Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Об операции эзофагэктомии

Это руководство поможет вам подготовиться к операции эзофагэктомии в центре MSK. Он также поможет вам узнать, чего ожидать в процессе восстановления.

Используйте это руководство как источник информации в дни перед операцией. Возьмите его с собой в день операции. Вы и ваша лечащая команда будете пользоваться им по мере того, как вы будете больше узнавать о своем восстановлении.

Информация об операции эзофагэктомии

Эзофагэктомия — это операция по удалению части пищевода. Так называется трубчатый орган, по которому пища проходит из полости рта в желудок (см. рисунок 1).

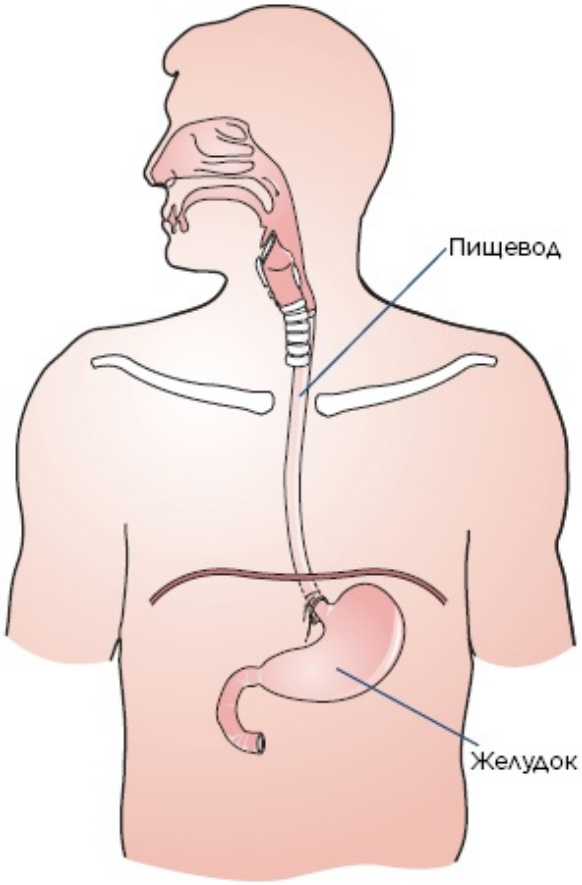
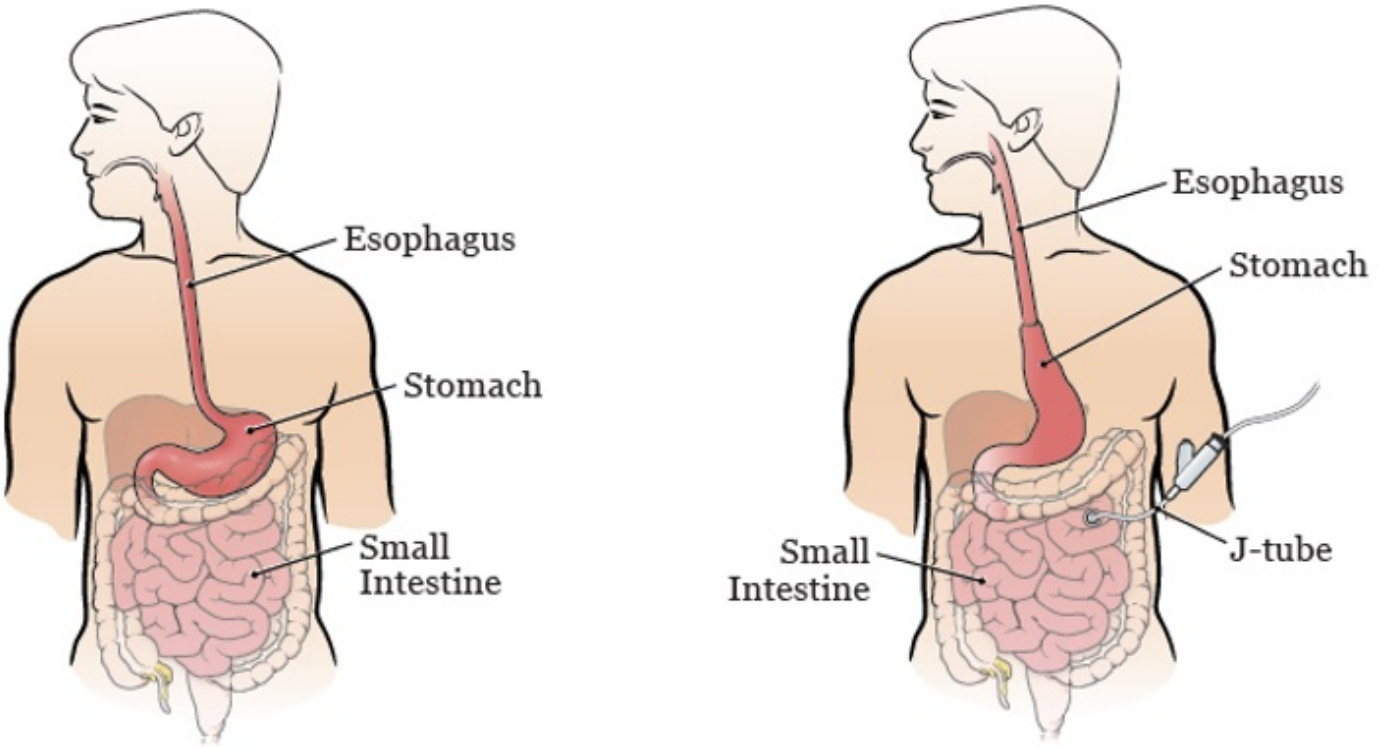


Рисунок 1. Пищевод

Хирург также может удалить часть желудка, чтобы наверняка устранить всю опухоль. Оставшаяся часть желудка будет подшита к части пищевода, которая не была удалена (см. рисунки 2 и 3). Вам также установят еюностомический зонд (J-зонд). Он вводится в тонкий кишечник, чтобы обеспечить вас питанием.



Рисунки 2 и 3. Пищевод и желудок до (слева) и после операции (справа).

Виды эзофагэктомии

Операции эзофагэктомии бывают разных видов. Ваш врач объяснит вам, какой из них подходит вам больше всего.

- **Эзофагэктомия по методу Айвора Льюиса** предполагает удаление части пищевода через хирургические разрезы в брюшной полости (на животе) и грудной клетке. Эта операция также называется трансторакальной эзофагогастрэктомией.
- **Трансдиафрагмальная эзофагэктомия** предполагает удаление части пищевода через разрезы на шее и в брюшной полости.
- **Трехдоступная эзофагэктомия** предполагает удаление части пищевода через хирургические разрезы в брюшной полости, на шее и в правой верхней части спины. Такая операция также называется **эзофагэктомией по методу МакКьюна**.
- **Малоинвазивная эзофагэктомия** предполагает удаление части пищевода с помощью лапароскопа. Лапароскоп — это длинный тонкий хирургический инструмент с видеокамерой. Он позволяет хирургу увидеть грудную клетку изнутри. Хирург введет лапароскоп через небольшие разрезы в брюшной полости и на спине.

Для управления камерой и хирургическими инструментами хирург может использовать робота. В этом случае операция называется робот-ассистированной эзофагэктомией.

При робот-ассистированной эзофагэктомии хирург сидит за пультом и управляет роботом, который передвигает хирургические инструменты. Пульт оснащен специальным монитором, на котором хирург видит изображения внутренних органов грудной клетки в трех измерениях (3D).

Длительность операции зависит от выбранного метода и от выполняемых разрезов.

Перед эзофагэктомией

Этот раздел поможет вам подготовиться к операции. Прочтите его после назначения вам операции. Обращайтесь к нему по мере приближения даты операции. В нем содержатся важные сведения о том, как вам нужно будет подготовиться.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, чтобы задать их своему медицинскому сотруднику.

Подготовка к операции

Вы и ваша лечащая команда будете готовиться к операции вместе. Помогите нам обеспечить вашу безопасность: скажите нам, соответствует ли какое-либо из этих утверждений вашей ситуации, даже если вы не совсем в этом уверены.

- Я принимаю какие-либо рецептурные лекарства. Рецептурное лекарство — это лекарство, которое можно получить только по рецепту врача. Сюда входят:
  - лекарства, которые вы глотаете;
  - лекарства, которые вводятся в виде инъекций (уколов);
  - лекарства, которые вы вдыхаете;
  - лекарства, которые вы наносите на кожу в виде пластыря или крема.
- Я принимаю безрецептурные лекарства, включая пластыри и кремы.

Безрецептурное лекарство — это лекарство, которое можно купить без рецепта.

- Я принимаю пищевые добавки, например, травы, витамины, минералы, а также натуральные или домашние лечебные средства.
- У меня есть кардиостимулятор, автоматический имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (automatic implantable cardioverter-defibrillator, AICD) или другой прибор для стимуляции работы сердца.
- В прошлом у меня были проблемы с анестезией. Анестезия — это лекарство, под действием которого вы заснете во время процедуры.
- У меня аллергия на некоторые лекарства или материалы, в том числе латекс.
- Я не хочу, чтобы мне делали переливание крови.
- Я употребляю рекреационные наркотики, например, марихуану.

Обязательно сообщите своему медицинскому сотруднику обо всех принимаемых вами лекарствах и пищевых добавках.

Возможно, перед операцией вам придется соблюдать специальные указания, связанные с принимаемыми вами лекарствами и пищевыми добавками. В случае несоблюдения этих указаний операция может быть перенесена или отменена.

Об употреблении алкоголя

Очень важно сообщить медицинским сотрудникам, сколько алкоголя вы употребляете. Это поможет нам спланировать ваше лечение.

