



Памятка пациенту и лицу, ухаживающему за ним

Информация об операции по закрытию илеостомы

Эти рекомендации помогут вам подготовиться к операции по закрытию илеостомы в центре Memorial Sloan Kettering (MSK). Они также помогут вам понять, что ожидать в процессе выздоровления.

Прочтите эти рекомендации хотя бы один раз до операции и используйте их для справки во время подготовки к дню операции.

Берите эти рекомендации с собой на все визиты в центр MSK, включая день операции. Вы и ваша медицинская бригада будете руководствоваться ими в процессе лечения.

Информация об операции

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. Данное отверстие позволяет

выводить кал (опорожнять кишечник) из организма в специальный стомный мешок (калоприемник). Илеостома была сделана для того, чтобы мог зажить анастомоз (место, где хирург срастил кишечник).

Информация об операции по закрытию илеостомы

Операция по закрытию илеостомы проводится для того, чтобы обратить илеостомию, 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.

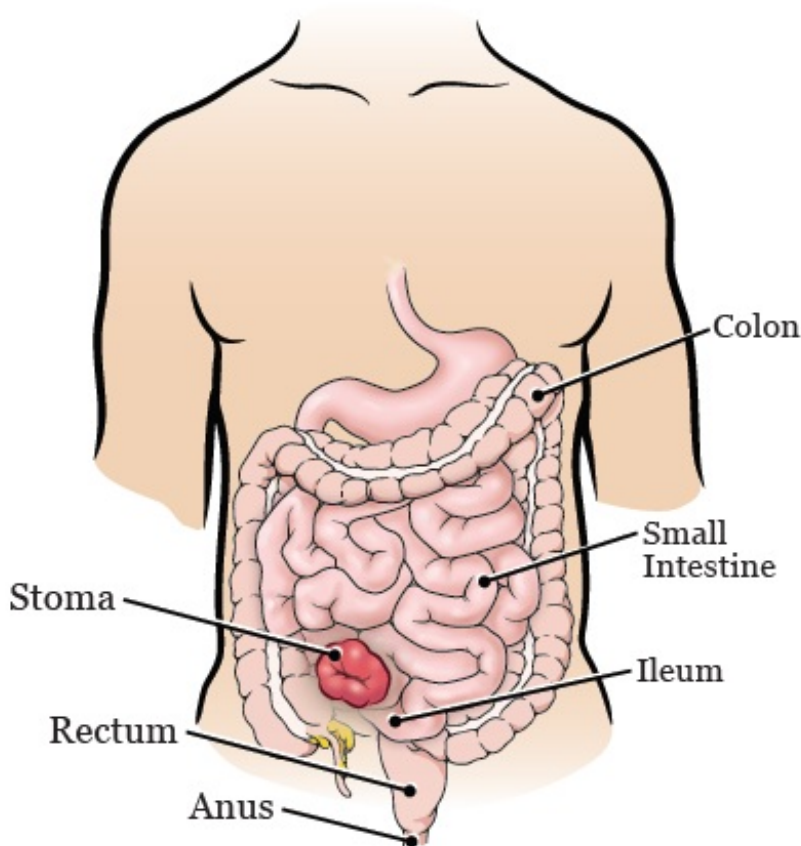


Рисунок 1. Стома

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 потребуется ежедневно менять повязки на ране. Пока вы будете находиться в больнице, медсестра/медбрат научит вас менять повязку и предоставит необходимые принадлежности для выполнения этой процедуры в домашних условиях.

До операции

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

Запишите возникшие у вас вопросы и не забудьте задать их своему врачу или медсестре/медбратау.

Подготовка к операции

Вы и ваша медицинская бригада будете готовиться к операции вместе.

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

- Я принимаю лекарство, разжижающее кровь. К таким лекарствам относятся aspirin, heparin, warfarin (Coumadin®), clopidogrel (Plavix®), enoxaparin (Lovenox®), dabigatran (Pradaxa®), apixaban (Eliquis®) и rivaroxaban (Xarelto®). Существуют и другие подобные лекарства, поэтому обязательно сообщите своему медицинскому сотруднику обо всех принимаемых вами лекарствах.
- Я принимаю лекарства, выдаваемые по рецепту (прописанные медицинским сотрудником), включая пластыри и мази.
- Я принимаю безрецептурные лекарства (которые покупаю без рецепта), включая пластыри и мази.
- Я принимаю пищевые добавки, например травы, витамины, минералы, а также натуральные или домашние лечебные средства.
- У меня есть кардиостимулятор, автоматический имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (AICD) или другой прибор для стимуляции работы сердца.
- У меня случаются приступы апноэ во сне (одышка во время сна).
- Раньше у меня возникали проблемы при анестезии (при введении лекарства, под действием которого пациент засыпает во время операции).
- У меня аллергия на некоторые лекарства или

материалы, включая латекс.

