



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Об операции на предстательной железе

Это руководство поможет вам подготовиться к операции на предстательной железе 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.

Об операции на предстательной железе

О предстательной железе

Предстательная железа располагается ниже мочевого пузыря, перед прямой кишкой, и имеет форму грецкого ореха (см. рисунок 1). Она окружает мочеиспускательный канал, представляющий собой трубку, по которой из вашего тела выводится моча. Предстательная железа, совместно с другими железами вашего тела, служит для производства спермы.

Семенные пузырьки - это маленькие железы возле предстательной железы, которые производят секрет, входящий в состав спермы (см. рисунок 1).

Лимфатические узлы - это небольшие структуры в форме фасоли, которые располагаются по всему телу. Они производят и хранят клетки крови, призванные бороться с инфекцией.

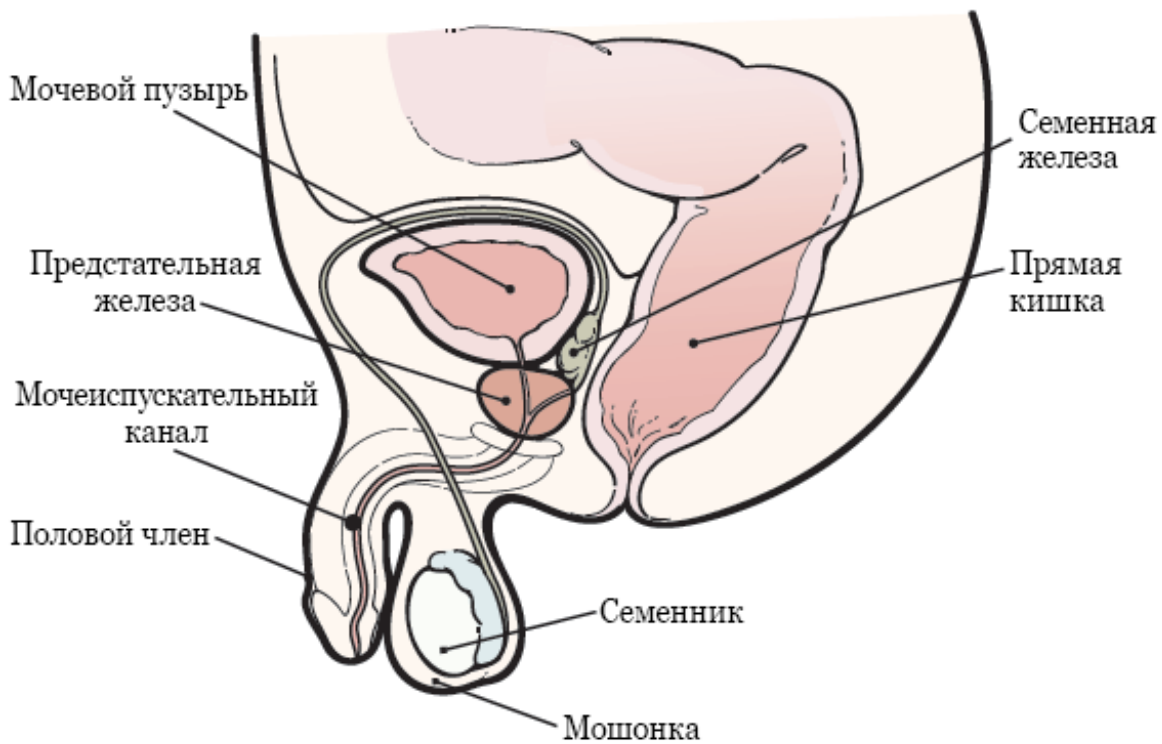


Рисунок 1. Мужская репродуктивная система

Об операции на предстательной железе

Радикальная простатэктомия — это операция по полному удалению предстательной железы и семенных пузырьков. Также при этом удаляются некоторые лимфоузлы в области таза. Это делается в целях предотвращения распространения рака от предстательной железы в другие части вашего тела.