Если вы употребляете алкоголь регулярно, существует риск возникновения проблем во время и после проведения операции. Они включают кровотечение, инфекции, проблемы с сердцем и более длительное стационарное лечение.

Если вы регулярно употребляете алкоголь, резкое прекращение его употребления может спровоцировать судорожные припадки, алкогольный делирий и привести к летальному исходу. Если мы будем знать, что вы подвержены риску возникновения этих проблем, мы сможем назначить вам

лекарства для их предупреждения.

Чтобы предотвратить возможные проблемы, перед операцией сделайте следующее:

- Честно сообщить медицинским сотрудникам, в каком количестве вы употребляете алкоголь.
- После назначения операции попытаться прекратить употребление алкогольных напитков. Немедленно сообщите своему медицинскому сотруднику, если вы:
  - испытываете головную боль;
  - чувствуете тошноту (как будто вас вот-вот вырвет);
  - испытываете тревогу (нервозность или беспокойство) сильнее, чем обычно;
  - не можете спать.

Это ранние признаки, связанные с отказом от алкоголя, которые можно вылечить.

- Сообщить 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.

Отказ от курения перед операцией

Если вы курите, вам необходимо прекратить курить за 2 недели до операции. Сюда относятся электронные сигареты, вэйпы и другие виды электронных систем доставки никотина (electronic nicotine delivery systems (ENDS)).

Отказ от курения поможет вам быстрее восстановиться после операции. Благодаря отказу от курения:

- сердце и легкие будут лучше работать;
- снизится риск возникновения проблем во время и после операции;

- улучшится заживление ран;
- уменьшится необходимость в реабилитации с целью облегчения дыхания;
- снизится риск возникновения инфекции после операции.

Если вы курите, скажите об этом медсестре/медбрату, которые работают с вашим хирургом. Они направят вас к специалистам нашей программы лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program). Вы также можете обратиться в эту программу по телефону 212-610-0507. Для получения дополнительной информации перейдите по ссылке www.msk.org/tobacco.

Если вы отказались от курения, скажите медсестре/медбрату, когда это произошло, и как много вы курили до этого. Вас могут направить к специалистам нашей программы лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program), которые помогут вам не возвращаться к курению.

Программа лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program) в центре MSK

Нашу программу лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program) реализует команда специалистов по лечению табакозависимости (Tobacco Tretment Specialists, TTS). Они могут помочь вам составить план действий для отказа от курения или для воздержания от этой вредной привычки. Специалист TTS позвонит вам и обсудит преимущества отказа от курения, особенно перед операцией.

Вам не придется бороться с курением в одиночку!
Чтобы поговорить со специалистом по лечению табакозависимости, позвоните по номеру 212-610-0507.

Он может порекомендовать вам никотинзаместительную терапию (например, никотиновый пластырь, никотиновую жевательную резинку, никотиновые леденцы или никотиновый ингалятор) или другие лекарства для лечения никотиновой зависимости.

Эти лекарства:

- безопасно принимать перед операцией и после нее;

- могут вдвое повысить шанс успешного отказа от курения;
- помогут легче перенести этот трудный для вас период.

Специалист TTS также обучит вас практическим навыкам, позволяющим справляться с непреодолимым желанием закурить, и поможет найти способы устранения симптомов, возникающих при воздержании от никотина.

Информация о приступах апноэ во сне

Приступы апноэ во сне — это распространенная проблема с дыханием. Во время приступа апноэ во сне вы ненадолго перестаете 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 или, как вы думаете, могут случаться приступы апноэ во сне. Если вы используете дыхательный аппарат (например, аппарат СИПАП [CPAP]), возьмите его с собой в день проведения операции.

О доброкачественной гиперплазии предстательной железы (Benign Prostate Hyperplasia (BPH))

BPH означает увеличение предстательной железы (когда ее размер превышает нормальный). Если вы мужчина в возрасте 50 лет или старше и ранее у вас была диагностирована BPH, ваш врач выпишет вам рецепт на doxazosin (Cardura®). Прием doxazosin перед операцией может предотвратить возникновение проблем с мочеиспусканием после ее проведения.

Начните принимать doxazosin за 3 дня до операции.

Как использовать MSK MyChart

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org) — это портал для пациентов центра MSK. Вы можете использовать его, чтобы общаться со своей лечащей командой, отправляя и получая сообщения, просматривать результаты исследований, уточнять дату и время приемов 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 MSK MyChart, перейдите по

ссылке mskmychart.mskcc.org, чтобы зарегистрироваться. Вы также можете попросить специалиста вашей лечащей команды прислать вам приглашение.

Если вам нужна помощь в работе с учетной записью, свяжитесь со службой технической поддержки по телефону 646-227-2593. Служба работает с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 (по североамериканскому восточному времени).

О контрольном списке целей для выписки

После операции вам прежде всего нужно будет достаточно окрепнуть для выписки из больницы. Мы отправим контрольный список целей для выписки в вашу учетную запись MSK MyChart, чтобы вам было легче следить за своим восстановлением.

Вы можете использовать контрольный список целей для выписки, чтобы увидеть, чего вам необходимо достичь перед выпиской из больницы. Вы также можете обновлять данные о своем состоянии в течение всего дня. При внесении данных система отправляет специалистам вашей хирургической бригады уведомления о ходе вашего выздоровления.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Часто задаваемые вопросы о контрольном списке целей для выписки* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist).

Об ускоренном восстановлении после операции

Ускоренное восстановление после операции (Enhanced Recovery After Surgery, ERAS) — это программа помощи, позволяющая вам быстрее выздороветь после операции. В рамках программы ERAS важно выполнять определенные действия до и после операции.

Чтобы подготовиться к операции, обязательно выполняйте перечисленное ниже.

- **Прочтите данные рекомендации.** В них приведена информация о том, что ожидать до, во время и после операции. Если у вас возникнут вопросы, запишите их. Вы сможете задать их своему медицинскому сотруднику во время следующего приема или по телефону.

- **Делайте упражнения и придерживайтесь принципов здорового питания.** Это поможет подготовить организм к операции.

Вы ускорите свое восстановление после операции, если:

- **Прочтете составленный для вас план выздоровления.** Это образовательный материал, который предоставит вам медицинский сотрудник. В нем указаны цели вашего выздоровления. Из него вы узнаете, что делать и чего ожидать в каждый из дней.
- **Начнете есть и двигаться сразу, как только сможете.** Чем раньше вы встанете с кровати и начнете ходить, тем скорее сможете вернуться к привычному образу жизни.

В течение 30 дней до операции

Дооперационное исследование

Перед операцией вам нужно будет пройти дооперационное исследование (presurgical testing (PST)). Ваш прием может быть личным или посредством видеосвязи. Дата, время и место приема будут указаны в памятке, которую вы получите в кабинете хирурга. Чтобы получить информацию о парковке и указания о том, как добраться до всех отделений центра MSK, перейдите по ссылке www.msk.org/parking.

В день назначенного предоперационного исследования вы можете принимать пищу и лекарства как обычно.

Вы поможете нам, если на прием возьмете с собой:

- Список всех принимаемых вами лекарств, включая рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри и кремы.
- Результаты каких-либо медицинских исследований за последний год, проведенных за пределами MSK, если они у вас есть. Это могут быть результаты электрокардиограммы с нагрузкой, эхокардиограмма, каротидная допплерография и т. д.
- Имена и телефонные номера ваших медицинских сотрудников.

Во время PST вы познакомитесь с медсестрой/медбратом высшей квалификации (advance practice provider (APP)). Это медицинский сотрудник,

работающий с анестезиологами центра MSK и имеющий специальную подготовку по использованию анестезии во время операции или процедуры.

APP вместе с вами просмотрит медицинскую карту и вашу историю хирургических операций. Для планирования лечения вам может потребоваться пройти ряд обследований, они перечислены ниже.

- электрокардиограмма (electrocardiogram (EKG)) для проверки вашего сердечного ритма;
- рентген грудной клетки;
- исследования крови.

APP может порекомендовать вам обратиться к другим медицинским специалистам, а также:

- скажет, какие лекарства принять утром в день операции;
- даст указания по приему пищи и напитков перед операцией.

Инструкции по подготовке к процедуре (например, рекомендации по приему лекарств, пищи и напитков) доступны в вашей учетной записи MSK MyChart.

1. Войдите в свою учетную запись MSK MyChart. Выберите «Приемы» на главной странице.
2. Перейдите в раздел «Прошлые» или «Прошлые приемы» и найдите свою запись на PST. Выберите «Посмотреть информацию по результатам приема».
3. Ознакомьтесь с разделом «Инструкции по подготовке к процедуре».

Крайне важно соблюдать эти инструкции. Без их соблюдения операция может быть отложена или отменена.

Проконсультируйтесь с клиническим врачом-диетологом

Перед операцией с вами свяжется клинический врач-диетолог. С этим врачом вы обсудите изменения в рационе (в употреблении пищи и напитков), которые могут ожидать вас после операции. Кроме того, он даст вам рекомендации по рациону питания, которые нужно будет соблюдать в послеоперационный восстановительный период.

Для получения дополнительной информации об изменениях в рационе, которые могут ожидать вас после операции, ознакомьтесь с материалом *Рацион и питание во время лечения рака пищевода* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/nutrition-during-treatment-esophageal-cancer).

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. После операции и выписки из больницы этот человек отвезет вас домой. Также этот человек будет помогать вам дома.

Информация для ухаживающих за пациентами лиц



Уход за человеком, который проходит лечение от рака, предполагает многочисленные обязанности. Мы предлагаем материалы и поддержку, чтобы помочь вам справиться с ними. Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт www.msk.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 (форма 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.

Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи является юридическим документом. В нем указывается человек, который будет представлять ваши интересы в случае, если вы не сможете делать это самостоятельно. Этот человек будет вашим представителем по вопросам медицинской помощи.

- Чтобы получить дополнительную информацию о доверенностях на принятие решений о медицинской помощи и других предварительных распоряжениях, ознакомьтесь с материалом *О заблаговременном планировании ухода за пациентом для больных раком и лиц, ухаживающих за ними* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/advance-care-

planning).

- Чтобы получить дополнительную информацию об исполнении обязанностей представителя по медицинской помощи, ознакомьтесь с материалом *Как быть представителем по медицинской помощи* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent).

Если у вас остались вопросы по поводу заполнения бланка доверенности на принятие решений о медицинской помощи, обратитесь к специалисту своей лечащей команды.

Выполняйте дыхательную гимнастику и упражнения, стимулирующие откашливание

До операции выполняйте глубокие вдохи и прокашливайтесь. Ваш медицинский сотрудник выдаст вам стимулирующий спирометр, который поможет расширить легкие. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как пользоваться стимулирующим спирометром* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer).

Выполняйте физические упражнения

Физические упражнения помогут вашему организму наилучшим образом подготовиться к операции, а также способствуют облегчению и ускорению процесса выздоровления.

Старайтесь ежедневно заниматься физической активностью. Это могут быть любые упражнения, ускоряющие сердцебиение, например, ходьба, плавание или езда на велосипеде. В холодную погоду ходите по лестнице в своем доме, отправляйтесь в торговый центр или в магазин.

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.

Купите прозрачные жидкости

Вам потребуется соблюдать нулевую лечебную диету до операции. Лучше приобрести прозрачные жидкости заранее. Примеры прозрачных жидкостей, которые вы можете пить, приведены в разделе «Соблюдайте нулевую лечебную диету».

Купите подушку в форме клина

Купите подушку в форме клина высотой 12 дюймов (30 см) в ближайшей аптеке или в магазине медицинских изделий. Такая подушка понадобится вам, когда вы вернетесь домой после операции, чтобы поддерживать туловище в приподнятом положении.

После операции небезопасно лежать в горизонтальном положении (или под углом менее 30 градусов) во время сна или после еды. Это может привести к аспирации (попаданию пищи или жидкости в дыхательные пути вместо пищевода). Ваш медицинский сотрудник покажет, как можно безопасно лежать в горизонтальном положении, если вам нужно будет это делать в течение дня.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как предотвратить аспирацию* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-prevent-aspiration).

За 7 дней до операции

Соблюдайте указания медицинского сотрудника по приему aspirin

Aspirin может вызвать кровотечение. Если вы принимаете aspirin и лекарства, содержащие aspirin, возможно, вам придется изменить дозу или прекратить их прием за 7 дней до операции. Выполняйте инструкции своего медицинского сотрудника. **Не прекращайте прием aspirin без соответствующих указаний.**

Для получения более подробной информации ознакомьтесь с материалом *Как проверить, содержит ли лекарство или добавка aspirin, другие НПВП, витамин E или рыбий жир* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

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

Витамин E, поливитамины, лечебные средства из трав и другие диетические добавки могут вызвать кровотечение. Прекратите принимать их за 7 дней до операции. Если от медицинского сотрудника вы получили другие указания, тогда следуйте только им.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Лечебные средства из трав и лечение рака* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

За 3 дня до операции эзофагэктомии

При необходимости начните принимать doxazosin

Если медицинский сотрудник выписал вам рецепт для приобретения doxazosin, начните принимать его за 3 дня до операции. Дополнительная информация приводится в разделе «О доброкачественной гиперплазии предстательной железы (Benign Prostate Hyperplasia, BPH)» данного руководства.

За 2 дня до операции эзофагэктомии

Прекратите принимать нестероидные противовоспалительные лекарства (nonsteroidal anti-inflammatory drug, NSAID).

Такие нестероидные противовоспалительные лекарства, как ibuprofen (Advil® и Motrin®) и naproxen (Aleve®), могут вызвать кровотечение. Прекратите принимать их за 2 дня до операции. Если от медицинского сотрудника вы получили другие указания, тогда следуйте только им.

Для получения более подробной информации ознакомьтесь с материалом *Как проверить, содержит ли лекарство или добавка aspirin, другие НПВП, витамин E или рыбий жир* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-

drugs-nsaids).

За 1 день до операции эзофагэктомии

Запишите время, на которое назначена операция

Сотрудник отделения позвонит вам после 14:00 накануне дня процедуры. Если проведение операции запланировано на понедельник, вам позвонят в пятницу, которая будет идти перед ним. 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.

Это будет:

Центр дооперационной подготовки (Presurgical Center (PSC)) на 6-м этаже
1275 York Ave. (между East 67th Street и East 68th Street)
New York, NY 10065
Лифт B, 6-й этаж.

Чтобы получить информацию о парковке и указания о том, как добраться до всех отделений центра MSK, перейдите по ссылке www.msk.org/parking.

Соблюдайте нулевую лечебную диету.



Соблюдайте нулевую лечебную диету за день до операции. Нулевая лечебная диета состоит исключительно из прозрачных жидкостей. Примеры продуктов, которые можно употреблять во время соблюдения нулевой лечебной диеты, приведены в таблице «Нулевая лечебная диета».

Пока вы придерживаетесь нулевой лечебной диеты, выполняйте рекомендации, приведенные ниже.

- Не употребляйте твердую пищу.
- Старайтесь выпивать хотя бы по 1 стакану (емкостью 8 унций (240 мл)) прозрачной жидкости каждый час во время бодрствования.
- Пейте различные прозрачные жидкости, а не только воду, кофе и чай.
- Не пейте непрозрачные жидкости, такие как молоко или смузи.

- Не пейте жидкости с заменителями сахара, если у вас нет диабета, и если вы не получали соответствующее указание от представителя лечащей команды.

Как соблюдать нулевую лечебную диету, если у вас диабет

Узнайте у медицинского сотрудника, у которого вы наблюдаетесь по поводу сахарного диабета:

- что делать во время соблюдения нулевой лечебной диеты;
- нужно ли вам изменить дозу insulin или других лекарств от диабета, если вы их принимаете;
- следует ли вам употреблять не содержащие сахар прозрачные жидкости.

При соблюдении нулевой лечебной диеты часто проверяйте уровень сахара в крови. Если у вас есть вопросы, задайте их медицинскому сотруднику.

Нулевая лечебная диета		
	Можно	**Нельзя**
Супы	• Прозрачный бульон, мясной отвар или консоме	• Любые продукты с кусочками пищи или приправами
Сладости	• Желе, например, Jell-O® • Ароматизированный лед • Леденцы, например, Life Savers®, лимонные дольки и мятные конфеты	• Все другие сладости

Напитки	• Прозрачные фруктовые соки, например, яблочный, клюквенный, виноградный и лимонад • Газированные напитки, например, имбирный эль, 7UP®, Sprite® и минеральная вода • Спортивные напитки, например, Gatorade® и Powerade® • Черный кофе или обычный чай без молока и сливок • Вода, включая газированную (шипучую) и ароматизированную воду • Жидкие прозрачные пищевые добавки, такие как Boost® Breeze, Ensure Clear™, Pedialyte® и Diabetishield®.	• Соки с мякотью • Нектары • Смузи или коктейли • Молоко, сливки и другие молочные продукты • Ореховое молоко, растительное молоко, растительные сливки и другие заменители молочных продуктов • Алкогольные напитки

Прием душа с антисептическим средством для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG (например, Hibiclens)

Примите душ с антисептическим средством для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG вечером перед операцией.

1. Помойте волосы своим обычным шампунем и кондиционером. 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 CHG 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 CHG. Используйте теплую воду.
6. Вытритесь чистым полотенцем.

Не наносите после душа какой-либо лосьон, крем, дезодорант, макияж, пудру,

духи или одеколон.

Инструкции по приему пищи

Важная информация. Если вы принимаете препарат GLP-1 для снижения массы тела, вам не нужно соблюдать эти инструкции. Рекомендации для вас приведены в материале *Употребление пищи и напитков перед операцией или процедурой при приеме лекарств GLP-1* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines).



Не ешьте после полуночи (12 часов ночи) накануне операции или процедуры. Это также относится к леденцам и жевательной резинке.

Ваш медицинский сотрудник может дать вам другие указания о том, когда следует прекратить принимать пищу. В этом случае выполняйте полученные указания. Некоторым людям перед операцией или процедурой необходимо воздерживаться от приема пищи (не есть) в течение более длительного периода времени.

В день проведения операции

Инструкции по употреблению напитков

Важная информация. Если вы принимаете препарат GLP-1 для снижения массы тела, вам не нужно соблюдать эти инструкции. Рекомендации для вас приведены в материале *Употребление пищи и напитков перед операцией или процедурой при приеме лекарств GLP-1* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines).

В период между полуночью и за 2 часа до времени прибытия в больницу пейте только те жидкости, которые указаны в списке ниже. Не пейте и не ешьте ничего другого. Ничего не пейте за 2 часа до прибытия.

- Вода
- Прозрачный яблочный сок, прозрачный виноградный сок или прозрачный клюквенный сок
- Напитки Gatorade или Powerade
- Черный кофе или чай без каких-либо добавок (можно положить сахар, но больше ничего не добавляйте)
    - Нельзя добавлять ни молоко, ни сливки ни в каких количествах; это относится и к растительному молоку, и к заменителям молока и сливок.
    - Не добавляйте ароматизированный сироп.