- Я не хочу, чтобы мне делали переливание крови.
- Я употребляю алкоголь.
- Я курю.
- Я принимаю легкие наркотики.

Об употреблении алкогольных напитков

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

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

Чтобы предотвратить возможные проблемы, до операции

ВЫ МОЖЕТЕ:

- Честно сообщить медицинским сотрудникам, в каком количестве вы употребляете алкоголь.
- После назначения операции попытаться прекратить употребление алкогольных напитков. Если прекратив употребление алкогольных напитков, вы испытываете головные боли, тошноту (ощущение подступающей рвоты), повышенное беспокойство, или у вас появились проблемы со сном, немедленно сообщите об этом своему медицинскому сотруднику. Это ранние признаки, связанные с отказом от алкоголя, которые можно вылечить.
- 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

Во время проведения операции у курящих могут возникнуть проблемы, связанные с дыханием. Отказ от курения даже за несколько дней до операции поможет предотвратить такие проблемы. Если вы курите, медсестра/медбрат направит вас на нашу программу

лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program). Вы также можете обратиться в эту программу по телефону 212-610-0507.

Информация о приступах апноэ во сне

Приступы апноэ во сне — это распространенное расстройство дыхания, из-за которого во время сна человек на короткий период перестает дышать. Самый распространенный вид — синдром обструктивного апноэ во сне (obstructive sleep apnea (OSA)). При OSA дыхательные пути полностью блокируются во время сна. OSA может вызвать серьезные осложнения во время и после операции.

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

Об ускоренном восстановлении после операции

Ускоренное восстановление после операции (Enhanced Recovery After Surgery (ERAS)) — это программа помощи, позволяющая вам быстрее выздороветь после операции. Очень важно выполнять предписания программы ERAS до и после проведения операции.

Чтобы подготовиться к операции, обязательно выполняйте

перечисленное ниже.

- **Прочтите эти 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 врачу или медсестре/медбрату во время следующего визита или по телефону.
- **Выполняйте физические упражнения и соблюдайте принципы здорового питания.** Это поможет подготовить организм к операции.

Чтобы быстрее восстановиться после операции:

- **Прочтете составленный для вас план выздоровления.** Это бумажная копия образовательного материала, который предоставит вам медсестра/медбрат. В этом документе описываются этапы процесса выздоровления, благодаря которым вы узнаете, что делать и что ожидать в каждый из дней периода выздоровления.
- **Начнете двигаться сразу же, 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 назначат дооперационное исследование (presurgical testing (PST)). Дата, время и место проведения дооперационного исследования будут указаны в напоминании, которое вы получите в офисе хирурга.

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

В ходе визита вы познакомитесь с медсестрой/медбратом высшей квалификации, работающей(-им) с анестезиологами (врачами и специализированными медсестрами/медбратьями, которые будут делать анестезию во время операции). Медсестра/медбрат высшей квалификации вместе с вами просмотрит медицинскую карту и вашу историю хирургических операций. Вам потребуется пройти ряд исследований, включая электрокардиограмму (electrocardiogram (EKG)) для проверки ритма сердца, рентген грудной клетки, анализы крови и другие необходимые для планирования лечения исследования. Помимо этого, медсестра/медбрат высшей квалификации может направить вас к другим специалистам.

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

Вы очень поможете нам, если на дооперационное исследование возьмете с собой:

- список всех лекарств, которые вы принимаете, включая рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри и кремы;
- результаты всех исследований, которые вы проходили вне центра MSK, например кардиограммы с нагрузкой, эхокардиограммы или доплерографии сонной артерии;
- имена и номера телефонов ваших врачей.

Определите, кто будет ухаживать за вами

Важная роль в процессе вашего лечения отводится лицу, осуществляющему уход. Медицинский сотрудник расскажет вам и лицу, ухаживающему за вами, об операции. Лицу, ухаживающему за вами, необходимо прийти после операции и получить инструкции на период после выписки, чтобы обеспечить вам правильный уход в домашних условиях. Кроме того, после выписки из больницы данному лицу будет необходимо доставить вас домой.

Заполните бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи

Если вы еще не заполнили бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи (Health Care Proxy), мы рекомендуем сделать это прямо сейчас. Если вы

уже заполнили эту форму, или у вас есть иные предварительные распоряжения, возьмите их с собой на следующий визит.

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

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

Физическая нагрузка

Постарайтесь ежедневно выполнять аэробные упражнения.

