфекции.

Уход за разрезом

- Не мочите разрез, пока ваш медицинский сотрудник не осмотрит его на приеме для последующего наблюдения. Вы можете обтираться влажной губкой, но не забудьте

накрыть разрез полиэтиленовым пакетом, чистым мешком для мусора и пластырем или полиэтиленовой пленкой и пластырем, чтобы его не намочить. Ваш медицинский сотрудник скажет вам, когда вы можете начать мыть разрез.

- Не наносите на разрез лосьоны или кремы, за исключением случаев, когда это порекомендовал ваш медицинский сотрудник.
- Если вам наложили швы или скобы на разрез, их, вероятнее всего, снимут на приеме для последующего наблюдения.
- Если на швы вам наложили полоски Steri-Strips™ (тонкие полоски бумажного пластыря), оставьте их, пока они сами не отпадут, или пока ваш медицинский сотрудник их не снимет.

Прием душа

Вы можете принимать душ после снятия швов; обычно это происходит через 2-3 недели после операции. До этого вы можете делать обтирания мокрой губкой или принимать душ, закрыв разрез пластиковым пакетом или водонепроницаемым пластырем (например, AquaGuard®). Вы можете купить водонепроницаемый пластырь в своей местной аптеке. Помните, что важно сохранять разрезы сухими.

Когда вам снимут швы и вы начнете принимать душ без водонепроницаемого пластыря, снимите повязки и осторожно промойте разрез с мылом. После душа промокните область разреза насухо чистым полотенцем. Если выделений нет, не закрывайте разрез. Если выделения пока не прекратились, после душа наложите на разрез новую повязку. Позвоните вашему медицинскому сотруднику, если у вас снова появились выделения.

Не погружайте разрез полностью под воду (например, во время приема ванны или посещения бассейна либо джакузи), пока корки не отпадут, а кожа полностью не заживет.

Физическая нагрузка и упражнения

Обычно у человека, перенесшего операцию, меньше сил чем обычно. Продолжительность восстановления у всех разная. Повышайте активность с каждым днем по мере возможностей. Обязательно соблюдайте баланс между периодами активности и периодами отдыха. Отдых является важным условием вашего выздоровления.

- Если вам провели операцию на ноге, не сидите свесив ноги дольше 1 часа. После каждого часа, который вы провели сидя, стоя или передвигаясь, проводите 1 час лежа, подняв ступни выше уровня сердца. Для этого можно положить ступни на подушку.

- Продолжайте выполнять упражнения из раздела «Физические упражнения после операции», пока ваш медицинский сотрудник не разрешит их прекратить.

Вождение автомобиля

Уточните у своего медицинского сотрудника, когда можно снова садиться за руль. Не водите автомобиль, пока вы принимаете обезболивающее лекарство, которое может вызывать сонливость. Вы можете ездить на автомобиле в качестве пассажира в любое время после выписки.

Возвращение на работу

Обсудите с медицинским сотрудником свою работу и время, когда вы сможете вернуться к ней без риска для здоровья. Если ваша работа предполагает много движения или подъем тяжестей, возможно, вам придется побыть дома дольше, чем если бы вы работали сидя за столом.

Путешествия

Не летайте на самолете, пока ваш медицинский сотрудник не разрешит это делать. Прежде чем отправляться в дальнюю поездку после операции, проконсультируйтесь с вашим медицинским сотрудником.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас появились следующие симптомы:

- температура 100,5 °F (38 °C) и выше;
- возникла боль, которая не проходит после приема обезболивающего лекарства;
- озноб;
- появилась одышка;
- появилось непрекращающееся кровотечение;
- наблюдаются покраснение, припухлость или выделения из разрезов;
- неприятный запах из разрезов;
- отек ног, который не проходит, даже если держать ноги приподнятыми в течение 4 часов;
- возникли любые непредвиденные проблемы;
- у вас возникли любые вопросы или опасения.

Контактная информация

Звоните в офис своего медицинского сотрудника с понедельника по пятницу с 09:00 до 17:00.

После 17:00, а также в выходные и праздничные дни позвоните по номеру 212-639-2000 и проконсультируйтесь с дежурным медицинским сотрудником.

Физические упражнения после операции

После операции вам потребуется выполнять физические упражнения для укрепления затронутой конечности.

Физиотерапевт покажет вам, как правильно выполнять каждое упражнение. Вам также скажут, когда начинать выполнять каждое упражнение. Вы не сможете выполнять все упражнения сразу. Вы будете постепенно добавлять упражнения к вашему курсу терапии во время лечения в больнице, а также после возвращения домой.