Если у вас диабет, обратите внимание на количество сахара в своих напитках. Если вы включите в свой рацион эти напитки без сахара, с низким содержанием сахара или без добавления сахара, вам будет легче контролировать уровень сахара в крови.

Перед операциями и процедурами необходимо избегать обезвоживания, поэтому пейте, если испытываете жажду. Не пейте больше, чем вам нужно. Во время операции или процедуры вам будут вводить жидкости внутривенно.



Ничего не пейте за 2 часа до прибытия. Это также относится и к воде.

Ваш медицинский сотрудник может дать вам другие указания о том, когда следует прекратить пить. В этом случае выполняйте полученные указания.

Примите лекарства в соответствии с инструкциями

Специалист вашей лечащей команды скажет, какие лекарства вам следует принять утром перед операцией. Примите только эти лекарства, запив их глотком воды. Это могут быть все или некоторые из ваших обычных утренних лекарств; возможно, что вам ничего не нужно будет принимать.

Прием душа 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 металлических предметов. Снимите все ювелирные украшения, включая пирсинг на теле. Используемое во время операции оборудование при соприкосновении с металлом может вызвать ожоги.
- Удалите лак и наклейки с ногтей.
- Оставьте ценные вещи дома.
- Если у вас началась менструация (месячные), воспользуйтесь гигиенической прокладкой, а не тампоном. Вам выдадут одноразовое белье и прокладку, если это необходимо.

Что взять с собой

- Свой дыхательный аппарат для профилактики приступов апноэ во сне (например, аппарат СИПАП, [CPAP]) при его наличии.
- Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи, если вы его заполнили.
- Мобильный телефон и зарядное устройство.
- Сумку для хранения личных вещей, если они у вас есть. Примеры личных вещей включают очки, слуховой аппарат, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты.
- Кроссовки со шнуровкой. Возможно, ваши ноги отекут. Кроссовки со шнуровкой можно надеть даже на отекшие ноги.
- Свою зубную щетку и другие туалетные принадлежности по желанию.
- Эти рекомендации. Они вам потребуются, когда вы будете учиться ухаживать за собой после операции.

По прибытии в больницу

Когда вы войдете в больницу, поднимитесь на лифте B на 6-й этаж. Пройдите в зал ожидания PSC и отметьтесь в регистратуре.

Различные представители персонала 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.

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. Обязательно укажите рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри и кремы.

Медсестра/медбрат может поставить внутривенную (ВВ) капельницу в одну из вен, обычно на руке или кисти. Если медсестра/медбрат не поставит капельницу, это сделает ваш анестезиолог, когда вы будете в операционной.

Встреча с анестезиологом

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

- просмотрит медицинскую карту вместе с вами;
- спросит, были ли у вас ранее проблемы с анестезией, к ним относятся тошнота (ощущение подступающей рвоты) или боль;
- расскажет о вашем комфорте и безопасности во время операции;
- расскажет о типе анестезии, которую вы получите;
- ответит на вопросы об анестезии, которые могут у вас возникнуть.

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.

Информация для ухаживающих лиц, родных и друзей

Чтобы знать, чего стоит ожидать в день операции близкого человека, ознакомьтесь с материалом *Информация для членов семьи и друзей в день операции* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery).

Подготовка к операции

Перед операцией вам потребуется снять очки, слуховой аппарат, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты.

Вы пройдете в операционную самостоятельно, или сотрудник центра отвезет вас туда на каталке. Представитель операционной бригады поможет вам лечь на операционный стол. На голени вам наденут 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, специалисты вашей лечащей команды введут вам через рот в трахею дыхательную трубку. Она поможет вам дышать. Кроме того, в мочевой пузырь вам установят мочевой катетер (Foley). Через него из мочевого пузыря будет отводиться моча во время операции.

После завершения операции хирург наложит на разрезы хирургические скобы или швы. Кроме того, на разрезы вам могут наложить Steri-Strips™ (тонкие полоски хирургического пластыря) или нанести Dermabond® (хирургический клей). Разрезы могут быть закрыты повязкой.

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

После эзофагэктомии

В этом разделе приведена информация о том, чего стоит ожидать до, во время и после операции. Вы узнаете, как безопасно восстанавливаться после операции в больнице и в домашних условиях.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, чтобы задать их своему медицинскому сотруднику.

В палате пробуждения

Когда вы проснетесь после операции, вы будете находиться в палате пробуждения. Медсестра/медбрат будет следить за температурой, пульсом, артериальным давлением и уровнем кислорода. Возможно, вы будете получать кислород через трубку, которая будет располагаться под носом, или через маску, закрывающую нос и рот. Кроме того, на голени вам наденут компрессионные ботинки.

Трубки и дренажи

Вам будут установлены описанные ниже зонды и дренажи. Ваш медицинский сотрудник расскажет, чего стоит ожидать.

- **Мочевой катетер (катетер Foley®):** это трубка для отвода мочи из мочевого пузыря. Ваша лечащая команда будет отслеживать количество вырабатываемой мочи во время пребывания в больнице.
- **Назогастральный зонд:** через эту трубку выводится содержимое желудка. Все необходимое питание вы будете получать через питательный зонд.
- **Еюностомический зонд (питательный зонд):** этот зонд вводится в тонкий кишечник, и по нему вы получаете питание в то время, пока не можете есть самостоятельно.
- **Плевральная дренажная трубка:** это трубка для отвода крови, жидкости и воздуха, скапливающихся вокруг легких. Она вводится между ребрами в пространство между грудной клеткой и легкими (см. рисунок 4). Ваша лечащая команда будет отслеживать количество выделяемой жидкости. Плевральная дренажная трубка будет извлечена тогда, когда прекратится утечка воздуха из легкого.Большинство пациентов возвращаются домой сразу же после извлечения плевральной дренажной трубки.
- **Дренажное устройство:** это устройство подсоединяется к плевральной дренажной трубке. Через него выводится кровь, жидкость и воздух, скапливающиеся вокруг легких.

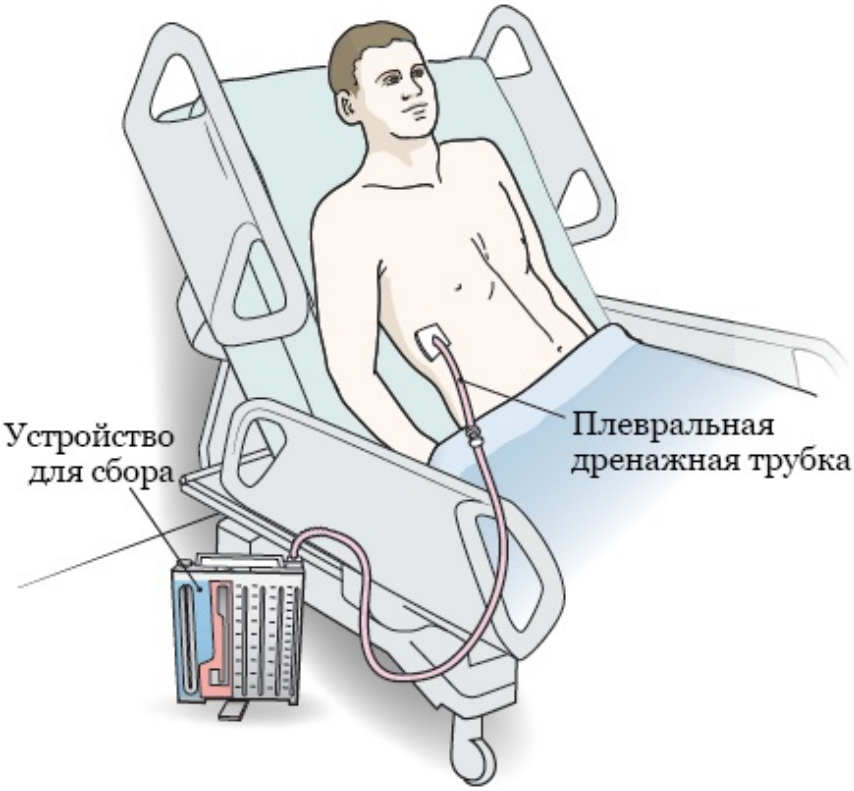


Рисунок 4. Плевральная дренажная трубка с дренажным устройством

Обезболивающие лекарства

Во время пребывания в послеоперационной палате вы будете получать обезболивающее лекарство эпидуральным или внутривенным способом.

- При эпидуральном обезболивании лекарство вводится в эпидуральное пространство через эпидуральный катетер. Эпидуральное пространство — это пространство в позвоночнике вокруг спинного мозга.
- При внутривенном обезболивании лекарство вводится в кровь через капельницу внутривенного ведения.

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

Перевод в больничную палату

Вы останетесь в послеоперационной палате на ночь. Длительность пребывания в послеоперационной палате зависит от того, когда освободится место в стационаре. 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 процесса вашего выздоровления. В большинстве случаев пациенты остаются в больнице на 7 дней.

В больничной палате вы встретитесь с кем-то из медсестер/медбратьев, которые будут ухаживать за вами во время пребывания в больнице. Вскоре после перевода в палату медсестра/медбрат поможет вам встать с кровати и пересесть в кресло.

Медицинские сотрудники научат вас ухаживать за собой в процессе восстановления после операции. Вы ускорите свое восстановление, если:

- **Прочтете составленный для вас план выздоровления.** Ваш медицинский сотрудник предоставит вам план выздоровления с указанными в нем целями, если у вас еще нет такого плана. Он поможет вам узнать, что делать и что ожидать в каждый из дней периода выздоровления.
- **Начнете есть и двигаться сразу, как только сможете.** Чем раньше вы встанете с кровати и начнете двигаться или ходить, тем скорее сможете вернуться к привычному образу жизни.