Например, проходите пешком не менее 1 мили (1,6 километра), плавайте или катайтесь на велосипеде. В холодную погоду ходите по лестнице в своем доме, отправляйтесь в торговый центр или в магазин.

Физические нагрузки помогут улучшить состояние организма для проведения операции, а также помогут облегчить и ускорить процесс выздоровления.

Придерживайтесь принципов здорового питания

До операции старайтесь получать хорошо сбалансированное здоровое питание. Если вам необходима помощь в составлении диеты, попросите своего врача или медсестру/медбрата направить вас к врачу-диетологу — специалисту по питанию.

За 10 дней до операции

Прекратите принимать витамин E

Если вы принимаете витамин E, прекратите его прием за 10 дней до операции. Витамин E может вызвать кровотечение.

Для получения дополнительной информации прочтите материал *Распространенные лекарства, содержащие aspirin и другие нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП)* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

За 7 дней до операции

Прекратите принимать определенные лекарства

Если вы принимаете aspirin, спросите врача, нужно ли вам продолжать его прием. Аспирин и содержащие его лекарства могут вызвать кровотечение. Для получения дополнительной информации прочтите материал *Распространенные лекарства, содержащие aspirin и другие нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП)* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

Прекратите принимать лечебные средства из трав и другие диетические добавки

Прекратите принимать лечебные средства из трав и другие диетические добавки за 7 дней до операции. Если вы принимаете мультивитамины, спросите врача или медсестру/медбрата, нужно ли вам продолжать их прием. Для получения дополнительной информации прочтите материал *Лечебные средства из трав и лечение рака* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

Посмотрите виртуальную экскурсию

Это видео даст вам представление о том, чего следует ожидать в Memorial Hospital (основной больнице центра MSK) в день проведения операции.

Купите прозрачные жидкости

Вам потребуется соблюдать нулевую лечебную диету до операции. Сейчас самое время подготовить все необходимое. Список прозрачных жидкостей, которые вы можете пить, смотрите в разделе «Соблюдайте нулевую лечебную диету».

За 2 дня до операции

Прекратите принимать определенные лекарства

Прекратите принимать нестероидные

противовоспалительные препараты (nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs)), такие как ibuprofen (Advil[®], Motrin[®]) и naproxen (Aleve[®]), за 2 дня до операции. Эти лекарства могут вызвать кровотечение. Для получения

дополнительной информации прочтите материал

Распространенные лекарства, содержащие aspirin и другие нестероидные противовоспалительные препараты

(НПВП) (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».

Соблюдая эту диету:

- Не употребляйте твердую пищу.
- Старайтесь выпивать хотя бы по 1 стакану (емкостью 8 унций или 240 мл) прозрачной жидкости каждый час во время бодрствования.
- Пейте различные прозрачные жидкости, а не только воду, кофе и чай.
- Не пейте жидкости с заменителями сахара, если у вас нет диабета, и если вы не получали такое указание от представителя медицинской бригады.

Для больных диабетом

Если у вас диабет, обсудите с медицинским сотрудником, у которого вы наблюдаетесь по поводу этого заболевания, что вам следует делать при соблюдении нулевой лечебной диеты.

- Если вы принимаете инсулин или другие лекарства для лечения диабета, уточните, нужно ли вам изменить их дозировку.
- Спросите, следует ли вам употреблять не содержащие сахар прозрачные жидкости.

При соблюдении нулевой лечебной диеты часто проверяйте уровень сахара в крови. Если у вас возникли

вопросы, обратитесь к своему 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 сушеной пищи или приправ
Сладости	<ul style="list-style-type: none">• Желе (например Jell-O®)• Ароматизированный лед• Леденцы (например Life Savers®)	<ul style="list-style-type: none">• Все прочие продукты
Напитки	<ul style="list-style-type: none">• Прозрачные фруктовые соки (например яблочный, клюквенный, виноградный и лимонад)• Газированные напитки (например имбирный эль, 7-Up®, Sprite® и сельтерская вода)• Спортивные напитки (например Gatorade®)• Черный кофе• Чай• Вода	<ul style="list-style-type: none">• Соки с мякотью• Нектары• Молоко или сливки• Алкогольные напитки

Запишите время, на которое назначена операция
Сотрудник приемного отделения позвонит вам после 14:00
накануне дня операции. Если проведение операции

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

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

Сон

Ложитесь спать пораньше и постарайтесь хорошо выспаться.



Ничего не ешьте и не пейте после полуночи.

Утро в день операции



За два часа до запланированного времени прибытия в больницу выпейте напиток ClearFast PreOp[®], полученный от медсестры/медбрата.

