



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

О липосакции при лимфедеме на поздней стадии

Эта информация поможет вам понять, чего следует ожидать до, во время и после липосакции при лимфедеме на поздней стадии. Здесь также объясняется как ухаживать за собой после операции.

Информация о липосакции

Липосакция — это операция, при которой с помощью вакуумного устройства аккуратно удаляют (отсасывают) жир и ткани.

Вам предстоит операция по липосакции, которая называется протеиновой липектомией с использованием вакуумной аспирации (suction-assisted protein lipectomy (SAPL)). SAPL — это метод липосакции, применяемый для лечения лимфедемы 2 или 3 стадии, которая также называется лимфедемой на поздней стадии.

При лимфедеме на поздней стадии отек в пораженной конечности (руке или ноге с лимфедемой) представляет собой уже не только лимфатическую жидкость. Со временем он формируется в основном из плотного скопления жировой и рубцовой ткани. Липосакция является основным методом лечения, применяемым для удаления такого плотного скопления тканей.

Липосакция может помочь уменьшить объем пораженной конечности и облегчить симптомы лимфедемы. Однако она не применяется для лечения лимфедемы на поздней стадии.

Перед липосакцией

Ваша лечащая команда предоставит вам материал *Подготовка к операции* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery). В нем содержится информация о том, как подготовиться к липосакции. Соблюдайте эти указания, а также рекомендации, приведенные в этом разделе.

Прием у лимфолога

Лимфолог — это физиотерапевт, который специализируется на лечении лимфедемы.

Вы должны регулярно наблюдаться и проходить лечение у квалифицированного лимфолога. Если вы в настоящее время не посещаете этого специалиста, возобновите посещение как можно скорее. Если вам нужно направление к лимфологу, поговорите со своим пластическим хирургом.

Регулярные сеансы лечения в течение нескольких месяцев до операции важны для контроля отека в пораженной конечности. Планируйте приемы у лимфолога за 3–6 месяцев до операции. Для вас составят план лечения, основанный на симптомах лимфедемы.

Подготовьте компрессионное белье или бандаж

Перед операцией убедитесь, что у вас дома готово компрессионное белье (рукав или чулок) или бандаж. Вы наденете его через 48 часов (2 дня) после операции.

Если вы не уверены, какое компрессионное белье или бандаж вам следует использовать, перед операцией проконсультируйтесь со своим лимфологом.

Запишитесь на приемы для последующего наблюдения

После операции вам необходимо прийти на прием к пластическому хирургу и лимфологу. Лучше всего записаться на эти приемы заранее, до операции.

Запланируйте прием у пластического хирурга и лимфолога примерно через 1–2 недели после операции. Эти приемы можно назначить на разные дни.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом «В течение первых 2 недель после липосакции».

Во время липосакции

Липосакция будет проводиться в операционной. Во время операции вам сделают общую анестезию. Общая анестезия — это введение лекарства, под действием которого вы уснете во время операции. Вы не почувствуете боли и не будете помнить операцию.

Во время операции пластический хирург сделает небольшие разрезы (хирургические надрезы) на пораженной конечности. С помощью хирургического инструмента, называемого канюлей, хирург аккуратно удалит скопившуюся жировую и рубцовую ткань. Канюля — это тонкая трубка, соединенная с вакуумным устройством.

После завершения операции хирург удалит канюлю. Разрезы будут закрыты с помощью Steri-Strips™ (тонкого хирургического пластыря) и/или рассасывающихся швов. Со временем пластырь Steri-Strips отклеится и отпадет сам. Рассасывающиеся швы со временем естественным образом растворяются в организме. Ваш медицинский сотрудник не будет их удалять.

Хирург обернет пораженную конечность эластичным бинтом, часто называемым бинтом ACE™ или повязкой ACE. Эта компрессионная повязка оказывает постоянное мягкое давление на пораженную конечность. Это помогает уменьшить отек после операции.

Продолжительность операции составит примерно 1–2 часа.

