



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Об операции по закрытию илеостомы

Это руководство поможет вам подготовиться к операции по закрытию илеостомы в центре MSK. С его помощью вы также сможете 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 по закрытию илеостомы

Информация об илеостомии

Илеостома — это отверстие в брюшной полости (на животе), которое сделал хирург при операции по удалению части толстой или прямой кишки. Илеостома была создана из той части тонкого кишечника, которая называется подвздошной кишкой. Она позволяет выводить содержимое кишечника (каловые массы) из организма в стомный мешок (калоприемник). Илеостома была сделана для того, чтобы мог зажить анастомоз (место, где хирургом выполнено сращение кишечника).

Информация об операции по закрытию илеостомы

Операция по закрытию илеостомы проводится для того, чтобы обратить илеостому, и позволить вам выводить кал из организма обычным способом, как до операции. Операция по закрытию илеостомы, как правило, производится через вашу стому (см. рисунок 1). Вашему хирургу

может потребоваться сделать дополнительный разрез (хирургический надрез), но это бывает редко.

После завершения операции у вас будет небольшая рана на том месте, где раньше была илеостома. Процесс заживления этой раны продлится от 4 до 6 недель. Вам нужно будет ежедневно менять повязки на ране. Пока вы будете находиться в больнице, медсестра/медбрать научит вас менять повязку и предоставит необходимые принадлежности для выполнения этой процедуры в домашних условиях.

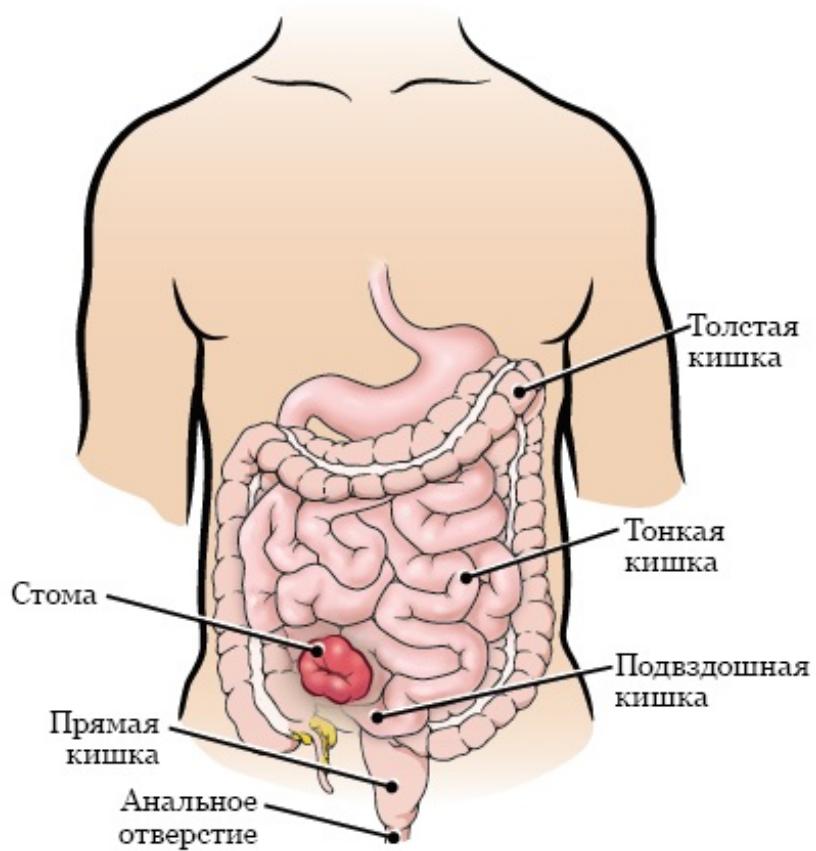


Рисунок 1. Стома

Перед операцией по закрытию илеостомы

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. Примеры таких лекарств:
 - 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 препараты, 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 (AICD) или другой прибор для стимуляции работы сердца.
- В прошлом у меня были проблемы с анестезией. Анестезия — это

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.

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.

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.