После напитка ClearFast больше ничего не ешьте и не пейте. Это также касается воды, леденцов и жевательной резинки.

Примите лекарства

Если ваш врач или медсестра/медбрат высшей

квалификации велели вам принять некоторые лекарства утром перед операцией, примите только эти лекарства, запив их маленьким глотком воды. В зависимости от лекарств и предстоящей операции это могут быть все или некоторые из лекарств, которые вы обычно принимаете по утрам, либо вообще отказ от них.

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).
- Перед тем как отправиться в операционную, вам потребуется снять слуховой аппарат, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты.

Что взять с собой

- Свободные брюки, например тренировочные.
- Кроссовки со шнуровкой. Возможно, ваши ноги отекут. Кроссовки со шнуровкой можно надеть даже на отекающие ноги.
- Свой дыхательный аппарат для профилактики приступов апноэ во сне (например, аппарат СИПАП [CPAP]) при его наличии.
- Портативный плеер при желании. При этом кому-то потребуются хранить эти вещи, когда вы отправитесь на операцию.
- 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. Представители медицинской бригады с помощью этих рекомендаций объяснят вам, как ухаживать за собой после операции.

Где припарковаться

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

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

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

По прибытии в больницу

По прибытии в больницу поднимитесь на лифте В на 6-й этаж и зарегистрируйтесь у администратора приемного покоя.

Вам будет необходимо несколько раз назвать и продиктовать по буквам свои имя и фамилию, а также указать дату рождения. Это необходимо для вашей безопасности. В один день могут оперировать людей с одинаковыми или похожими именами.



Переоденьтесь для операции

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

Встретьтесь с медсестрой/медбратом

Вы встретитесь с медсестрой/медбратом перед операцией. Сообщите ей/ему дозы всех лекарств (включая пластыри и кремы), которые вы принимали после полуночи, а также время их приема.

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

Встретьтесь с анестезиологом

Анестезиолог:

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

- ответит на ваши вопросы, касающиеся анестезии.

Подготовка к операции

По завершении визита медсестры/медбрата 1–2 посетителя смогут побыть с вами, пока вы ждете начала операции.

Перед началом операции ваших посетителей проводят в зону ожидания. Ваши посетители должны прочесть материал *Информация для членов семьи и друзей в день операции* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery).

Вы пройдете в операционную самостоятельно, или вас отвезут туда на каталке. Представитель операционной бригады поможет вам лечь на операционный стол. На нижнюю часть ваших ног будут надеты специальные компрессионные ботинки. Они будут плавно надуваться и сдуваться для улучшения тока крови в ногах.

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

Во время операции

Когда вы уснете, вам через рот в трахею введут дыхательную трубку, чтобы помочь дышать. Дыхательная трубка обычно извлекается после операции, пока вы еще находитесь в операционной. Вашу рану закроют марлей и

повязкой.

После операции

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

Запишите возникшие у вас вопросы и не забудьте задать их своему врачу или медсестре/медбрату.

В послеоперационной палате

Когда вы проснетесь после операции, вы будете находиться в послеоперационной палате.

Медсестра/медбрат будет следить за температурой вашего тела, а также за пульсом, артериальным давлением и уровнем кислорода. Возможно, вы будете получать кислород через тонкую трубочку, которая будет располагаться под носом, или через маску, закрывающую нос и рот. На голени также будут надеты компрессионные ботинки.

Обезболивающее лекарство

Для снятия боли и 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. При этом врач делает инъекцию лекарства в определенный нерв, чтобы уменьшить боль после операции.
- **Внутривенное введение лекарств (intravenous [IV]):** некоторым пациентам обезболивающее лекарство может вводиться прямо в вену через капельницу.

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

Посетители

Как правило, приблизительно через 90 минут после того, как вы будете переведены в послеоперационную палату, к вам смогут приходиться посетители. Кто-то из медсестер/медбратьев объяснит им правила поведения.

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 послеоперационной палате, но тех, кому требуется наблюдение, оставляют в ней на ночь. После пребывания в послеоперационной палате вас

переведут в больничную палату.

В больничной палате

Длительность вашего пребывания в больнице после операции зависит от процесса вашего выздоровления и характера хирургической операции. Большинство пациентов остаются в больнице на 2 дня. Специалисты из медицинской бригады расскажут вам, что следует ожидать.

Когда вас переведут в больничную палату, вы познакомитесь с медсестрой/медбратом, которая(-ый) будет ухаживать за вами во время пребывания в больнице. Вскоре после перевода в палату медсестра/медбрат поможет вам встать с кровати и пересесть в кресло.