Радикальная простатэктомия может проводиться одним из двух способов. Один из них, называемый открытой простатэктомией, предполагает выполнение открытого надреза (хирургического разреза). Другой способ предполагает использование лапароскопа - трубчатого инструмента с камерой. Ваш хирург обсудит с вами наиболее подходящий для вас вариант.

Открытая простатэктомия

При открытой простатэктомии хирург делает разрез, проходящий от лобковой кости в направлении пупка (см. рисунок 2). После чего сначала удаляют тазовые лимфатические узлы, затем предстательную железу, а затем прилегающие образования.

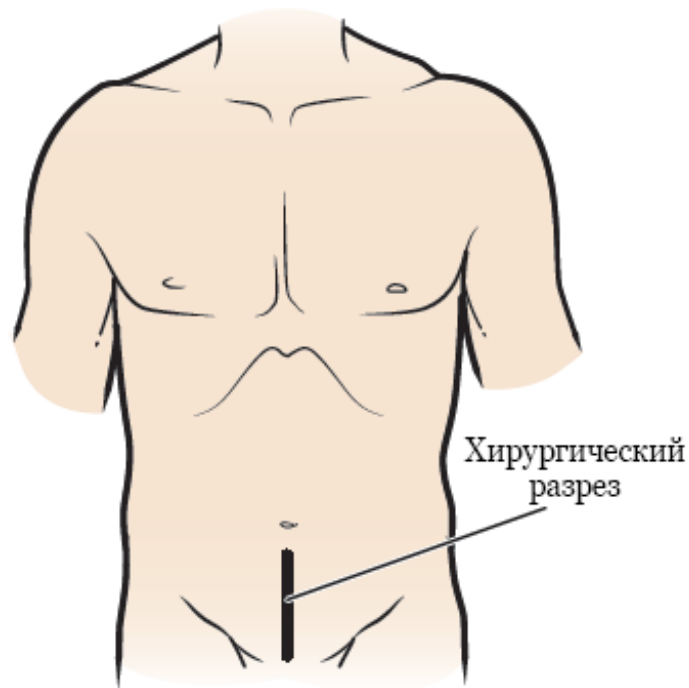


Рисунок 2. Разрез при открытой простатэктомии

Лапароскопическая или роботизированная простатэктомия

При лапароскопической или роботизированной простатэктомии хирург сделает вам несколько маленьких разрезов в области живота (в брюшной стенке) (см. рисунок 3). Затем в один из разрезов вводится лапароскоп и ваша брюшная полость расширится с помощью газа. Предстательная железа будет удалена через другие разрезы с помощью хирургических инструментов. Некоторые хирурги в MSK прошли специальное обучение по использованию роботизированных инструментов при проведении операций.

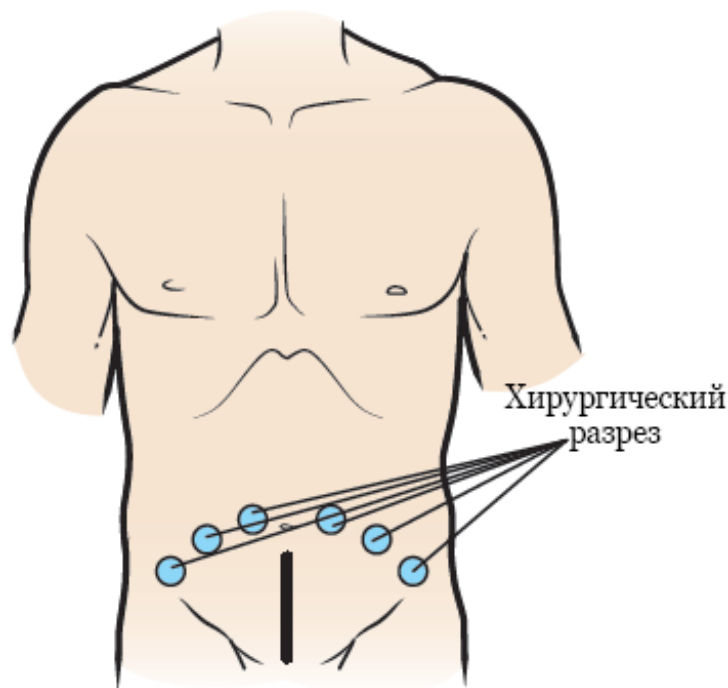


Рисунок 3. Разрезы при лапароскопической или роботизированной простатэктомии

Перед операцией на предстательной железе

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 антикоагулянты (лекарства, разжижающие кровь), например:

- Aspirin
- Heparin
- Warfarin (Jantoven[®], Coumadin[®])
- Clopidogrel (Plavix[®])
- Enoxaparin (Lovenox[®])
- Dabigatran (Pradaxa[®])
- Apixaban (Eliquis[®])
- Rivaroxaban (Xarelto[®])
- Я принимаю ингибитор SGLT2, например:
 - Canagliflozin (Invokana[®])
 - Dapagliflozin (Farxiga[®])
 - Empagliflozin (Jardiance[®])
 - Ertugliflozin (Steglatro[®])
- Я принимаю рецептурные препараты, включая повязки и кремы. Рецептурный препарат — это лекарство, которое можно получить только по рецепту врача.
- Я принимаю безрецептурные препараты, включая пластыри и кремы. Безрецептурный препарат — 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.
- У меня случаются приступы апноэ во сне.
- В прошлом у меня были проблемы с анестезией. Анестезия — это лекарство, под действием которого вы заснете во время процедуры.

Ниже приведены примеры лекарств. Существуют и другие аналогичные препараты,

поэтому обязательно сообщите своему медицинскому сотруднику обо всех принимаемых вами лекарствах.

- У меня аллергия на некоторые лекарства или материалы, в том числе латекс.
- Я не хочу, чтобы мне делали переливание крови.
- Я употребляю алкоголь.
- Я курю или использую электронные устройства для курения, например, вейп или одноразовые электронные сигареты.
- Я употребляю легкие 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

Во время проведения операции у курящих могут возникнуть проблемы, связанные с дыханием. Отказ от курения даже за несколько дней до операции поможет предотвратить подобные проблемы.

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]), возьмите его с собой в день проведения операции.

Использование MyMSK

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

Если у вас нет учетной записи MyMSK, вы можете зарегистрироваться на веб-сайте my.mskcc.org. Чтобы получить идентификационный номер для регистрации, можете позвонить по номеру 646-227-2593 или обратиться к своему врачу.

Для получения дополнительной информации посмотрите видеоролик *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal). Вы также можете обратиться в справочную службу MyMSK (MyMSK Help Desk) по адресу электронной почты mymsk@mskcc.org или по номеру телефона 800-248-0593.

Спросите о лекарствах

Мы рекомендуем принимать лекарства, которые помогут вам достичь эрекции. Это способствует притоку крови к вашему половому члену и помогает сохранить его ткани здоровыми.

Большинство страховых компаний, включая Medicare, не покрывают расходы на приобретение таких рецептурных лекарств, как sildenafil citrate (Viagra®) или tadalafil (Cialis®). Чтобы уточнить детали, до начала операции обратитесь за консультацией к своему поставщику страховых услуг. Если ваша страховка не покрывает использование таких лекарств, могут быть рассмотрены другие, более доступные варианты. Задайте этот вопрос врачу или медсестре/медбрату, чтобы начать его решение до начала операции.

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.

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 доплерография и т. д.
- Имена и телефонные номера ваших медицинских сотрудников.

Во время PST вы познакомитесь с медсестрой/медбратом высшей квалификации (advance practice provider (APP)). Это медицинский сотрудник, работающий с анестезиологами центра MSK и имеющий специальную подготовку по использованию анестезии во время операции или процедуры.

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

- Электрокардиограмма (electrocardiogram (ЕКГ)) 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, возьмите их с собой на следующий прием.

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

- Чтобы получить дополнительную информацию о доверенностях на принятие решений о медицинской помощи и других предварительных распоряжениях, ознакомьтесь с материалом

Информация о заблаговременном планировании ухода за пациентом, предназначенная для людей, 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.