О курении

Если вы курите или пользуетесь электронным устройством для курения, во время операции у вас могут возникнуть проблемы с дыханием. Примерами электронных устройств для курения являются вэйпы и электронные сигареты. Прекращение курения даже за несколько дней до операции может помочь предотвратить проблемы с дыханием во время операции и после нее.

Если вы курите, ваш медицинский сотрудник направит вас к специалистам нашей [программы 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 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]), возмите его с собой в день

проведения 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 (PST)

Перед операцией вам нужно будет пройти предоперационное исследование. 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 дооперационного 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 препараты, 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/медбратьем 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.
- Анализы крови.

APP может порекомендовать вам обратиться к другим медицинским специалистам, а также скажет, какие лекарства 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. 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, возмите 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.

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 acetaminophen (Tylenol®) и ibuprofen (Advil® или Motrin®)

Acetaminophen и ibuprofen являются безрецептурными обезболивающими лекарствами. Они помогут справиться с болевыми ощущениями после операции в домашних условиях.

Лучше приобрести эти лекарства заранее, если у вас их еще нет. Вы можете купить их в местной аптеке без рецепта.

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 Е, поливитамины, лечебные средства из трав и другие диетические добавки

Витамин Е, 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 2 дня до операции

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

Такие нестероидные противовоспалительные препараты, 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 Е 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

Соблюдайте нулевую лечебную диету.

Вам потребуется соблюдать нулевую лечебную диету в день перед операцией. Нулевая лечебная диета состоит исключительно из прозрачных жидкостей. Их примеры приведены в таблице «Нулевая лечебная диета».

Пока вы придерживаетесь нулевой лечебной диеты, выполняйте рекомендации ниже.

- Страйтесь выпивать хотя бы по 1 чашке (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.
- Не употребляйте твердую пищу.

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	<ul style="list-style-type: none">• Прозрачный бульон, мясной отвар или консоме	<ul style="list-style-type: none">• Любые продукты с кусочками пищи или приправами
Сладости	<ul style="list-style-type: none">• Желе, например, Jell-O®• Ароматизированный лед• Леденцы, например, Life Savers®, лимонные дольки и мягкие конфеты	<ul style="list-style-type: none">• Все другие сладости

Напитки	<ul style="list-style-type: none"> 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®. 	<ul style="list-style-type: none"> 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
---------	--	---

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 212-639-7606.

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

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

Инструкции по употреблению пищи



Не ешьте после полуночи (12 часов ночи) накануне операции. 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 необходимо воздерживаться от приема пищи (не есть) в течение более длительного периода времени.

В день проведения операции

Инструкции по употреблению напитков

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 обычный чай (можно добавить сахар, но больше ничего не добавляйте, включая
 - молоко или сливки животного происхождения, растительное молоко и молочный порошок;
 - не добавляйте мед или
 - 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 операцией необходимо избегать обезвоживания, поэтому пейте, если испытываете жажду. Не пейте больше, чем вам нужно. Во время операции 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.

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.
- Не наносите какой-либо лосьон, крем, дезодорант, макияж, пудру, духи или одеколон.
- 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 шнурковкой. Возможно, ваши ноги отекут. Кроссовки со шнурковкой можно надеть даже на отекшие ноги.

- Свой дыхательный аппарат для профилактики приступов апноэ во сне (например, аппарат СИПАП (СРАР)) при его наличии.
- 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.
- Эти рекомендации. С помощью этих рекомендаций представители лечащей команды объяснят вам, как ухаживать за собой после операции.

По прибытии в больницу

Когда вы войдете в больницу, поднимитесь на лифте В на 6-й этаж. Пройдите в зал ожидания 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.

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

Встреча с медсестрой/медбратьем

Вы встретитесь с медсестрой/медбратьем 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/медбрать может поставить внутривенную (ВВ) капельницу в одну из вен, обычно на руке или кисти. Если медсестра/медбрать 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.

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

Вашу рану закроют марлей и повязкой.

После операции по закрытию илеостомы

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/медбрать будет следить за вашей 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 будут надеты компрессионные ботинки.