Пока вы находитесь в больнице, медсестры/медбратья научат вас ухаживать за собой в процессе восстановления после операции. Вы ускорите свое восстановление, если:

- **Прочтете составленный для вас план выздоровления.** Медсестра/медбрат даст 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 двигаться сразу же, как только сможете.** Чем раньше вы встанете с кровати и начнете ходить, тем

скорее сможете вернуться к привычному образу жизни.

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

Обезболивание

Вы будете испытывать болевые ощущения после операции. Врач и медсестра/медбрат будут часто спрашивать вас о болевых ощущениях и давать лекарство по мере необходимости. Если боль не утихает, сообщите об этом врачу или медсестре/медбрата. Обезболивание необходимо для того, чтобы вы могли откашливаться, глубоко дышать, использовать стимулирующий спирометр и передвигаться. Контролируя боль, вы сможете лучше восстановиться.

Большинство людей могут контролировать свои болевые ощущения с помощью безрецептурных лекарств. Если во время нахождения в стационаре вы ощущаете необходимость применения более сильных болеутоляющих, то при выписке вам будет выдан рецепт на них. Обсудите с врачом или медсестрой/медбратам возможные побочные эффекты и то, как постепенно снизить дозировку (постепенно прекратить прием) данных лекарств.

Движение и ходьба

Движение и ходьба помогут вам снизить риск образования сгустков крови и пневмонии. Эти виды активности также помогут стимулировать кишечник, в результате чего у вас возобновится выход газов и стул (опорожнение кишечника).

Изучите составленный для вас план выздоровления, чтобы узнать рекомендации по поводу движения и ходьбы. Медсестра/медбрат, физиотерапевт или реабилитационный терапевт помогут вам начать передвигаться, если это понадобится.

Выполнение упражнений для легких

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

- Медсестра/медбрат выдаст вам стимулирующий спирометр. Используйте его 10 раз в час во время бодрствования. Дополнительную информацию вы можете узнать в материале *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 делать эти упражнения.

Прием пищи и питье

Сразу после операции вы не сможете есть твердую пищу. Вам будет нужно 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/медбрат будет 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.

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

Планирование выписки из стационара

Медсестра/медбрат 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. Специалист по страховым случаям (член медицинской бригады, который помогает планировать и координировать предоставление услуг) обсудит это с вами при планировании выписки.

Выписка из стационара

Ко времени выписки из стационара разрез на вашем теле начнет заживать. Перед выпиской из стационара осмотрите свой разрез вместе с медсестрой/медбратом и ухаживающим за вами лицом. Если вы будете знать, как выглядит разрез, вы сможете заметить его изменения в дальнейшем.

В день выписки вы должны запланировать отъезд из больницы на утро между 08:00 и 10:00. Прежде чем вы покинете больницу, кто-то из медицинских сотрудников оформит выписку и выпишет рецепты. Вам также дадут письменные рекомендации на период после выписки. Перед выпиской медсестра/медбрат еще раз просмотрит эти инструкции вместе с вами.

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

Дополнительную информацию вам предоставит представитель медицинской бригады.

Дома

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

Уход за раной

Соблюдать указания вашей медицинской бригады, 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. Для предотвращения инфекций прежде чем касаться раны, вымойте руки водой с мылом или обработайте их дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе.

Ежедневно проверяйте рану на наличие признаков инфекции до тех пор, пока ваш лечащий врач не подтвердит, что она зажила. Немедленно свяжитесь со своим врачом, если вы заметили любой из следующих

признаков инфекции в ране:

- температура 100,4 °F (38,0 °C) или выше;
- припухлость вокруг раны;
- усиление болевых ощущений, которые не снижаются после приема обезболивающих лекарств;
- выделения, похожие на гной (густые и мутные);

Обезболивание

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

Приведенные ниже рекомендации помогут вам снимать боль в домашних условиях.

- Принимайте лекарства в соответствии с указаниями врача и по мере необходимости.
- Если назначенное лекарство не облегчает вашу боль, свяжитесь со своим врачом.
- Не садитесь за руль и не употребляйте спиртные

напитки, пока вы принимаете рецептурное обезболивающее лекарство.