Хранение спермы

Данная операция сделает вас бесплодным. Несмотря на то, что вы все ещё будете способны испытать оргазм, вы не сможете произвести сперму, необходимую для того, чтобы иметь биологических детей. Перед операцией вам следует рассмотреть возможность сдачи спермы на хранение. Попросите медсестру/медбрата рассказать вам об этом процессе подробнее.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалами *Создание семьи после лечения рака: информация для людей, чей пол при рождении был мужским* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles) и *Хранение спермы* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/sperm-banking).

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

Большинству мужчин будет трудно достичь эрекции сразу после операции. Вы можете записаться на прием к специалисту, чтобы обсудить влияние этой операции на ваше сексуальное здоровье. Вы можете связаться со специалистом Программы по вопросам сексуального здоровья и репродуктивной медицины для мужчин (Male

Sexual & Reproductive Medicine Program), позвонив по номеру 646-888-6024.

Выполняйте дыхательную гимнастику и упражнения, стимулирующие откашливание

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

Выполняйте физические упражнения

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

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

Придерживайтесь принципов здорового питания

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

Делайте упражнения для мышц тазового дна (упражнения Кегеля)

Эти упражнения позволят вам укрепить мышцы тазового дна, которые будут ослаблены в результате операции. Начните выполнять упражнения Кегеля до операции, чтобы знать, какими должны быть ваши ощущения. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Упражнения для мышц тазового дна*

(упражнения Кегеля) для мужчин (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males).



Не делайте упражнения для мышц тазового дна (упражнения Кегеля), если у вас установлен катетер Foley.

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

4 % раствор CHG — это средство для очищения кожи, которое убивает различные микроорганизмы и предотвращает их появление в течение суток после использования. Приняв душ с этим раствором перед операцией, вы снизите риск инфицирования после операции. Вы можете приобрести антисептическое средство для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG в ближайшей аптеке без рецепта.

Купите одну клизму с физраствором, например, солевую клизму Fleet®

Для подготовки кишечника к операции вам также потребуется приобрести солевую клизму. Вы можете купить ее в местной аптеке без рецепта.

За 7 дней до операции

Соблюдайте указания медицинского сотрудника по приему аспирина

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

Ешьте легкую пищу

За день до операции соблюдайте легкую диету. Это могут быть небольшие бутерброды, яйца, тосты, крекеры или суп. Ограничьте количество употребляемых молочных продуктов. Исключите жареную во фритюре пищу и блюда с большим количеством приправ.

Подготовьте кишечник к операции

Вечером накануне операции сделайте себе солевую клизму. Следуйте указаниям на упаковке.

Запишите время, на которое назначена операция

Сотрудник отделения позвонит вам после 14:00 накануне дня процедуры. Если проведение операции запланировано на понедельник, вам позвонят в пятницу, которая будет идти перед ним. Если до 19:00 с вами никто не свяжется, позвоните по номеру 212-639-5014.

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

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

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

1. Помойте волосы своим обычным шампунем и кондиционером. Тщательно ополосните волосы.
2. Вымойте лицо и область половых органов своим обычным мылом. Тщательно ополосните тело теплой водой.
3. Откройте флакон с 4% раствором CHG. Налейте небольшое количество средства в руку или на чистую махровую салфетку.
4. Отойдите от струи воды. Легкими движениями вотрите 4% раствор CHG в тело от шеи до ступней. Не наносите его на лицо и на область половых органов.
5. Вернитесь под струю воды и смойте 4 % раствор CHG. Используйте теплую воду.
6. Вытрите чистым полотенцем.

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

Рекомендации по приему пищи и напитков: за 8 часов до прибытия



- **Прекратите прием пищи за 8 часов до прибытия, если вы этого еще не сделали.**
 - Ваш медицинский сотрудник может посоветовать вам прекратить прием пищи раньше. Если нужно, то обязательно соблюдайте полученные указания.
- **За 8 часов до времени прибытия воздержитесь от еды и напитков, за исключением прозрачных жидкостей; вы можете пить:**
 - Воду
 - газированные напитки;
 - Прозрачные соки, например, яблочный, клюквенный и лимонад. Не пейте апельсиновый сок или соки с мякотью.
 - Черный кофе или чай (без молока и сливок)
 - Спортивные напитки, например, Gatorade®
 - Желе, например, Jell-O®

Вы можете пить их не позднее, чем за 2 часа до прибытия.