Советы по выполнению упражнений

- Оденьтесь удобно. Носите одежду, которая не ограничивает движение. Вы можете надеть больничную рубашку, пижаму или спортивную одежду.
- Вы можете выполнять эти упражнения, лежа в кровати. Подложите под голову и плечи одну или несколько подушек. Убедитесь в том, что вам удобно.
- Вдыхайте через нос, а выдыхайте через рот. Выполняйте движения на выдохе.
- При выполнении любого из этих упражнений не задерживайте дыхание. Во время упражнений считайте вслух, чтобы дыхание было равномерным.
- Прекратите выполнять упражнение, если оно вызывает боль или дискомфорт, и сообщите физиотерапевту, какие упражнения причиняют вам боль. Остальные упражнения можно продолжать выполнять.

Физическая нагрузка

Не выполняйте какие-либо упражнения из этого раздела без предварительного разговора с вашим врачом или физиотерапевтом.

Покачивания стопой

1. Лягте на спину, подложив подушки под голову и плечи. Вы также можете делать это упражнение сидя.
2. Поднимите пальцы ног вверх, по направлению к носу (см. рисунок 1). Можно выполнять упражнение обеими стопами одновременно.
3. Затем опустите их в направлении пола.
4. Повторите 10 раз.

Выполняйте это упражнение каждый час, когда вы не спите.

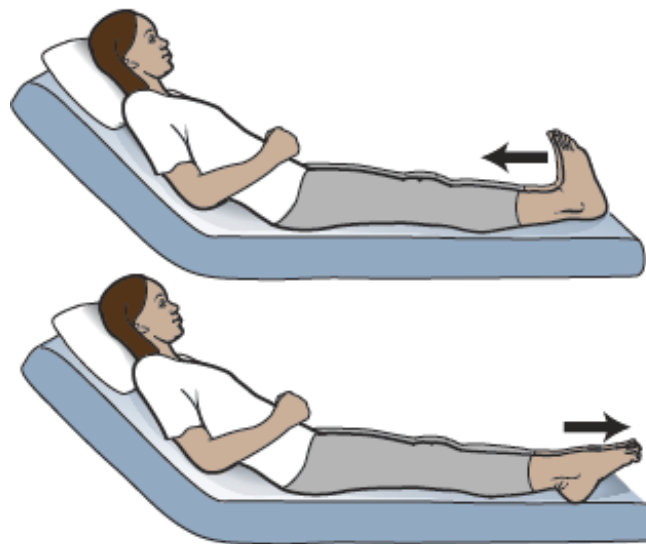


Рисунок 1. Покачивания стопой

Сжатие квадрицепсов

1. Лягте на спину, подложив подушки под голову и плечи.
2. Выпрямите ноги, насколько это возможно.
3. Надавите тыльной стороной коленей на кровать, напрягая при этом мышцы верхней части бедра (см. рисунок 2).
4. Оставайтесь в этом положении, считая вслух до 5.
5. Расслабьтесь.
6. Повторите 10 раз.

Выполняйте это упражнение каждый час, когда вы не спите.

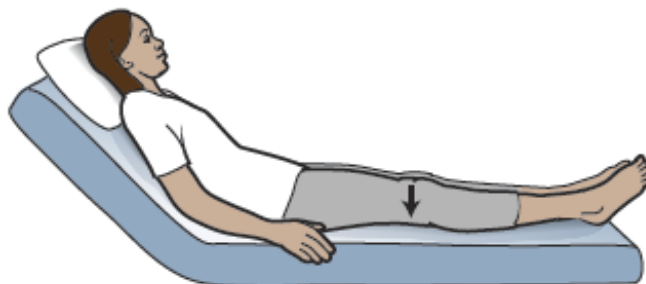


Рисунок 2. Сжатие
квадрицепсов

Сжатие ягодичных мышц

1. Лягте на спину, подложив подушки под голову и плечи.
2. Выпрямите ноги, насколько это возможно.
3. Плотно сожмите мышцы ягодиц (см. рисунок 3).
4. Оставайтесь в этом положении, считая вслух до 5.

5. Расслабьте ягодицы.

6. Повторите 10 раз.

Выполняйте это упражнение каждый час, когда вы не спите.