- По мере заживления раны боль будет становиться слабее, и вам будет требоваться все меньше обезболивающего лекарства. Для облегчения боли и дискомфорта подойдут обезболивающие препараты, отпускаемые без рецепта, такие как acetaminophen (Tylenol®) или ibuprofen (Advil®).
 - Соблюдайте рекомендации врача или медсестры/медбрата, касающиеся прекращения приема назначенного вам обезболивающего лекарства.
 - Не принимайте acetaminophen в количестве, превышающем указанное на флаконе, либо принимайте его в соответствии с указаниями врача или медсестры/медбрата. Слишком большое количество acetaminophen вредно для печени.
- Обезболивающие лекарства должны помочь вам вернуться к привычному образу жизни. Принимайте достаточное количество лекарства, чтобы вы могли спокойно выполнять упражнения. Однако небольшое усиление боли при увеличении физической активности является нормой.
- Следите за временем приема обезболивающих лекарств. Они наиболее эффективны через 30–45 минут после

приема. Лучше принимать лекарство при первых проявлениях боли, не дожидаясь ее усиления.

Изменения в работе кишечника

Прямая кишка — это резервуар для накопления кала. Поскольку часть прямой кишки была удалена, этот резервуар стал меньше. Это означает, что там не может накапливаться столько же кала, как раньше. 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 кала. 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 так же, 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;
- Острая пища

- жареную пищу;
- подлив и сливочных соусов;
- мясных продуктов высокой жирности;
- жирных мясных продуктов, например колбасы и бекона;
- фруктовых соков;
- 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:

- 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 лечащий врач выписал вам лекарства, принимайте их в соответствии с его 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, пока не обсудите это со своим врачом во время первого визита после операции.

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 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, для восстановления функций кишечника будет целесообразно принимать диетические добавки и лекарства. **Не принимайте их без предварительной консультации с медицинским сотрудником.**

Клетчатка

Ваш врач 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 организма;
- растянуть 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. По мере заполнения прямой кишки увеличивается и плотность стула.

Начните принимать по ½–1 чайной ложке в день и постепенно увеличивайте дозу по мере необходимости. Выпивайте не менее 8 стаканов (объемом 8 унций [240 мл] каждый, всего 2 л) воды или прозрачной жидкости ежедневно, поскольку прием клетчатки в сочетании с недостатком жидкости может привести к запору. 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, врач 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 врач.

Если у вас отсутствует стул более 2 дней, свяжитесь с врачом или медсестрой/медбратом.

Физическая активность 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);
- не занимайтесь контактными видами спорта (например футболом).

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 с врачом или медсестрой/медбратом.

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 стул, пока вы не доберетесь до туалета, и предотвратить случайное опорожнение кишечника (недержание) после закрытия илеостомы.

Спросите у лечащего врача, когда следует начинать выполнение упражнений Кегеля. Если начать выполнять их слишком рано после выписки, они могут сопровождаться сильной болью.

Вы можете выполнять упражнения Кегеля сидя, стоя и в

процессе ходьбы. Для выполнения упражнений Кегеля:

1. напрягите мышцы тазового дна (мышцы, которые вы напрягаете, когда пытаетесь сдерживать 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, которое может вызывать сонливость. Вы можете ездить на автомобиле в качестве пассажира в любое время после выписки.

Возвращение на работу

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

Последующее наблюдение

Ваш первый после операции визит к врачу состоится через 1–3 недели со дня выписки из стационара. Чтобы назначить его, после выписки из стационара позвоните в

офис своего хирурга.

Очень важно, чтобы после операции вы приходили на все запланированные визиты к врачу. В промежутке между запланированными визитами вы можете звонить врачу или медсестре/медбрату, если у вас возникнут вопросы.

Управление эмоциями

После операции в связи с тяжелым заболеванием, вы можете испытать новое для вас чувство подавленности. Многие люди говорят, что в некоторые моменты им хотелось плакать, приходилось испытывать печаль, обеспокоенность, нервозность, раздражение и злость. Может оказаться, что вы не в состоянии сдерживать некоторые из этих чувств. Если это случится, постарайтесь найти эмоциональную поддержку.

Первый шаг на этом пути — рассказать о своих чувствах. Друзья и близкие могут помочь вам. Медсестра/медбрат, врач и социальный работник могут успокоить и поддержать вас и дать совет. Обязательно рассказывайте этим специалистам о своем эмоциональном состоянии и об эмоциональном состоянии ваших друзей и близких. Вы и ваши близкие можете воспользоваться многочисленными информационными ресурсами. Где бы вы ни находились — в больнице или дома — медсестры/медбратья, врачи и социальные работники готовы помочь вам, вашим друзьям

и близким справиться с эмоциональными аспектами болезни.

Использование MyMSK

MyMSK (my.mskcc.org) — это ваша учетная запись на портале для пациентов центра MSK. Вы можете использовать MyMSK, чтобы общаться со своей медицинской бригадой, отправляя и получая сообщения, просматривать результаты анализов, уточнять дату и время визитов и прочее.