Обезболивающие лекарства

Для снятия боли и для общего комфорта вам будут давать специальные лекарства. Обезболивающие лекарства могут вводиться разными способами:

- **Блокада нервов:** некоторым пациентам до или во время операции проводится процедура блокады нерва. Медицинский сотрудник делает инъекцию лекарства в определенный нерв, чтобы уменьшить боль после операции.
- **Внутривенное введение лекарств:** некоторым пациентам обезболивающее лекарство может вводиться прямо в вену через капельницу внутривенного введения.

После операции вам будут вводить лекарство одним или сразу несколькими из этих способов. Эффективны все перечисленные методы обезболивания. Ваш медицинский сотрудник обсудит с вами выбор наиболее подходящего именно для вас метода.

Перевод в больничную палату

Вы будете находиться в послеоперационной палате до тех пор, пока не придете в себя, и пока не утихнет боль. Большинство пациентов переводятся в больничные палаты после нескольких часов в палате пробуждения, но тех, кому требуется наблюдение, оставляют на ночь.

После пребывания в этой палате пробуждения один из сотрудников переведет вас в больничную палату.

В больничной палате

Длительность вашего пребывания в больнице после операции зависит от процесса вашего выздоровления. Большинство пациентов остаются в больнице на 2 дня. Специалисты вашей лечащей команды расскажут вам, чего следует ожидать.

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.

Ваша лечащая команда научит вас ухаживать за собой в процессе восстановления после операции. Вы ускорите свое восстановление, если:

- Прочтете составленный для вас план выздоровления. Мы составим для вас 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.
- Начните есть и двигаться сразу, как только сможете. Чем раньше вы встанете с кровати и начнете 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).

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

Обезболивание

Вы будете испытывать болевые ощущения после операции. 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. Контролируя боль, вы сможете лучше восстановиться.

Большинство людей могут контролировать свои болевые ощущения с помощью безрецептурных лекарств. Если во время пребывания в больнице вы ощущаете необходимость применения более сильных обезболивающих лекарств, то при выписке ваш медицинский сотрудник выдаст вам рецепт на них. Обсудите с медицинскими сотрудниками возможные побочные эффекты и то, как постепенно снизить дозировку (постепенно прекратить прием) этих лекарств.

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).

Изучите составленный для вас план выздоровления, чтобы узнать рекомендации по поводу движения и ходьбы. Медсестра/медбрать, 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).

Выполнение упражнений для легких

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

- Медсестра/медбратья выдаст вам стимулирующий спирометр. Используйте его 10 раз в час во время бодрствования. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом [Как пользоваться стимулирующим спирометром \(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer\)](http://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 правильно их выполнять.

Прием пищи и питье

Сразу после операции вы не сможете есть твердую пищу. Вы будете соблюдать нулевую лечебную диету. После ее завершения вы постепенно вернетесь к употреблению твердой пищи. Обычно это происходит на следующий день после операции.

До выписки из стационара клинический врач-диетолог даст вам более подробные рекомендации по поводу питания после операции.

Уход за раной

На месте, где была илеостома, у вас будет рана. Она будет закрыта с помощью хирургических швов или скоб и будет очень чувствительной и красной. Это нормально.

Каждый день, пока вы находитесь в больнице, медсестра/медбратья будут закрывать рану марлей и накладывать на нее свежую повязку. Вас также научат, как делать это самостоятельно. До того как вас выпишут, вам дадут возможность попрактиковаться в смене повязки и марлевого тампона, закрывающих рану.

Лицу, ухаживающему за вами, также будет полезно научиться ухаживать за вашей раной. Так этому человеку будет легче помогать вам дома.

Ваша рана должна затянуться через 4–6 недель после операции.

Планирование выписки из стационара

Медсестра/медбрать предоставят вам всю необходимую помощь и инструкции по уходу за раной, чтобы вы могли делать это дома самостоятельно. Большинство людей также пользуются услугами медсестры/медбрата, которая(-ый) посещает их на дому и оказывает помощь в процессе выздоровления. Ваш куратор (сотрудник лечащей команды, который помогает планировать и координировать предоставление услуг) обсудит это с вами при планировании выписки.