В день проведения операции

Помните, что за 8 часов до запланированного прибытия в больницу нельзя ни есть, ни пить ничего, кроме перечисленного выше.

Рекомендации по соблюдению питьевого режима: за 2 часа до времени прибытия



Ничего не пейте за 2 часа до прибытия. Это также касается воды.

Примите лекарства в соответствии с инструкциями

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

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

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

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

Что необходимо запомнить

- Наденьте удобную свободную одежду.
- Если вы носите контактные линзы, снимите их и наденьте очки. Во время операции контактные линзы могут травмировать глаза.
- Не надевайте металлических предметов. Снимите все ювелирные украшения, включая пирсинг на теле. Используемое во время операции оборудование при соприкосновении с металлом может вызвать ожоги.
- Оставьте ценные вещи дома.

Что взять с собой

- Свободные брюки, например тренировочные.
- Трусы типа плавок на 1-2 размера больше вашего обычного.
- Кроссовки со шнуровкой. После операции у вас могут отекают ноги. 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.
- Стимулирующий спирометр, если он у вас есть.
- Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи и другие предварительные распоряжения, если вы их 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, если они у вас есть. Личными вещами являются очки, слуховые аппараты, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты.
- Эти рекомендации. Они потребуются вам, когда вы будете учиться ухаживать за собой после операции.

По прибытии в больницу

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/медбратом

Вы встретитесь с медсестрой/медбратом перед операцией. Сообщите ей/ему дозы всех лекарств, которые вы принимали после полуночи, а также время их приема. Обязательно укажите рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри и кремы.

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

Встреча с анестезиологом

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

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

Ваш врач или анестезиолог также могут обсудить с вами возможность установки эпидурального катетера (тонкой гибкой трубки) в позвоночник (спину). Эпидуральный катетер — это еще один способ введения обезболивающего лекарства после операции.

Подготовка к операции

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

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

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

Во время операции

Когда вы уснете, специалисты вашей лечащей команды введут вам через рот в трахею дыхательную трубку. Она поможет вам дышать. Кроме того, в мочевого пузыря вам установят мочевого катетер (Foley). Через него из мочевого пузыря будет отводиться моча во время операции.

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

Как правило, лечащая команда извлекает дыхательную трубку еще в операционной.

После операции на предстательной железе

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.

Что ожидать в день процедуры

Когда вы проснетесь после операции, вы будете находиться в послеоперационной палате (Post-Anesthesia Care Unit (PACU)) или в палате послеоперационного наблюдения. Медсестра/медбрат 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.

Вам могут ввести мочевого катетер в мочевого пузыря, чтобы следить за

количеством выделяемой мочи. Вам также могут установить дренажную систему Jackson-Pratt для отведения жидкости, скапливающейся под хирургическими разрезами.

Обезболивающее лекарство вам будут вводить через капельницу внутривенного введения. Вам могут установить обезболивающую помпу, которую называют аппаратом для аналгезии, управляемой пациентом (patient-controlled analgesia (PCA)). Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Управляемая пациентом аналгезия (УПА) (Patient-Controlled Analgesia (PCA))* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca).

Медсестра/медбрат расскажет вам, как восстановиться после операции. Ниже описаны некоторые рекомендации, которые помогут сделать этот процесс более безопасным.

- Вам рекомендуется ходить при поддержке медсестры/медбрата или физиотерапевта. Мы дадим вам лекарство, чтобы снять боль. Ходьба помогает снизить риск образования сгустков крови и развития пневмонии. Она также помогает стимулировать кишечник и возобновить его работу.
- Используйте стимулирующий спирометр. Это поможет расширить легкие, что предотвратит развитие пневмонии. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как пользоваться стимулирующим спирометром* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer).