Если у вас еще нет учетной записи на портале MyMSK, можете посетить веб-сайт my.mskcc.org, позвонить по номеру 646-227-2593 или обратиться к врачу за идентификационным номером, чтобы зарегистрироваться. Также можно посмотреть видеоролик *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-enroll-mymsk-patient-portal). Обращайтесь за помощью в справочную службу MyMSK (MyMSK Help Desk) по адресу электронной почты mymsk@mskcc.org или по номеру телефона 800-248-0593.

Обратитесь к своему врачу или медсестре/медбрату, если у вас:

- температура 100,4 °F (38,0 °C) или выше;
- боль, вздутие, спазмы или болезненность брюшной полости (живота);

- тошнота или рвота;
- трудности с газоиспусканием;
- трудности со стулом (опорожнением кишечника);
- трудности с мочеиспусканием;
- припухлость вокруг раны;
- боль в области раны, которая не проходит после приема обезболивающего лекарства;
- кровотечение из прямой кишки;
- любой из следующих признаков обезвоживания (недостатка жидкости):
 - чувство сильной жажды;
 - сухость кожи или сухость во рту;
 - слабость (вы чувствуете большую усталость или слабость, чем обычно);
 - потеря аппетита;
 - ощущение головокружения, когда вы стоите;
 - головная боль;
 - судороги ног.
- любой из следующих признаков наличия инфекции в ране:
 - Отек

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

С понедельника по пятницу с 09:00 до 17:00 звоните в офис своего врача.

После 17:00, в выходные и праздничные дни позвоните по номеру телефона 212-639-2000 и спросите дежурного врача.

Вспомогательные службы

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

Запишите возникшие у вас вопросы и не забудьте задать их своему врачу или медсестре/медбрату.

Вспомогательные службы MSK

Приемное отделение (Admitting Office)

212-639-7606

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

Отделение анестезии (Anesthesia)

212-639-6840

Позвоните, если у вас есть вопросы об анестезии.

Кабинет доноров крови (Blood Donor Room)

212-639-7643

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

Международный центр Бобст (Bobst International Center)

888-675-7722

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

Услуги капеллана (Chaplaincy Service)

212-639-5982

В центре MSK капелланы готовы выслушать, поддержать членов семьи, помолиться, обратиться к местному духовенству или религиозным группам, просто утешить и протянуть руку духовной помощи. За духовной поддержкой может обратиться любой человек вне зависимости от его формальной религиозной принадлежности.

Межконфессиональная часовня расположена рядом с основным вестибюлем Memorial Hospital и открыта круглосуточно. Если у вас произошла экстренная ситуация, позвоните оператору больницы и попросите соединить вас с дежурным капелланом.

Центр по предоставлению консультаций (Counseling Center)

646-888-0200

Многим людям помогают психологические консультации. Мы предоставляем консультации отдельным лицам, парам, семьям и группам лиц, а также даем лекарства, чтобы помочь вам справиться с беспокойством или депрессией. Чтобы записаться на прием, попросите направление у своего медицинского сотрудника или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Программа «Кладовая продуктов» (Food Pantry Program)

646-888-8055

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

Служба интегративной медицины (Integrative Medicine Service)

646-888-0800

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

двигательная терапия, йога и тактильная терапия.

Библиотека MSK

library.mskcc.org

212-639-7439

Вы можете зайти на веб-сайт нашей библиотеки или обратиться к персоналу библиотеки, чтобы получить дополнительную информацию о конкретном виде рака. Кроме того, вы можете ознакомиться с разделом LibGuides на веб-сайте библиотеки MSK по адресу libguides.mskcc.org.

Обучение пациентов и ухаживающих за ними лиц

www.mskcc.org/pe

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

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

212-639-5007

Вас может поддержать беседа с человеком, который проходил лечение, подобное вашему. Благодаря нашей программе взаимной поддержки пациентов и ухаживающих за ними лиц (Patient and Caregiver Peer

Support Program) вы можете поговорить с бывшим пациентом MSK или с лицом, ухаживавшим за таким пациентом. Такие беседы являются конфиденциальными. Вы можете общаться при личной встрече или по телефону.

Служба выставления счетов пациентам (Patient Billing)

646-227-3378

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

Представительская служба для пациентов (Patient Representative Office)

212-639-7202

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

Периоперационная поддержка близких медсестрами/медбратьями (Perioperative Nurse Liaison)

212-639-5935

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

Офис персональных медсестер/медбратьев (Private

Duty Nursing Office)

212-639-6892

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

Программа «Ресурсы для жизни после рака» (Resources for Life After Cancer [RLAC] Program)

646-888-8106

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

Программы сексуального здоровья (Sexual Health Programs)

Рак и лечение рака могут повлиять на ваше сексуальное здоровье. Программа сексуального здоровья при MSK может помочь вам начать действовать и решить проблемы сексуального здоровья до, во время и после лечения.