Выписка из больницы

Перед выпиской из больницы осмотрите свои раны 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 в период с 8:00 до 10:00 часов. 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).

Уход за раной

Соблюдайте указания вашей лечащей команды, касающиеся частоты смены марлевого тампона и повязки на ране. Большинство людей также пользуются услугами медсестры/медбрата, которая(-ый) посещает их на дому и оказывает помощь.

Прежде чем касаться раны, вымойте руки водой с мылом или дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе. Это поможет предотвратить развитие инфекции.

Ежедневно проверяйте рану на наличие признаков инфекции до тех пор, пока медицинский сотрудник не подтвердит, что она зажила. Немедленно свяжитесь со своим медицинским сотрудником, если вы заметили любой из нижеперечисленных признаков развития инфекции в ране:

- температура 100,4°F (38,0°C) или выше;
- припухлость вокруг раны;

- боль, которая не проходит после приема обезболивающего лекарства;
- выделения, похожие на гной (густые и мутные);

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. Обычно боль проходит через 1–2 недели.

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 препараты. Примерами безрецептурных обезболивающих препаратов 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 препарата acetaminophen. Acetaminophen входит в состав многих безрецептурных и рецептурных лекарств. Слишком большое

количество вредно для печени. Не принимайте более одного препарата, 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 усиливаться.
- 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.

Изменения в работе кишечника

Прямая кишка — это резервуар для накопления кала. Поскольку часть прямой кишки была удалена, этот резервуар стал меньше.

Поэтому опорожнения кишечника будут происходить чаще, а их объем будет меньше, поскольку большее количество кала просто не сможет там накопиться. Со временем прямая кишка растянется и сможет накапливать большее количество стула. Этот процесс может занять от нескольких месяцев до нескольких лет.

В течении первых нескольких недель после операции у вас будет наблюдаться частый стул. Это связано с тем, что нижняя часть толстой кишки некоторое время не использовалась. Организму потребуется время, чтобы восстановиться.

После операции опорожнения кишечника могут:

- происходить чаще обычного;
- происходить как несколько раз в час, так и несколько раз в неделю;
- происходить через день;
- оставлять ощущение незавершенности. После завершения опорожнения кишечника вы можете ощущать желание продолжать это

делать.

Кроме того:

- у вас могут возникать сильные позывы срочно опорожнить кишечник;
- вы можете путать желание опорожнить кишечник с желанием испустить газы.

Если вы также проходили лучевую терапию, эластичность прямой кишки может быть снижена. Она не сможет растягиваться и накапливать кал также, как до операции. Обычно это временное явление.

Рекомендации при частом опорожнении кишечника

Если ваш кишечник опорожняется несколько раз в день, возможно, вам придется несколько дней соблюдать щадящую диету. При соблюдении щадящей диеты откажитесь от употребления:

- молочных продуктов, включая молоко, сыр и мороженое;
- Кофе
- шоколада;
- острую пищу;
- жареная пища.
- подлив и сливочных соусов;
- мясные продукты высокой жирности;
- жирных мясных продуктов, например колбасы и бекона;
- фруктовые соки;
- продуктов, содержащих сахарозаменители.

Соблюдение диеты BRAT также поможет контролировать частоту стула.

Диета BRAT в основном включает:

- бананы (bananas, B);
- белый рис (rice, R);

- яблочное пюре (applesauce, A);
- тосты (toast, T);

Также может помочь употребление черного чая.

Советы по контролю болезненных ощущений

Вы можете испытывать болезненные ощущения вокруг анального отверстия, вызванные частым опорожнением кишечника. В таком случае:

- Делайте ванночки с теплой водой 2–3 раза в день.
- После каждого опорожнения кишечника наносите мазь на основе оксида цинка или Desitin® на кожу вокруг анального отверстия. Это позволит предотвратить раздражение.
- Не используйте жесткую туалетную бумагу. Вместо нее используйте не содержащие спирта влажные салфетки (например гигиенические влажные салфетки).
- Если ваш медицинский сотрудник выписал вам лекарства, принимайте их в соответствии с полученными указаниями.

Принятие душа

Теплый душ расслабляет и помогает уменьшить мышечную боль.