Вы можете использовать контрольный список целей для выписки в MSK MyChart, чтобы отслеживать ход своего восстановления. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Часто задаваемые вопросы о контрольном списке целей для выписки* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist).

Обезболивание

Вы будете испытывать болевые ощущения после операции. Сначала обезболивающее лекарство будут вводить вам через эпидуральный катетер или капельницу внутривенного введения. Вы будете контролировать введение обезболивающего лекарства с помощью устройства PCA. Когда

эпидуральный катетер или капельницу снимут, специалисты вашей лечащей команды научат вас вводить обезболивающее лекарство самостоятельно через питательный зонд.

Мы будем часто спрашивать вас о болевых ощущениях и давать вам лекарства по мере необходимости. Если боль не утихнет, сообщите об этом одному из ваших медицинских сотрудников. Обезболивание крайне необходимо для того, чтобы вы могли использовать стимулирующий спирометр, а также вставать с постели и ходить. Контролируя боль, вы сможете быстрее восстановиться.

Перед выпиской из больницы вы получите рецепт для приобретения обезболивающего лекарства. Поговорите со своим медицинским сотрудником о возможных побочных эффектах. Спросите, когда вам можно перейти на безрецептурные обезболивающие лекарства.

Движение и ходьба

Движение и ходьба помогут вам снизить риск образования сгустков крови и пневмонии (инфекции легких). Эти виды активности также помогут возобновить выход газов и стул (опорожнение кишечника). Медсестра/медбрат, физиотерапевт или реабилитационный терапевт помогут вам начать передвигаться, если это понадобится.

Для получения дополнительной информации о том, как ходьба может помочь восстановлению, ознакомьтесь с материалом *Часто задаваемые вопросы о ходьбе после операции* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery).

Чтобы узнать, как обезопасить себя и избежать падений находясь в больнице, ознакомьтесь с материалом *Позовите на помощь! Не упадите!* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall).

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. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с

материалом *Как пользоваться стимулирующим спирометром* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer).

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

Прием пищи и напитков

Вы не сможете сразу же принимать пищу или пить. Содержимое желудка будет выводиться через НГЗ. Питание вы будете получать через питательный зонд.

Примерно через 3 дня после операции НГЗ будет извлечен. Где-то через 6 дней после операции вы сможете начать пить прозрачные жидкости небольшими глотками.

Ваш врач поговорит с вами о том, когда вам будет безопасно начать принимать пищу и напитки. От медсестры/медбрата вы получите информацию о том, как вам следует принимать пищу и напитки после операции. Вам также объяснят, как самостоятельно вводить питание через питательный зонд.

Во время пребывания в больнице вы также встретитесь с клиническим врачом-диетологом стационарного отделения. Он поможет вам составить рацион питания на период пребывания в больнице и после выписки.

Если у вас возникли вопросы о рационе питания, попросите записать вас на прием к врачу-диетологу. Для получения дополнительной информации о приеме пищи и напитков после операции ознакомьтесь с материалом *Рацион и питание во время лечения рака пищевода* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/nutrition-during-treatment-esophageal-cancer).

Планирование выписки

Ваш врач скажем вам, если вам будет необходимо остаться в больнице дольше запланированного времени. Ниже приводятся примеры причин, по которым вам может понадобиться остаться в больнице на более длительное время:

- утечка воздуха из легких;

- наличие сердечной аритмии;
- проблемы с дыханием;
- температура 101°F (38,3°C) или выше.

Выписка из больницы

Перед выпиской из больницы осмотрите свои разрезы вместе с кем-то из своих медицинских сотрудников. Запомните, как выглядят разрезы, чтобы замечать их изменения в дальнейшем.

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 даст представитель вашей лечащей команды.

Дома

Прочтите *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 избежать падений дома, а также во время визитов в центр MSK.

Заполнение послеоперационной анкеты Recovery Tracker

Нам нужно знать, как вы себя чувствуете после выписки из больницы. Для облегчения ухода за вами мы отправим перечень вопросов в вашу учетную запись MSK MyChart. Мы будем делать это ежедневно в течение 10 дней после вашей выписки. Эти вопросы называют послеоперационной анкетой Recovery Tracker.

Заполняйте анкету Recovery Tracker каждый день до полуночи (00:00). Это займет у вас всего 2–3 минуты. Ваши ответы на эти вопросы помогут нам понять, как вы себя чувствуете и что вам нужно.

В зависимости от ваших ответов, мы можем запросить у вас дополнительную информацию. В некоторых случаях мы можем попросить вас позвонить хирургу. Вы всегда можете позвонить в офис вашего хирурга, если у вас возникли какие-либо вопросы.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Часто задаваемые вопросы о послеоперационной анкете Recovery Tracker центра MSK* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker).

Обезболивание

Период времени, на протяжении которого люди испытывают боль и дискомфорт, может быть разным. После возвращения домой у вас могут остаться болевые ощущения, 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 в этом материале рекомендации помогут вам снимать боль в домашних условиях.

- Принимайте лекарства в соответствии с указаниями врача 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 сильную сонливость. Алкоголь может усугублять седативный эффект.
- По мере заживления разреза боль будет ослабевать, и вам будет требоваться все меньше обезболивающего лекарства. Для облегчения боли и дискомфорта подойдут безрецептурные обезболивающие лекарства. Примерами безрецептурных обезболивающих лекарств являются Acetaminophen (Tylenol®) и ibuprofen (Advil или Motrin).
    - Соблюдайте рекомендации медицинского сотрудника касательно прекращения приема назначенного вам обезболивающего лекарства.

    - Не принимайте слишком много каких-либо лекарств. Соблюдайте инструкции на этикетке или указания медицинского сотрудника.
    - Читайте этикетки принимаемых лекарств. Это очень важно при приеме лекарства acetaminophen. Acetaminophen входит в состав многих безрецептурных и рецептурных лекарств. Слишком большое количество вредно для печени. Не принимайте более одного лекарства, содержащего acetaminophen, без консультации с сотрудником своей лечащей команды.
- Обезболивающие лекарства должны помочь вам вернуться к привычному образу жизни. Количество лекарств должно быть достаточным, чтобы вы могли спокойно выполнять повседневные дела и упражнения. При возврате к активной жизни боль может немного усилиться.
- 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. Запор — это опорожнение кишечника реже, чем обычно.

Предотвращение и устранение диареи и запоров

После операции у вас может быть диарея (жидкий, водянистый стул) или запор. Это нормально. Обсудите со своим медицинским сотрудником способы предотвращения диареи и 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 рефлексы в толстом кишечнике имеют наибольшую силу.
- По возможности старайтесь гулять каждый день. Пешие прогулки — отличная физическая нагрузка, способствующая регулярному опорожнению кишечника.

- 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.
- Для лечения запоров применяются рецептурные и безрецептурные лекарства. Перед приемом каких-либо 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, прекратите его прием. При необходимости можете начать принимать его снова.

Звоните медицинскому сотруднику, если:

- приступы диареи случаются более 4–5 раз в день;
- стул имеет более неприятный запах, чем обычно;
- цвет стула отличается от обычного;
- появились или усугубились спазмы желудка или ощущение вздутия живота.

Уход за разрезом

Для очищения разреза ежедневно принимайте душ. Соблюдайте указания раздела «Принятие душа».

Если кожа под разрезом онемела, это нормально. Это происходит из-за того, что во время операции часть нервных окончаний была отсечена. Через некоторое время онемение пройдет.

Звоните медицинскому сотруднику, если:

- кожа вокруг разреза сильно покраснела;
- кожа вокруг разреза начала краснеть;
- вы заметили выделения, похожие на гной (густые и мутные);
- из разреза появился неприятный запах;

Если после выписки у вас на разрезе остались хирургические скобки, ваш медицинский сотрудник удалит их во время вашего первого визита к нему после операции. Их можно мочить.

Если вам на разрезы наложили пластырь Steri-Strips или клей Dermabond, все это отклеится и отпадет само. Если этого не произошло по прошествии 10 дней, вы можете удалить пластырь или клей самостоятельно.

Уход за разрезом для введения плевральной дренажной трубки

Из разреза для введения плевральной дренажной трубки возможны жидкие выделения желтого или розового цвета. Это нормально.

Не снимайте повязку с разреза в течение 48 часов (2 дней) после извлечения плевральной дренажной трубки. В случае намокания повязки смените ее как можно скорее.

Спустя 48 часов, если выделения отсутствуют, вы можете снять повязку и оставить разрез открытым.

При наличии выделений не снимайте повязку до тех пор, пока выделения не прекратятся. Меняйте повязку не менее одного раза в сутки или чаще, если она намокает.

В некоторых случаях выделения могут возобновляться. Это нормально. Если это произошло, наложите повязку снова. Позвоните медицинскому сотруднику, если у вас возникли вопросы.

После извлечения плевральной дренажной трубки вы можете ощущать боль в спине или груди. Это пройдет через несколько недель.

Уход за питательным зондом

Ежедневно осматривайте кожу вокруг питательного зонда на наличие покраснения, отека или гноя. Если у вас появилось что-либо из этого, позвоните своему медицинскому сотруднику.

Если питательный зонд выпал, позвоните своему медицинскому сотруднику как можно скорее. Вам объяснят, как поставить зонд на место.

Очищайте кожу вокруг места введения зонда

Ежедневно очищайте кожу вокруг места введения зонда. В течение первых 2 дней после операции делайте это пропитанными йодом ватными палочками. Начиная с третьего дня после операции, принимая душ, промывайте это место водой с мылом.