- Наша программа сексуальной и репродуктивной

медицины для женщин помогает женщинам, которых беспокоят связанные с раком проблемы сексуального здоровья, включая преждевременную менопаузу и снижение фертильности. Для получения более подробной информации и для записи на прием позвоните по номеру телефона 646-888-5076.

- Наша программа сексуальной и репродуктивной медицины для мужчин помогает мужчинам, которых беспокоят связанные с раком проблемы сексуального здоровья, включая эректильную дисфункцию. Для получения более подробной информации и для записи на прием позвоните по номеру телефона 646-888-6024.

Социальные службы (Social Work)

212-639-7020

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

Программа лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program)

212-610-0507

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

Виртуальные программы

www.mskcc.org/vp

Виртуальные программы MSK предлагают онлайн-обучение и поддержку для пациентов и лиц, ухаживающих за ними, даже если вы не можете прийти в MSK лично. С помощью интерактивных занятий вы можете больше узнать о своем диагнозе и о том, что ожидать во время лечения и как подготовиться к различным этапам лечения рака. Занятия проводятся конфиденциально, бесплатно и с привлечением высококвалифицированных медицинских работников. Если вы хотите присоединиться к виртуальной программе обучения, посетите наш веб-сайт www.mskcc.org/vp для получения более подробной информации.

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

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

Предоставляет поездки в лечебные 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

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 West 25th Street и 26th Street)

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 людей, которые заботятся о близких с хроническими заболеваниями или ограниченными возможностями.

Организация Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

Предлагает бесплатные поездки для лечения по стране за счет свободных мест на корпоративных авиарейсах.

Организация Gilda's Club

www.gildasclubnyc.org

212-647-9700

Место, где мужчины, женщины и дети, больные раком, получают социальную и эмоциональную поддержку благодаря общению, участию в мастер-классах, лекциях и общественных мероприятиях.

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.

Организация Healthwell Foundation

www.healthwellfoundation.org

800-675-8416

Предоставляет финансовую помощь для покрытия доплат, взносов медицинского страхования 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 лечебными центрами.

Ресурс LGBT Cancer Project

<http://lgbtcancer.com/>

Предоставляет поддержку и защиту интересов для представителей ЛГБТ-сообщества, включая группы поддержки онлайн и базу данных клинических испытаний, толерантных к представителям ЛГБТ-сообщества.

Организация LIVESTRONG Fertility

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

855-744-7777

Предоставляет информацию о репродуктивной функции и поддержку больных раком, лечение которых включает риски, связанные с фертильностью, а также 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 правовых служб по вопросам рака (National Cancer Legal Services Network)

www.nclsn.org

Бесплатная программа по защите правовых интересов больных раком.

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, поддерживающих пациентов в получении непатентованных лекарств и лекарств с зарегистрированной торговой маркой.

Организация NYRx

www.nyrxplan.com

Предоставляет льготы при приобретении рецептурных лекарств настоящим и бывшим сотрудникам бюджетного сектора штата Нью-Йорк, которые соответствуют определенным требованиям.

Товарищество по оказанию помощи при приобретении рецептурных лекарств (Partnership for Prescription Assistance)

www.pparx.org

888-477-2669

Помогает соответствующим определенным требованиям пациентам, у которых нет страхового покрытия рецептурных лекарственных препаратов, получать лекарства бесплатно или приобретать их по низкой цене.

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

Предоставляет доступ к медицинскому уходу, финансовой

помощи, помощи в вопросах страхования, помощи в сохранении рабочего места и доступ к национальному справочнику ресурсов для людей с недостаточным медицинским страхованием.

Организация RxHope

www.rxhope.com

877-267-0517

Предоставляет помощь в получении лекарств, на которые у людей может не хватать денег.

Образовательные ресурсы

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

Запишите возникшие у вас вопросы и не забудьте задать их своему врачу или медсестре/медбрату.

- *Заблаговременное планирование ухода*
(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)
- *Распространенные лекарства, содержащие aspirin и*

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

- *Лечебные средства из трав и лечение рака (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)*
- *Как пользоваться стимулирующим спирометром (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)*
- *How to Use Your MyMSK Goals to Discharge Checklist (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mysk-goals-discharge-checklist)*
- *Информация для членов семьи и друзей в день операции (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery)*
- *Что можно сделать, чтобы избежать падений (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)*

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

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

About Your Ileostomy Closure Surgery - Last updated on June 3, 2020
©2020 Memorial Sloan Kettering Cancer Center