После липосакции

После операции вас переведут в послеоперационную палату (Post-

Anesthesia Care Unit (PACU)) или в палату послеоперационного наблюдения. Медсестра/медбрат будет следить за температурой, пульсом, артериальным давлением и уровнем кислорода. Вы будете находиться в PACU или в палате послеоперационного наблюдения до тех пор, пока полностью не проснетесь.

Пораженную конечность следует приподнять с помощью нескольких подушек. Это помогает уменьшить отек. Сообщите медсестре/медбрата, если бинт ACE кажется слишком тугим, вызывает дискомфорт, онемение или покалывание в пораженной конечности.

Ваш пластический хирург назначит антибиотик (лекарство для лечения или профилактики инфекций). Ваша лечащая команда скажет вам и лицу, ухаживающему за вами, как часто и как долго следует его принимать. Следуйте полученным указаниям. Первую дозу вы примете перед выпиской из больницы.

Большинство пациентов уходят домой в день операции. Некоторым пациентам необходимо остаться в больнице на ночь, чтобы их лечащая команда могла наблюдать (внимательно следить) за ними. Это зависит от того, сколько жировых отложений и рубцовой ткани удалили при аспирации. Специалисты вашей лечащей команды расскажут вам, чего следует ожидать.

Уход за собой дома

Следуйте инструкциям и рекомендациям по уходу за собой дома после липосакции, приведенным в этом разделе.

В течение первых 2 недель после липосакции

Использование бинта ACE

Не снимайте бинт ACE в течение 48 часов после операции. Следите, чтобы он оставался чистым и сухим. Позвоните своему пластическому хирургу, если:

- через бинт ACE просачивается лимфатическая жидкость или кровь;

- бинт ACE кажется слишком тугим или вызывает дискомфорт;
- вы чувствуете онемение и/или покалывание в пораженной конечности.

Через 48 часов снимите бинт ACE и наденьте собственное компрессионное белье или бандаж. Мы рекомендуем принять первый душ после операции именно в это время. Указания приведены в разделе «Принятие душа».

Если надеть компрессионное белье или бандаж на пораженную конечность невозможно из-за слишком сильного отека, снова используйте бинт ACE. Возможно, вам придется носить его еще несколько дней или даже недель, пока не спадет отек. Если у вас возникнут вопросы по поводу повторного наложения бинта, позвоните своему пластическому хирургу.

Если через несколько дней вы по-прежнему не можете надеть компрессионное белье или бандаж, поговорите со своим лимфологом. У многих пациентов отек начинает спадать, когда они возвращаются к терапевтическому лечению лимфедемы после операции.

Использование компрессионного белья или бандажа

Чтобы уменьшить отек, постоянно носите компрессионное белье или бандаж. Если у вас есть отдельное белье для ношения в дневное и ночное время, носите его как во время бодрствования, так и во время сна.

Снимайте компрессионное белье или бандаж только перед душем. Снова надевайте его, как только вытретесь полотенцем после душа.

Вы должны носить компрессионное белье или бандаж не менее 4 недель (1 месяца). Возможно вам придется носить его и дольше. Соблюдайте указания своего пластического хирурга.

Использование пневматической помпы высокого давления (лимфедемной помпы)

Если у вас есть пневматическая помпа, пока ее не используйте. Ваш пластический хирург скажет вам, когда вы сможете снова ею пользоваться.

Принятие душа

Примите душ через 48 часов после операции. Теплый душ расслабит и поможет снизить дискомфорт.

Перед душем снимите бинт ACE. Примите теплый душ с мягким мылом. Позвольте мыльной воде стекать по разрезам. Не трите разрезы.

После душа осторожно промокните область вокруг разрезов насухо чистым полотенцем. Затем сразу наденьте компрессионное белье или бандаж. Если вы пока не можете его надеть, снова используйте бинт ACE.

Не принимайте ванну, не плавайте, не пользуйтесь джакузи и сауной, если это не разрешено вашим пластическим хирургом. Вы можете задать этот вопрос на первом приеме после операции.