Следуйте этим инструкциям:

1. Удалите использованную повязку.
2. Очистите кожу вокруг места введения зонда.
3. Нанесите цинковую мазь.
4. Закройте место введения зонда марлевой повязкой размером 4 x 4 дюйма (10 x 10 см).
5. Согните зонд в петлю и закрепите его клейкой лентой или пластырем Cath-Secure®.

Промывайте питательный зонд

Промывайте питательный зонд один раз в сутки или согласно указаниям своего медицинского сотрудника. Следуйте приведенным ниже инструкциям.

1. Подготовьте все необходимое:
    - шприц объемом 60 мл (шприц с наконечником для катетера или шприц ENFit®);
    - 60 мл воды (обычная вода из-под крана, теплая или комнатной температуры) в чашке;

- бумажные полотенца.

2. Помойте руки теплой водой с мылом или воспользуйтесь спиртосодержащим антисептиком для рук.
3. Наберите в шприц 60 мл воды.
4. Подложите бумажные полотенца под Y-образный порт на конце зонда.
5. Сожмите зонд. Вставьте шприц в Y-образный порт.
6. Разожмите зонд. Введите воду, осторожно проталкивая поршень.
7. Снова сожмите зонд. Извлеките шприц из Y-образного порта.
8. Вы можете использовать этот шприц повторно. Каждый раз после промывания зонда мойте его теплой водой и вытирайте насухо чистыми бумажными полотенцами.

Если у вас возникли проблемы при промывании зонда, позвоните своему медицинскому сотруднику.

Принятие душа

Вы можете принять душ через 48 часов (2 дня) после извлечения плевральной дренажной трубки. Для очищения разреза ежедневно принимайте душ. Если у вас на разрезе находятся хирургические скобки, их можно мочить.

Прежде чем принять душ, снимите повязку(-и). Принимая душ, пользуйтесь мылом, но не наносите его на сам разрез. Не трите область вокруг разреза.

Прежде чем принять душ, закройте питательный зонд, чтобы повязка не намочилась. Для этого можно воспользоваться пищевой пленкой или водонепроницаемым пластырем (например, AquaGuard®), который можно приобрести в местной аптеке. Если повязка намокла, ее следует сменить.

После душа промокните эту область насухо чистым полотенцем. Не закрывайте разрез или наложите на него повязку, если с ним может соприкасаться ваша одежда или будут наблюдаться выделения. Не принимайте ванну, пока не проконсультируетесь со своим хирургом.

Прием пищи и напитков

В большинстве случаев после выписки пациенты могут пить прозрачные

жидкости и получать питание через питательный зонд. Ваш врач расскажет вам, сможете ли вы принимать пищу, возвратившись домой после операции.

Ваш клинический врач-диетолог амбулаторного отделения поможет вам перейти от нулевой лечебной диеты к полной нулевой диете, а потом и к мягкой пище, когда вы будете к этому готовы. Если у вас установлен питательный зонд, вам покажут, какую питательную смесь вы будете использовать дома. Ваш специалист по страховым случаям поможет вам обратиться в страховую компанию и выяснить, какую именно смесь покрывает ваша страховка. Не все страховые компании возмещают расходы на питательные смеси.

Количество питательной смеси, которую вы получаете через зонд, будет меняться в зависимости от того, какую пищу и напитки вы употребляете. Ваш клинический врач-диетолог амбулаторного отделения может попросить вас вести журнал ежедневного учета потребляемых калорий или отслеживать свой вес, или же делать и то, и другое. Вы можете использовать журнал, представленный в разделе «Журнал учета потребляемых калорий» этого руководства.

Для получения дополнительной информации о приеме пищи и напитков после операции ознакомьтесь с материалом *Рацион и питание во время лечения рака пищевода* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/nutrition-during-treatment-esophageal-cancer).

Уход за полостью рта

Поддерживайте чистоту полости рта, чтобы снизить риск скопления бактерий, вызывающих развитие инфекций. Несмотря на то, что вы будете получать питание через питательный зонд, вам нужно будет чистить зубы и полоскать рот. Медсестра/медбрат также дадут вам указания по поводу того, как ухаживать за полостью рта.

Выведение мокроты

В зимние месяцы во время сна используйте увлажнитель воздуха. Обязательно часто меняйте воду и очищайте увлажнитель. Соблюдайте инструкцию производителя.

Устранение сухого кашля

В течение нескольких недель после операции у вас может быть сухой кашель. Это нормально, и со временем он пройдет. Позвоните своему медицинскому сотруднику, чтобы он посоветовал вам, как бороться с сухим кашлем.

Физическая нагрузка и упражнения

На момент выписки из больницы ваш разрез будет выглядеть зажившим снаружи, однако он еще не заживет внутри. В течение первых 8–12 недель после операции:

- Не поднимайте ничего тяжелее 10 фунтов (4,5 кг).
- Воздержитесь от интенсивных физических нагрузок (таких как бег и теннис).
- Не занимайтесь контактными видами спорта (например, футболом).

Аэробные упражнения, такие как ходьба и подъем по лестнице, помогут вам набраться сил и улучшить свое самочувствие. Ходите не менее 2–3 раз в день по 20–30 минут. Вы можете ходить по улице или внутри помещения, например в магазине или торговом центре.

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

Укрепление рук и плечевого пояса

Упражнения на растяжку помогут вам восстановить амплитуду движений руки и плеча в полном объеме. Они также помогут снять боль с той стороны, где проводилась операция.

Выполняйте упражнения, описанные в разделе «Упражнения на растяжку» этого руководства. Начинайте выполнять их сразу же после снятия плевральной дренажной трубки.

Занимаясь делами, задействуйте ту руку и плечо, со стороны которых проводилась операция. Например, мойтесь, расчесывайте волосы, доставайте вещи с полки шкафа именно этой рукой. Это поможет

восстановить функции руки и плеча в полном объеме.

Курение

Не курите. Курение всегда будет вредно для вашего здоровья, а в период восстановления оно особенно опасно. Курение приводит к сужению кровеносных сосудов. Это уменьшает количество кислорода, поступающего к ранам в процессе их заживления.

Кроме того, курение может вызывать проблемы с дыханием и выполнением привычных дел. Также важно избегать мест, где накурено. Медсестра/медбрат может дать вам информацию о том, как вести себя с курящими людьми или в ситуациях, когда курят.

Помните, если вы не в состоянии отказаться от курения самостоятельно, вам может помочь Программа лечения табакозависимости центра MSK (MSK Tobacco Treatment Program). Чтобы записаться на прием, позвоните по телефону 212-610-0507.

Вождение автомобиля

Уточните у своего медицинского сотрудника, когда можно снова садиться за руль. Не водите автомобиль, пока вы принимаете обезболивающее лекарство, оно может вызывать сонливость.

Вы можете ездить на автомобиле в качестве пассажира в любое время после выписки.

Половая активность

Ваш медицинский сотрудник скажет вам, когда можно возобновить половую активность. Обычно это возможно после того, как заживут разрезы.

Возвращение на работу

Расскажите своему медицинскому сотруднику, кем вы работаете. Вам скажут, когда вам будет безопасно снова начать работать, в зависимости от того, чем вы занимаетесь. Если на работе вы много двигаетесь или поднимаете тяжести, возможно, вам придется побыть дома дольше. Если вы сидите за столом, то сможете вернуться на работу раньше.

Путешествия

Не летайте на самолете, пока ваш врач не даст вам на это разрешение. Он обсудит с вами этот момент во время вашего первого визита после операции.

Последующее наблюдение

Ваш первый визит после операции состоится через 2–3 недели после выписки из больницы. Медсестра/медбрат дадут вам указания, как записаться на прием, в том числе сообщат номер телефона, по которому следует позвонить.

В ходе этого визита ваш хирург подробно обсудит с вами результаты лабораторных исследований. Он также может снять питательный зонд.

После операции вы также можете записаться на прием к другим медицинским сотрудникам. Здесь можно записать информацию об этих приемах. Запишите тип и время приема.

Управление эмоциями

После операции по поводу серьезного заболевания у вас может появиться новое чувство подавленности. Многие люди говорят, что иногда им хотелось плакать, они испытывали печаль, обеспокоенность, нервозность, раздражение или злость. Вы можете обнаружить, что не в состоянии сдерживать некоторые из этих чувств. Если это случится, постарайтесь найти эмоциональную поддержку. Ваш медицинский сотрудник может записать вас на прием в Центр по предоставлению консультаций MSK (Counseling Center). Вы также можете сами позвонить в этот Центр по номеру 646-888-0200.

Первый шаг на этом пути — рассказать о своих чувствах. Друзья и близкие могут помочь вам. Мы также можем успокоить и поддержать вас и дать совет. Обязательно рассказывайте нам о своем эмоциональном состоянии и об эмоциональном состоянии ваших друзей и близких. Вы и ваши близкие можете воспользоваться многочисленными информационными ресурсами. Мы готовы помочь вам, вашим друзьям и близким справиться с эмоциональными аспектами вашей болезни, Мы можем помочь независимо от того, где вы находитесь — в больнице или дома.

Упражнения на растяжку

Упражнения на растяжку помогут вам восстановить амплитуду движений руки и плеча в полном объеме. Можете начать выполнять их сразу же после снятия плевральной дренажной трубки.

Выполняйте упражнения в соответствии с приведенными ниже инструкциями. Один из ваших медицинских сотрудников скажет вам, сколько раз повторить каждое упражнение.

Для выполнения этих упражнения вам понадобится стул с прямой спинкой и полотенце для рук.