Часто задаваемые вопросы

Буду ли я испытывать боль 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/медбратау.

К характерным болевым ощущениям после операции по удалению

предстательной железы можно отнести:

- боль в области хирургических разрезов на животе;
- боли из-за газов;
- болевые ощущения в других частях вашего тела, например, в спине и плечах;
- ощущение тяжести в прямой кишке, как при потребности опорожнить кишечник. Предстательная железа располагается прямо над прямой кишкой, поэтому такие ощущения довольно распространены. Со временем они обычно проходят.

Какие еще симптомы могут проявиться у меня после операции?

Боли из-за газов после лапароскопической или роботизированной простатэктомии

Если вы перенесли лапароскопическую или роботизированную простатэктомию, газ, используемый во время вашей операции, может оказывать давление и вызывать боль в различных областях вашего тела, особенно в плечах. Это пройдет через несколько дней. Ходьба поможет вашему телу быстрее поглощать газ и уменьшит вашу боль.

Спазмы мочевого пузыря

После операции у вас могут наблюдаться спазмы мочевого пузыря. Они могут проявляться как внезапные и интенсивные спазмы в нижней части живота и в половом члене. Вы также можете почувствовать острую потребность помочиться. Эти спазмы обычно проходят со временем.

Синяк;

У вас будут синяки на животе, половом члене и мошонке. Они пройдут через 1-2 недели после операции.

Вздутие живота

В течение нескольких дней у вас может наблюдаться вздутие живота. Ходьба поможет вам уменьшить количество газов и снять вздутие.

Исключите газированные (шипучие) напитки до нормализации выведения газов из организма.

Как мне справиться с болевыми ощущениями в домашних условиях?

Болевые ощущения могут остаться у вас и в момент возвращения домой, и, возможно, вы будете принимать обезболивающее лекарство.

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 усилиться.
- Следите за временем приема обезболивающих лекарств. Они наиболее эффективны через 30–45 минут после приема. Лучше принимать лекарство при первых проявлениях боли, не дожидаясь ее усиления.

Некоторые рецептурные обезболивающие лекарства, например опиоиды, могут вызывать запоры. Запор – это более редкое или более затрудненное опорожнение кишечника чем обычно, или и то, и другое.

Как я могу уменьшить отек полового члена и мошонки?

У вас будут отеки и синяки на половом члене и мошонке. Ваша мошонка может достичь размеров грейпфрута. Эти явления нормальны и после удаления катетера будут постепенно проходить.

Вы можете уменьшить отек подкладывая под мошонку свернутое полотенце, когда вы сидите или лежите. Также поможет ношение трусов типа плавок вместо свободных трусов в виде шорт.

Нужно ли мне изменить мой рацион питания?

В первые несколько дней после операции, до первого опорожнения кишечника употребляйте только лёгкую пищу (бутерброды, йогурт, суп и напитки). Исключите из рациона продукты, которые могут вызывать усиленное газообразование, например, бобовые, брокколи, лук, белокочанную и цветную капусту. После первого опорожнения кишечника вы можете вернуться к своему обычному режиму питания, с учетом индивидуальной переносимости тех или иных продуктов.

Все время, пока у вас будет установлен катетер после операции, важно

пить достаточное количество жидкости. Пока не восстановится ваш обычный аппетит, хорошим выбором для вас будут различные супы и бульоны.

Как изменится опорожнение кишечника после операции?

- У вас может не быть стула в течение 5 дней после операции. Это нормально.
- Если вы выпускаете газы и у вас нет стула к вечеру второго дня после выписки из больницы, начните принимать MiraLAX и принимайте его до тех пор, пока ваш стул не нормализуется.
- Если у вас не было стула в течение 4 дней, позвоните вашему врачу или медсестре/медбрату.
- Если вы не выпускали газы в течение 2 дней, позвоните вашему врачу.
- Не используйте клизмы или суппозитории (ректальные свечи) в течение как минимум 6 недель после операции.

Как я могу предотвратить запоры?