Контроль боли

Если после операции вы испытываете боль или дискомфорт, вам могут помочь безрецептурные обезболивающие лекарства. Примеры безрецептурных обезболивающих лекарств:

- **Acetaminophen (Tylenol®).** Вы можете принять acetaminophen через несколько часов после операции. Следуйте инструкциям на этикетке лекарства или рекомендациям вашего пластического хирурга.
- **Нестероидные противовоспалительные лекарства (Nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAID)),** такие, как **ibuprofen (Advil®, Motrin®)** и **naproxen (Aleve®).** Вы можете принять NSAID через 48 часов после операции. Не принимайте это лекарство раньше, так как оно может повысить риск кровотечения. При приеме лекарства соблюдайте инструкции на этикетке или рекомендации пластического хирурга.

Сообщите своему пластическому хирургу, если прием безрецептурных обезболивающих лекарств не помогает вам контролировать боль. Вам могут выписать рецепт на обезболивающее лекарство более сильного действия.

Давление на разрезы

Не оказывайте прямого давления на разрезы, если это не разрешено вашим пластическим хирургом.

Прямое давление означает массаж, растирание или надавливание на разрезы кончиками пальцев. Это не то же самое, что компрессия, при которой оказывается постоянное мягкое давление на всю пораженную конечность.

Ограничения физической активности

Не толкайте, не тяните и не поднимайте ничего тяжелее 15 фунтов (около 7 кг). Это также касается домашних животных и детей. Вам потребуется помощь в выполнении таких дел, как стирка или покупка продуктов.

Не выполняйте интенсивные физические упражнения (такие, как бег, поднятие тяжестей и аэробика). Интенсивные физические упражнения — это упражнения, требующие много энергии или усилий.

Не занимайтесь контактными видами спорта, например, футболом или баскетболом.

Вам показана легкая нагрузка, например ходьба или растяжка.

Первый прием у пластического хирурга для последующего наблюдения

Ваш пластический хирург проверит, как проходит ваше заживление после операции. Хирург также оценит размер пораженной конечности и степень отека.

После первого приема ваш пластический хирург скажет вам, как часто нужно приходить на прием в дальнейшем.

Первый прием у лимфолога для последующего наблюдения

Ваш лимфолог начнет противоотечную терапию. Это план лечения, который помогает уменьшить отек пораженной конечности после операции. Ваша противоотечная терапия может включать в себя перечисленное ниже.

- Мануальный лимфодренаж (manual lymphatic drainage (MLD)), также называемый лимфатическим массажем. Этот мягкий массаж помогает вывести лимфатическую жидкость из пораженной конечности, чтобы организм мог абсорбировать ее повторно.
- Компрессионное бинтование. Это наложение лимфологом специальных повязок на пораженную конечность, которые способствуют оттоку лимфатической жидкости. Эти специальные бинты более плотные и менее эластичные, чем бинт ACE, который вы используете после операции.

Некоторые люди носят эти специальные повязки только во время сеансов лечения. Некоторым пациентам нельзя снимать повязки в течение нескольких часов после приема. Соблюдайте указания своего лимфолога.

- Упражнения, помогающие уменьшить отек пораженной конечности.
- Советы по уходу за кожей, которые помогут предотвратить инфекцию в пораженной конечности.

После первого приема ваш лимфолог скажет вам, как часто нужно приходить на прием. Если у этого специалиста возникнут вопросы о том, какие методы лечения безопасны для вас, попросите его связаться с вашим пластическим хирургом.

Через 2 недели после липосакции

Мануальный лимфодренаж

Вы или лицо, ухаживающее за вами, можете начать MLD на пораженной конечности. Избегайте массажа области разрезов. Не массируйте разрезы и прилегающие зоны.

Во время MLD соблюдайте указания своего лимфолога. Если у вас или у лица, ухаживающего за вами, возникнут какие-либо вопросы о MLD, поговорите со своим врачом.

Не оказывайте прямого давления на разрезы, если это не разрешено вашим пластическим хирургом.

Сеансы лечения лимфедемы

Приходите на сеансы лечения лимфедемы так часто, как рекомендует ваш терапевт.

Компрессионное белье, бандажи и помпы

Носите компрессионное белье или бандаж постоянно. Это также относится и к отдельному белью для ношения в дневное и ночное время.