Растяжение мышц подмышечной впадины

1. Сядьте на стул с прямой спинкой и поставьте ступни на пол.
2. Сцепите руки вместе перед собой (см. рисунок 5).
3. Удерживая руки сцепленными вместе, поднимите их вверх над головой.
4. Опустите руки на затылок.
5. Медленно разверните верхнюю часть туловища вправо. Оставайтесь в этом положении в течение 5 секунд, отводя локти как можно дальше назад.
6. Вернитесь в исходное положение.
7. Медленно разверните верхнюю часть туловища влево. Оставайтесь в этом положении в течение 5 секунд, отводя локти как можно дальше назад.
8. Вернитесь в исходное положение.



Рисунок 5. Растяжение мышц подмышечной впадины

Растяжка с полотенцем

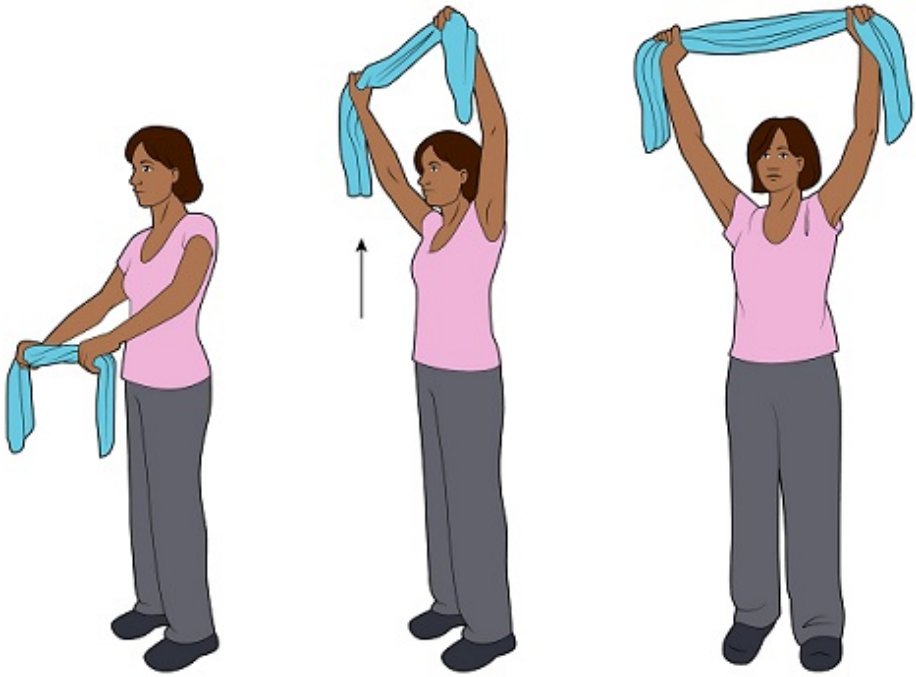


Рисунок 6. Растяжка с поднятием рук вверх

1. Встаньте в удобное положение, поставив ступни на расстоянии около 6 дюймов (15 см) друг от друга.
2. Держите полотенце для рук перед собой. Возьмитесь руками за его концы (см. рисунок 6).
3. Поднимите руки над головой, выпрямите локти и потянитесь к верхней части спины. Не прогибайте спину. Не делайте упражнение через силу, если вам тяжело. Попытайтесь удерживать это положение в течение 5 секунд.
4. Расслабьтесь и вернитесь в исходное положение.



Рисунок 7. Растяжка с отведением рук назад

5. Встаньте так, как описано в пункте 1.
6. Возьмитесь за полотенце за спиной и поднимите его как можно выше (см. рисунок 7). Старайтесь стоять прямо. Попытайтесь удерживать это положение в течение 5 секунд.
7. Вернитесь в исходное положение.

Когда следует обращаться к своему

медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас:

- температура тела 101°F (38,3°C) или выше;
- выпал питательный зонд;
- забился питательный зонд;
- появились проблемы с глотанием.
- возникла тошнота или рвота;
- отсутствует стул в течение 3 дней;
- усилилась диарея или изменился ее характер;
- усиливается озноб или потливость;
- возникла боль, которая не проходит после приема обезболивающего лекарства;
- затрудненное дыхание;
- кожа вокруг разреза более теплая, чем обычно;
- кожа вокруг разреза очень красная или начала краснеть;
- появился или увеличивается отек области вокруг разреза;
- появились выделения из разреза, которые имеют неприятный запах, густую консистенцию или желтый цвет;
- Возникли какие-либо вопросы или опасения.

Контактная информация

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Вы можете связаться с сотрудником своей лечащей команды с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00. В остальное время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом.

Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

Службы поддержки

В этом разделе приводится список вспомогательных служб. Они могут помочь вам в период подготовки к операции и восстановления после нее.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, чтобы задать их своему медицинскому сотруднику.

Группы поддержки MSK

Виртуальные программы: рак пищевода
vp@mskcc.org
Центр MSK предлагает тем, кто перенес операцию по поводу рака пищевода, возможность присоединиться к онлайн-группе поддержки и дополнительного образования. Вы можете поговорить о проблемах, возникающих во время и после лечения, поделиться своим опытом и оказать практическую и эмоциональную поддержку другим людям. Обсуждения проводятся под руководством социального работника и медсестры/медбрата.

Вспомогательные службы MSK

Приемное отделение
212-639-7606
Позвоните, если у вас есть вопросы по госпитализации, например, по поводу подачи запроса на одноместную палату.

Отделение анестезии
212-639-6840
Позвоните, если у вас есть какие-либо вопросы по анестезии.

Кабинет доноров крови
212-639-7643
Позвоните для получения информации, если вы хотите стать донором крови или тромбоцитов.

Международный центр Bobst
www.msk.org/international
888-675-7722
Мы принимаем пациентов со всего мира и предлагаем большое количество услуг, чтобы им помочь. Если вы приехали из другой страны, позвоните для

получения помощи в организации вашего лечения.

Центр по предоставлению консультаций (Counseling Center)
www.msk.org/counseling
646-888-0200
Многим людям помогают психологические консультации. Специалисты нашего Центра по предоставлению консультаций (Counseling Center) проводят индивидуальные, групповые и семейные сеансы. Мы также можем назначить лекарства, которые помогут вам избавиться от беспокойства или выйти из подавленного состояния. Чтобы записаться на прием, попросите направление у сотрудника своей лечащей команды или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Программа «Кладовая продуктов» (Food Pantry Program)
646-888-8055
Мы предоставляем продукты питания малообеспеченным пациентам во время лечения рака. Для получения более подробной информации поговорите с сотрудником своей лечащей команды или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Служба интегративной медицины и здоровья (Integrative Medicine and Wellness Service)
www.msk.org/integrativemedicine
Наша служба интегративной медицины и здоровья предлагает пациентам различные услуги в дополнение к традиционному медицинскому уходу. Например, мы предлагаем музыкальную терапию, терапию сознания и тела, танцевальную и двигательную терапию, йогу и тактильную терапию. Чтобы записаться на прием для получения этих услуг, позвоните по номеру 646-449-1010.

Вы также можете запланировать консультацию с медицинским сотрудником Службы интегративной медицины и здоровья. Совместно вы составите план, который поможет вам придерживаться здорового образа жизни и справляться с побочными эффектами. Для записи на консультацию позвоните по номеру 646-608-8550.

Библиотека центра MSK
library.mskcc.org

Вы можете зайти на веб-сайт нашей библиотеки, написать электронное письмо на адрес asklibrarian@mskcc.org или обратиться к сотрудникам библиотеки. Вам помогут найти дополнительную информацию о конкретном виде рака. В библиотеке вы также можете ознакомиться с Руководством по обучению пациентов.

Служба по вопросам питания (Nutrition Service)
www.msk.org/nutrition
212-639-7312
Наша служба по вопросам питания предлагает консультации по вопросам питания с одним из клинических врачей-диетологов. Ваш клинический врач-диетолог обсудит с вами ваши пищевые привычки и посоветует, что следует употреблять в пищу во время лечения и после него. Чтобы записаться на прием, попросите направление у сотрудника своей лечащей команды или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Образовательные материалы для пациентов и общественности (Patient and Community Education)
www.msk.org/pe
Посетите веб-сайт, посвященный обучению пациентов и общественности, где вы сможете поискать обучающие материалы в нашей виртуальной библиотеке.

Служба выставления счетов пациентам (Patient Billing)
646-227-3378
Позвоните, если у вас возникли какие-либо вопросы о предварительном согласовании с вашей страховой компанией. Это также называют предварительным разрешением (preapproval).

Представительская служба для пациентов (Patient Representative Office)
212-639-7202
Позвоните, если у вас возникли вопросы о бланке доверенности на принятие решений о медицинской помощи или сомнения по поводу вашего лечения.

Периоперационная поддержка близких медсестрами/медбратьями (Perioperative Nurse Liaison)
212-639-5935
Позвоните, если у вас есть вопросы о том, кому MSK будет предоставлять

информацию о вас во время вашей операции.

Персональные медсестры/медбратья и сопровождающие (Private Duty Nurses and Companions)
646-357-9272
Вы можете запросить помощь персональной(-ого) медсестры/медбрата или сопровождающих как в больнице, так и дома. Позвоните нам, чтобы получить более подробную информацию.

Услуги по реабилитации
www.msk.org/rehabilitation
Некоторые виды рака и его лечение могут привести к возникновению слабости, скованности или напряжения в теле. В некоторых случаях может развиться лимфедема (отек). Наши врачи-реабилитологи, реабилитационные терапевты и физиотерапевты могут помочь вам вернуться к привычному образу жизни.