Прежде чем принять душ, снимите повязки. В душе используйте мыло, чтобы аккуратно промыть рану. После душа промокните рану насухо чистым полотенцем. Закройте рану марлевым тампоном и наложите повязку.

Не принимайте ванну и не плавайте, пока ваш медицинский сотрудник не разрешит это делать.

Прием пищи и питье

Принимайте пищу небольшими порциями 5–6 раз в течение дня. Помните, что нужно есть медленно и тщательно пережевывать пищу. Важно поддерживать свой вес. Выпивайте по 8–10 стаканов (объемом 8 унций (240 мл)) жидкости каждый день.

Возможно, после операции ваш организм будет реагировать на пищу иначе. Некоторые продукты могут вызвать немедленное опорожнение кишечника. Некоторые продукты могут вызвать понос (жидкий или водянистый стул). После операции вам может потребоваться смена диеты.

Все люди разные, поэтому невозможно предугадать, употребление каких продуктов вызовет у вас дискомфорт. В течение первых нескольких месяцев после операции вам нужно пробовать различные продукты и следить, как организм на них реагирует. Возможно, будет целесообразно вести дневник питания. Это позволит вам отследить продукты, употребление которых вызывает дискомфорт.

Если у вас возникли вопросы о рационе питания, попросите записать вас на прием к врачу-диетологу.

Диетические добавки и лекарства

Возможно, вам будет полезно принимать диетические добавки или лекарства, помогающие работе кишечника после операции. Не принимайте их без предварительной консультации с вашим медицинским сотрудником.

Клетчатка

Ваш медицинский сотрудник может посоветовать вам принимать добавки с клетчаткой (такие как Metamucil® или Citrucel®), по прошествии приблизительно 4 недель после операции. Клетчатка поможет вам:

- Увеличить объем стула. Это помогает выводить продукты жизнедеятельности из вашего организма, так как при заполнении прямая кишка лучше сокращается.
- Растигнуть прямую кишку за счет увеличения объема формируемого кала. Процесс растяжения может занять много месяцев, но в конечном итоге опорожнения кишечника будут происходить реже и станут менее внезапными. Клетчатка позволит объединить отдельные малые порции испражнений в каловые массы большего объема. Увеличение объема кала также поможет растяжению прямой кишки и позволит накапливать больше испражнений.

Начните принимать по $\frac{1}{2}$ –1 чайной ложке в день и постепенно увеличивайте дозу по мере необходимости. Клетчатка может вызвать запор, если вы пьете недостаточно жидкости, поэтому ежедневно выпивайте не менее 8 стаканов (объемом 8 унций (240 мл) каждый, всего 2 л) воды или прозрачных жидкостей. Если у вас наблюдается вздутие живота и повышенное газообразование, принимайте simethicone (GasX®) по мере необходимости.

Пробиотики

Вам также может потребоваться прием пробиотиков. Прием пробиотиков поможет улучшить работу кишечника. Обратитесь за рекомендациями к медицинскому сотруднику.

Другие лекарства

Если у вас наблюдается частое опорожнение кишечника, ваш медицинский сотрудник может назначить лекарства для снижения активности кишечника. Они могут помочь притупить чувство необходимости немедленно опорожнить кишечник и снизить частоту опорожнений. Дозировку и частоту приема таких лекарств определит ваш медицинский сотрудник.

Если у вас отсутствовал стул в течение 2 дней, свяжитесь со своим медицинским сотрудником.

Физическая нагрузка и упражнения

В первые 6–8 недель после операции:

- не поднимайте, не толкайте и не тяните что-либо тяжелее 10 фунтов (около 4,5 кг);
- воздержитесь от интенсивных физических нагрузок (таких, как бег и теннис);
- воздержитесь от контактных видов спорта, например от игры в футбол.

Аэробные упражнения, такие как ходьба и подъем по лестнице, помогут вам набраться сил и улучшить свое самочувствие. В первые 2 недели после операции ходите не менее 2–3 раз в день по 15–20 минут. Вы можете

ходить по улице или внутри помещения, например в магазине или торговом центре. Прежде чем переходить к более интенсивным физическим упражнениям, проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником.