Рисунок 3. Сжатие ягодичных мышц

Вспомогательные службы

В этом разделе приводится перечень вспомогательных служб, которые могут помочь вам подготовиться к операции и восстановиться после нее.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, которые вы хотите задать своему медицинскому сотруднику.

Вспомогательные службы MSK

Для получения дополнительной информации онлайн, ознакомьтесь с разделом «Виды рака» ([Cancer Types](#)) на веб-сайте www.mskcc.org.

Приемное отделение (Admitting Office)

212-639-7606

Позвоните, если у вас есть вопросы по госпитализации, включая подачу запроса на одноместную палату.

Отделение анестезии (Anesthesia)

212-639-6840

Позвоните, если у вас есть вопросы об анестезии.

Кабинет доноров крови (Blood Donor Room)

212-639-7643

Позвоните для получения информации, если вы хотите стать донором крови или тромбоцитов.

Международный центр Бобст (Bobst International Center)

888-675-7722

MSK принимает пациентов из всех стран мира. Если вы приехали из другой страны, позвоните для получения помощи в организации вашего лечения.

Центр по предоставлению консультаций (Counseling Center)

646-888-0200

Многим людям помогают психологические консультации. Мы предоставляем консультации отдельным лицам, парам, семьям и группам лиц, а также даем лекарства, чтобы помочь вам справиться с беспокойством или депрессией. Чтобы записаться на прием, попросите направление у

своего медицинского сотрудника или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Программа по вопросам сексуальной медицины и здоровья для женщин (Female Sexual Medicine and Women's Health Program)

646-888-5076

Рак и лечение рака могут повлиять на ваше сексуальное здоровье. Наша программа сексуальной и репродуктивной медицины для женщин поможет вам, если вас беспокоят связанные с раком проблемы сексуального здоровья, например, преждевременная менопауза или проблемы, связанные с детородной функцией. Позвоните для получения дополнительной информации или записи на прием. Мы можем помочь вам начать действовать и решить проблемы сексуального здоровья до, во время и после лечения.

Программа «Кладовая продуктов» (Food Pantry Program)

646-888-8055

Программа «Кладовая продуктов» предоставляет продукты питания малообеспеченным пациентам во время лечения рака. Для получения дополнительной информации обратитесь к своему медицинскому сотруднику или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Служба интегративной медицины (Integrative Medicine Service)

646-888-0800

Служба интегративной медицины (Integrative Medicine Service) предлагает различные услуги в дополнение к традиционному медицинскому уходу. В эти услуги входят музыкальная терапия, терапия души/тела, танцевальная и двигательная терапия, йога и тактильная терапия.

Программа по вопросам сексуального здоровья и репродуктивной медицины для мужчин (Male Sexual and Reproductive Medicine Program)

646-888-6024

Рак и лечение рака могут повлиять на ваше сексуальное здоровье. Наша программа сексуальной и репродуктивной медицины для мужчин поможет вам, если вас беспокоят связанные с раком проблемы сексуального здоровья, например, эректильная дисфункция. Позвоните для получения информации или записи на прием. Мы можем помочь вам начать действовать и решить проблемы сексуального здоровья до, во время и после лечения.

Библиотека MSK

library.mskcc.org

212-639-7439

Вы можете зайти на веб-сайт нашей библиотеки или обратиться к персоналу библиотеки, чтобы получить

дополнительную информацию о конкретном виде рака. Кроме того, вы можете ознакомиться с разделом LibGuides на веб-сайте библиотеки MSK по адресу libguides.mskcc.org

Обучение пациентов и ухаживающих за ними лиц

www.mskcc.org/pe

Посетите веб-сайт, посвященный обучению пациентов и ухаживающих за ними лиц, где вы сможете поискать обучающие материалы в нашей виртуальной библиотеке. Вы можете найти обучающие ресурсы, видеозаписи и онлайн-программы.

Программа взаимной поддержки пациентов и ухаживающих за ними лиц (Patient and Caregiver Peer Support Program)

212-639-5007

Вас может поддержать беседа с человеком, который проходил лечение, подобное вашему. Благодаря нашей программе взаимной поддержки пациентов и ухаживающих за ними лиц (Patient and Caregiver Peer Support Program) вы можете поговорить с бывшим пациентом MSK или с лицом, ухаживавшим за таким пациентом. Такие беседы являются конфиденциальными. Вы можете общаться при личной встрече или по телефону.

Служба выставления счетов пациентам (Patient Billing)

646-227-3378

Позвоните, если у вас есть вопросы по предварительному согласованию (preauthorization) с вашей страховой компанией. Это также называют предварительным разрешением (preapproval).