- **Врачи-реабилитологи** занимаются диагностикой и лечением проблем, влияющих на то, как вы двигаетесь и выполняете действия. Они могут составить для вас программу реабилитационной терапии и помочь скоординировать ее выполнение либо в центре MSK, либо в другом учреждении поближе к дому. Чтобы получить дополнительную информацию, позвоните в отделение реабилитационной медицины (физиотерапии) по телефону 646-888-1929.
- **Реабилитационный терапевт** может вам помочь, если у вас возникают проблемы с выполнением привычных повседневных дел. Он, к примеру, может порекомендовать приспособления, облегчающие выполнение повседневных задач. **Физиотерапевт** может научить вас упражнениям, позволяющим развить силу и гибкость. Чтобы получить дополнительную информацию, позвоните в отделение реабилитационной терапии по телефону 646-888-1900.

Программа **«Ресурсы для жизни после рака» (Resources for Life After Cancer Treatment (RLAC) Program)**
646-888-8106
В центре 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.

В рамках этой программы предусмотрено множество услуг. Мы предлагаем семинары, мастер-классы, группы поддержки и консультации, касающиеся жизни после лечения. Мы также оказываем помощь в решении проблем с медицинской страховкой и трудоустройством.

Программы по вопросам сексуальной медицины и здоровья (Sexual Health Programs)
Рак и процедуры его лечения могут повлиять на сексуальное здоровье, детородную функцию или затронуть обе эти сферы. Программа сексуального здоровья при MSK может помочь вам до, во время и после лечения.

- Наша программа сексуальной и репродуктивной медицины для женщин (Female Sexual Medicine and Women's Health Program) поможет справиться с проблемами сексуального здоровья, такими как преждевременная менопауза или проблемы, связанные с детородной функцией. Для получения более подробной информации обратитесь за направлением к сотруднику вашей лечащей команды в центре MSK или позвоните по телефону 646-888-5076.
- Наша программа сексуальной и репродуктивной медицины для мужчин (Male Sexual and Reproductive Medicine Program) поможет справиться с проблемами сексуального здоровья, например такими, как эректильная дисфункция (erectile dysfunction (ED)). Попросите направление у специалиста своей лечащей команды или позвоните по телефону 646-888-6024, чтобы узнать больше.

Социальная работа
www.msk.org/socialwork
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 на протяжении всего курса лечения. Они могут помочь вам общаться с детьми и другими членами семьи.

Наши сотрудники социальных служб также могут направить вас в местные агентства и на различные программы. Если вы испытываете трудности с оплатой счетов, они также располагают информацией о ресурсах для получения финансовой помощи. Позвоните по телефону, указанному выше, чтобы получить более подробную информацию.

Духовная поддержка
212-639-5982
Наши капелланы (духовные наставники) готовы выслушать, поддержать членов семьи и прочесть молитву. Они могут связаться с местным духовенством или религиозными группами, просто утешить и протянуть руку духовной помощи. За духовной поддержкой может обратиться любой человек. Для этого не нужно иметь какую-либо религиозную принадлежность.

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)
www.msk.org/tobacco
212-610-0507
Если вы хотите бросить курить, в центре MSK есть специалисты, которые могут помочь. Позвоните нам, чтобы получить более подробную информацию.

Виртуальные программы
www.msk.org/vp
Мы предлагаем онлайн-обучение и поддержку для пациентов и ухаживающих за ними лиц. Это занятия в интерактивном режиме, во время которых вы можете поговорить или просто послушать. Вы можете больше узнать о своем диагнозе и о том, чего ожидать во время лечения и как подготовиться к лечению рака.

Занятия проводятся конфиденциально, бесплатно и с привлечением высококвалифицированных специалистов. Посетите наш веб-сайт, чтобы получить дополнительную информацию о виртуальных программах или зарегистрироваться для участия.

Внешние вспомогательные службы

Организация Access-A-Ride
web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm
877-337-2017
Центр MTA в Нью-Йорке предлагает совместные поездки и услуги сопровождения для людей с ограниченными возможностями, которые не могут воспользоваться автобусом или метро.

Организация Air Charity Network
www.aircharitynetwork.org
877-621-7177
Помогает организовать поездки в медицинские центры.

Американское общество по борьбе с раком (American Cancer Society (ACS))
www.cancer.org
800-ACS-2345 (800-227-2345)
Предлагает разнообразную информацию и услуги, в том числе «Приют надежды» (Hope Lodge) — место для бесплатного проживания пациентов и ухаживающих за ними лиц на время лечения рака.

Веб-сайт «Карьера и рак» (Cancer and Careers)
www.cancerandcareers.org
646-929-8032
Ресурс, на котором собраны образовательные материалы, инструменты и информация о различных мероприятиях для работающих людей, заболевших раком.

Организация Cancer*Care*
www.cancercare.org
800-813-4673
275 Seventh Avenue (между улицами West 25th и 26th Streets)
New York, NY 10001
Предоставляет консультации, группы поддержки, образовательные мастер-классы, публикации и финансовую помощь.

Общество Cancer Support Community
www.cancersupportcommunity.org

Предоставляет поддержку и образовательные материалы людям, столкнувшимся с раком.

Организация Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org
800-896-3650
Предоставляет образовательные материалы и поддержку для тех, кто заботится о близких с хроническими заболеваниями или с ограниченными возможностями.

Организация Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org
866-328-1313
Предлагает бесплатные поездки по стране с целью лечения за счет свободных мест на корпоративных авиарейсах.

Организация Good Days

www.mygooddays.org
877-968-7233
Предлагает финансовую помощь для покрытия доплат во время лечения. У пациентов должна быть медицинская страховка, они должны соответствовать ряду критериев, и им должны быть назначены лекарства, которые входят в формуляр Good Days.

HealthWell Foundation

www.healthwellfoundation.org
800-675-8416
Предоставляет финансовую помощь для покрытия доплат, взносов на медицинское страхование и нестрахуемых минимумов на определенные лекарства и виды лечения.

Организация Joe's House

www.joeshouse.org
877-563-7468
Предоставляет больным раком и членам их семей список мест для проживания рядом с медицинскими центрами.

Ресурс LGBT Cancer Project

www.lgbtcancer.com
Предоставляет поддержку и защиту интересов для представителей ЛГБТ-сообщества, включая группы поддержки онлайн и базу данных клинических испытаний, которые приветствуют участие членов ЛГБТ-сообщества.

Организация LIVESTRONG Fertility
www.livestrong.org/fertility
855-744-7777
Предоставляет информацию о репродуктивной функции и поддержку для больных раком, чье лечение включает риски, связанные с детородной функцией, а также для пациентов, излечившихся от рака.

Программа «Выгляди хорошо и чувствуй себя лучше» (Look Good Feel Better Program)
www.lookgoodfeelbetter.org
800-395-LOOK (800-395-5665)
Эта программа предлагает мастер-классы, которые помогут научиться позитивнее воспринимать свой внешний вид. Для получения дополнительной информации или для записи на мастер-класс позвоните по указанному выше номеру телефона или посетите веб-сайт программы.

Национальный институт рака (National Cancer Institute)
www.cancer.gov
800-4-CANCER (800-422-6237)

Национальный геронтологический комитет (National Council on Aging, NCOA)
www.benefitscheckup.org
Предоставляет информацию и ресурсы для людей старшего возраста, а также предлагает BenefitsCheckUp® — бесплатный онлайн-инструмент, где доступны программы помощи в получении рецептурных лекарств, включая программу Extra Help от Medicare.

Национальная сеть больных раком из ЛГБТ-сообщества (National LGBT Cancer Network)
www.cancer-network.org
Предоставляет образовательные материалы, обучающие курсы и защиту интересов пациентов — представителей ЛГБТ-сообщества, перенесших рак и входящих в группу риска.

Ресурс Needy Meds
www.needymeds.org
Предоставляет список программ помощи пациентам, связанной с непатентованными лекарствами и лекарствами с зарегистрированной торговой маркой.

Организация NYRx
www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm
Предоставляет льготы при приобретении рецептурных лекарств настоящим и бывшим сотрудникам бюджетного сектора штата Нью-Йорк, которые соответствуют определенным требованиям.

Фонд обеспечения доступа для пациентов (Patient Access Network Foundation)
www.panfoundation.org
866-316-7263
Предоставляет помощь в покрытии доплат для пациентов со страховкой.

Фонд защиты интересов пациентов (Patient Advocate Foundation)
www.patientadvocate.org
800-532-5274
Обеспечивает доступ к медицинскому обслуживанию, финансовую помощь, помощь в страховании, помощь в сохранении рабочего места, а также доступ к национальному справочнику ресурсов для незастрахованных пациентов.

Сообщество Red Door Community (ранее известное как Gilda's Club)
www.reddoorcommunity.org
212-647-9700
Место, где больные раком люди получают социальную и эмоциональную поддержку благодаря общению, участию в мастер-классах, лекциях и общественных мероприятиях.

Организация RxHope
www.rxhope.com
877-267-0517
Оказывает помощь в приобретении лекарств, на которые у людей нет средств.

Triage Cancer

www.triagecancer.org
Предоставляет юридическую, медицинскую и финансовую информацию и ресурсы для людей, больных раком, и ухаживающих за ними лиц.

Образовательные ресурсы

В этом разделе приводится перечень обучающих материалов, которые упоминались в данном руководстве. Эта информация поможет вам подготовиться к операции и восстановиться после нее.

Читая эти материалы, записывайте вопросы, чтобы задать их своему медицинскому сотруднику.

- *Часто задаваемые вопросы о послеоперационной анкете Recovery Tracker центра MSK* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
- *О заблаговременном планировании ухода за пациентом для больных раком и лиц, ухаживающих за ними* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Рацион и питание во время лечения рака пищевода* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/nutrition-during-treatment-esophageal-cancer)
- *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 проверить, содержит ли лекарство или добавка aspirin, другие НПВП, витамин E или рыбий жир* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)
- *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)

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

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

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center