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. Однако если вам сложно заснуть ночью, это может означать, что вы слишком много отдыхаете в течение дня.

Упражнения Кегеля

Для укрепления мышц тазового дна рекомендуем выполнять упражнения Кегеля. Это поможет вам сдерживать каловые массы, пока вы не доберетесь до туалета, и предотвратить случайное опорожнение кишечника (недержание).

Спросите у своего медицинского сотрудника, когда нужно начинать выполнять упражнения Кегеля. Если начать выполнять их слишком рано после операции, они могут сопровождаться сильной болью.

Вы можете выполнять упражнения Кегеля сидя, стоя и в процессе ходьбы. Для этого:

1. напрягите мышцы тазового дна. Это мышцы, которые вы напрягаете, когда пытаетесь сдержать дефекацию;
2. держите их в напряжении 5–10 секунд;
3. расслабьте мышцы и отдохните.

Выполняйте это упражнение по 10 повторений 4 раза в день.

Вождение автомобиля

Вы снова сможете сесть за руль спустя 2 недели после операции. 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.

Возвращение на работу

Поговорите о своей работе со своим медицинским сотрудником. Он скажет, 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 побывать дома дольше. Если вы сидите за столом, то сможете вернуться на работу раньше.

Последующее наблюдение

Ваш первый прием после операции состоится примерно через 1–3 недели после выписки из больницы. Позвоните в офис вашего хирурга и запишитесь на прием.

Очень важно, чтобы после операции вы приходили на все приемы последующего наблюдения. Если между приемами у вас будут возникать вопросы, вы можете звонить своему медицинскому сотруднику.

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, беспокойство, 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.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас:

- температура 100,5 °F (38,0 °C) и выше;
- боль, вздутие, спазмы или болезненность брюшной полости (живота);
- возникла тошнота или рвота;
- трудности с испусканием газов;
- трудности с опорожнением кишечника;
- трудности с мочеиспусканием;
- припухлость вокруг раны.

Вы чувствуете боль вокруг раны, которая не проходит после приема обезболивающих препаратов;

- кровотечение из прямой кишки;
- следующие симптомы обезвоживания (недостаточного содержания воды в организме):
 - чувство сильной жажды;
 - сухость кожи или сухость во рту;
 - повышенную утомляемость (вы чувствуете более сильную, чем обычно, усталость или слабость);
 - Потеря аппетита.
 - головокружение, когда вы стоите;
 - Головная боль.
 - судороги ног;
- какие-либо симптомы раневой инфекции:
 - отек;
 - более сильная боль;

- повышение температуры тела в области раны;
- выделения, похожие на гной (густые и мутные);
- возникли какие-либо вопросы или опасения.

Контактная информация

Звоните в офис своего медицинского сотрудника с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00.

После 17:00, а также в выходные и праздничные дни звоните по номеру 212-639-2000. Спросите дежурного врача, замещающего вашего медицинского сотрудника.

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.

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 помочь 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 МТА 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 CancerCare

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.mygoooddays.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)

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.

Программа профессиональных консультаций по рецептурным лекарствам (Professional Prescription Advice)

www.pparx.org

888-477-2669

Помогает пациентам, у которых нет страхового покрытия рецептурных лекарств, получать лекарства бесплатно или приобретать их по низкой цене.

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.

- Руководство для лиц, ухаживающих за больными (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)
- 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)
- Позовите на помощь! Не упадите! (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- Часто задаваемые вопросы о послеоперационной анкете Recovery Tracker центра MSK (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
- Часто задаваемые вопросы о контрольном списке целей для выписки (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist)
- Часто задаваемые вопросы о ходьбе после операции (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)
- Лечебные средства из трав и лечение рака (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)
- Как быть представителем по медицинской помощи (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)
- Как проверить, содержит ли лекарство или добавка aspirin, другие НПВП, витамин Е 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)
- Что можно сделать, чтобы избежать падений (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)

[care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling\)](#)

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](#).

About Your Ileostomy Closure Surgery - Last updated on January 28, 2025

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center