Если вы не можете использовать компрессионное белье или бандаж из-за отека, продолжайте использовать бинт ACE.

Если у вас есть пневматическая помпа, пока ее не используйте.

Ограничения физической активности

Продолжайте придерживаться тех же ограничений в отношении физической активности.

Не толкайте, не тяните и не поднимайте ничего тяжелее 15 фунтов (около 7 кг).

Воздержитесь от интенсивных физических упражнений и контактных видов спорта.

Вы можете делать легкие физические упражнения.

Через 4 недели после липосакции

Компрессионное белье, бандажи и помпы

Если у вас есть пневматическая помпа, вы можете начать ее использование. Соблюдайте указания своего лимфолога.

Носите компрессионное белье или бандаж постоянно. Это также относится и к отдельному белью для ношения в дневное и ночное время.

Если вы не можете использовать компрессионное белье или бандаж из-за отека, продолжайте использовать бинт ACE.

Давление на разрезы

Когда пластический хирург скажет, что разрезы зажили, на них можно оказывать прямое давление. Это значит, что вы можете массировать, растирать или надавливать на них кончиками пальцев. Вы также делать MLD на самих разрезах.

Ограничения физической активности

Вы можете вернуться к своему привычному образу жизни. Ограничения на толкание, тягу, подъем, перенос тяжестей или выполнение физических упражнений отсутствуют.

Сеансы лечения лимфедемы

Продолжайте ходить на сеансы лечения лимфедемы так часто, как рекомендует ваш терапевт.

Путешествия

Если вы планируете путешествовать после операции, узнайте у своего лимфолога, безопасно ли это.

Избегайте полетов на самолете в течение как минимум 4 недель после операции. Если вам нужно лететь раньше, поговорите со своим лимфологом.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему пластическому хирургу, если:

- у вас поднялась температура до 100,4°F (38°C) и выше;
- через бинт ACE просачивается лимфатическая жидкость или кровь;
- бинт ACE кажется слишком тугим или вызывает дискомфорт;
- вы чувствуете онемение и/или покалывание в пораженной конечности;
- у вас усиливается боль в пораженной конечности;

- кожа вокруг разреза очень красная или начала краснеть;
- кожа вокруг разреза более теплая, чем обычно;
- отек вокруг разреза усиливается;
- вы заметили выделения из разреза, похожие на гной (густые и мутные);
- возникли какие-либо вопросы или опасения.

Дополнительные ресурсы

Американское общество по борьбе с раком (American Cancer Society (ACS))

www.cancer.org

800-227-2345

ACS предоставляет информацию и материалы о диагностике и лечении лимфедемы.

Сеть образования и научных исследований в сфере заболеваний лимфатической системы (Lymphatic Education and Research Network (LE&RN))

www.lymphaticnetwork.org

855-378-8163

LE&RN предлагает видеоролики, информационные бюллетени и другие ресурсы и образовательные материалы о лимфедеме, а также предоставляет список специализированных центров по лечению лимфедемы.

Национальный институт рака (National Cancer Institute (NCI))

www.cancer.gov

800-4-CANCER (800-422-6237)

NCI предоставляет информацию и материалы по диагностике и лечению лимфедемы.

Национальная сеть больных лимфедемой (National Lymphedema Network (NLN))

www.lymphnet.org

800-541-3259

NLN предоставляет образовательные услуги, материалы и поддержку людям с лимфедемой, а также справочник, который поможет вам найти квалифицированных лимфологов и врачей в вашем регионе.

Образовательный материал Департамента здравоохранения штата Нью-Йорк «Представление о лимфедеме»

Этот материал содержит информацию и ресурсы по диагностике и лечению лимфедемы, а также рекомендации, как снизить риск развития лимфедемы. Для получения дополнительной информации перейдите по ссылке www.health.ny.gov/publications/0399.

Организация Step Up, Speak Out (SU-SO)

www.stepup-speakout.org

SU-SO предоставляет ресурсы, поддержку и помощь в защите интересов людей, у которых лимфедема связана с раком молочной железы.

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

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

About Your Liposuction Surgery for Advanced-Stage Lymphedema - Last updated on August 14, 2026

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center