Представительская служба для пациентов (Patient Representative Office)

212-639-7202

Позвоните, если у вас есть вопросы в связи с бланком доверенности на принятие решений о медицинской помощи или сомнения по поводу ухода за вами.

Периоперационная поддержка близких медсестрами/медбратьями (Perioperative Nurse Liaison)

212-639-5935

Позвоните, если у вас есть вопросы о том, кому MSK будет давать информацию о вас во время операции.

Офис персональных медсестер/медбратьев (Private Duty Nursing Office)

212-639-6892

Вы можете запросить помощь персональной(-ого) медсестры/медбрата или сопровождающих. Позвоните для получения дополнительной информации.

Программа «Ресурсы для жизни после рака»

(Resources for Life After Cancer [RLAC] Program)

646-888-8106

В MSK уход за пациентами не заканчивается после завершения активной стадии лечения. Программа «Ресурсы для жизни после рака» (RLAC) создана для пациентов, которые уже завершили свое лечение, а также для членов их семей. Эта программа предлагает разнообразные услуги, например семинары, мастер-классы, группы поддержки, консультации, касающиеся жизни после лечения. Она также помогает решать проблемы, связанные с медицинской страховкой и трудоустройством.

Социальные службы (Social Work)

212-639-7020

Социальные работники помогают пациентам, членам их семей и друзьям справляться с проблемами, характерными для онкологических заболеваний. Они предоставляют индивидуальные консультации и группы поддержки во время курса лечения и могут помочь вам в общении с детьми и другими членами вашей семьи. Наши социальные работники также могут направить вас в местные агентства и на различные программы, а также предоставить информацию о дополнительных финансовых ресурсах, если вы имеете на это право.

Духовная поддержка

212-639-5982

Наши капелланы (духовные наставники) готовы выслушать и поддержать членов семьи, помолиться, связаться с местным духовенством или религиозными группами, просто утешить и протянуть руку духовной помощи. За духовной поддержкой может обратиться любой человек вне зависимости от его формальной религиозной принадлежности. Межконфессиональная часовня центра MSK находится рядом с основным вестибюлем Memorial Hospital. Она открыта круглосуточно. Если у вас произошла экстренная ситуация, позвоните по номеру 212-639-2000. Попросите соединить вас с дежурным капелланом.

Программа лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program)

212-610-0507

Если вы хотите бросить курить, в центре MSK есть специалисты, которые могут помочь. Позвоните для получения информации.

Виртуальные программы

www.mskcc.org/vp

Виртуальные программы MSK предлагают онлайн-обучение и поддержку для пациентов и лиц, ухаживающих за ними, даже если вы не можете прийти в MSK лично. С помощью интерактивных занятий вы можете больше узнать о своем диагнозе и о том, что ожидать во время лечения и как

подготовиться к различным этапам лечения рака. Занятия проводятся конфиденциально, бесплатно и с привлечением высококвалифицированных медицинских работников. Если вы хотите присоединиться к виртуальной программе обучения, посетите наш веб-сайт www.mskcc.org/vp для получения более подробной информации.

Образовательные ресурсы

В этом разделе приводится перечень обучающих материалов, которые упоминались в данном руководстве. Эти материалы помогут вам подготовиться к операции и безопасно восстановиться после нее.

Читая эти материалы, записывайте вопросы, которые вы хотите задать своему медицинскому сотруднику.

- *Предотвращение инфекции в месте установки костного или суставного замещающего протеза*
(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/preventing-infection-prosthesis)
- *Позовите на помощь! Не упадите!*
(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *Распространенные лекарства, содержащие aspirin, и другие нестероидные противовоспалительные*

препараты (НПВП) или витамин E

(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)

- *Запор* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/constipation)
- *Правильное питание во время лечения рака*
(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/eating-well-during-your-treatment)
- *Лечебные средства из трав и лечение рака*
(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)
- *Как пользоваться стимулирующим спирометром*
(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *Управляемая пациентом аналгезия (УПА) (Patient-Controlled Analgesia (PCA))* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)
- *Что можно сделать, чтобы избежать падений*
(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

Если у вас возникли вопросы, обратитесь непосредственно к сотруднику своей медицинской бригады. Пациенты MSK могут обратиться к поставщику услуг после 17:00 либо в выходной или праздничный день, позвонив по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

About Your Curettage, Cryotherapy, and Internal Fixation Surgery - Last updated on July 19, 2021

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center