- Принимайте по 1 капсуле докюзата натрия (Colace®) 3 раза в день. Это средство для размягчения стула, имеющее минимум побочных эффектов.
- Ходьба может помочь стимулировать кишечник и восстановить его нормальную работу.
- Выпивайте по 8 стаканов (объемом 8 унций [240 мл]) каждый, всего 2 л жидкости ежедневно. Пейте воду, соки, супы, молочные коктейли и другие напитки без кофеина. Напитки с кофеином, такие как кофе и газированная вода, выводят жидкость из организма.
- Постепенно увеличивайте содержание клетчатки в пище до 25-35 граммов в день. Клетчатка содержится во фруктах, овощах, цельных злаках и хлопьях из злаков. Если у вас установлена стома или в недавнее время был прооперирован кишечник, проконсультируйтесь

с вашим врачом или медсестрой/медбратом перед внесением изменений в рацион питания.

Могу ли я принимать душ?

Да. Вы можете принять душ через 24 часа после операции. Теплый душ расслабляет и помогает уменьшить мышечную боль. Принимая душ, используйте мыло и осторожно вымойте разрез. После душа насухо промокните эти зоны полотенцем и не накладывайте повязку на разрез (при отсутствии выделений). Позвоните своему врачу, если вы заметили покраснение или выделения из разреза.

Не принимайте ванну, пока не обсудите это со своим врачом во время первого визита после операции.

Как мне ухаживать за разрезами?

Расположение разреза будет зависеть от типа перенесенной операции. Если кожа под разрезом онемела, это нормально, ведь часть нервных окончаний была отсечена при операции. Через некоторое время онемение пройдет.

- Ко времени выписки из стационара ваши разрезы, сделанные в ходе операции, начнут заживать.
- Вместе с медсестрой/медбратом вы должны осмотреть свой разрез перед выпиской, чтобы знать, как он выглядит.
- При наличии выделений из разреза следует записать их количество и цвет. Позвоните в офис своего врача и поговорите с медсестрой/медбратом по поводу выделений из разреза.

Меняйте повязку не менее одного раза в сутки и чаще, если она намокает от выделений. Если выделения из разреза прекратились, можно оставить его открытым.

Если при выписке на разрез наложены полоски пластыря Steri-Strips, они отойдут и отпадут сами. Если они не отпадут через 10 дней, вы можете снять их.

Если при выписке на швы наложен клей, он также отойдет сам, как и пластырь Steri-Strips. Не трогайте клей и не пытайтесь счистить его.

Когда для меня будет безопасно водить машину?

Вы сможете водить машину после снятия катетера, если только вы не принимаете обезболивающие лекарства, способные вызвать сонливость.

Не катайтесь на велосипеде или мотоцикле в течение 3 месяцев после операции.

Какие упражнения я могу выполнять?

Физические упражнения помогут вам набраться сил и улучшить свое самочувствие. Пешие прогулки и подъемы по лестнице являются превосходной физической нагрузкой. Постепенно увеличивайте расстояние, которое вы проходите пешком. Поднимайтесь по лестнице медленно, отдыхая и останавливаясь по мере необходимости. Прежде чем переходить к более интенсивным физическим упражнениям, проконсультируйтесь со своим врачом или медсестрой/медбратом.

Когда я смогу поднимать тяжести?

Прежде чем поднимать тяжести, проконсультируйтесь со своим врачом. В большинстве случаев вам не следует поднимать ничего тяжелее 10 фунтов (4,5 кг) в течение как минимум 6 недель после операции. Спросите у своего врача, как долго вам следует воздерживаться от поднятия тяжестей.

Останутся ли у меня какие-либо трубки или дренаж после выписки?

Мочевой катетер

При выписке из больницы у вас все еще может быть установлен мочевой катетер (см. рисунок 5). Медсестра/медбрат научит вас, как за ним ухаживать в домашних условиях, а также предоставит необходимые расходные материалы. Катетер снимают, как правило, через 7-14 дней после операции. Уход за катетером - важная часть ухода за собой после операции. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *О мочевом катетере (Foley): способы очистки и ухода*

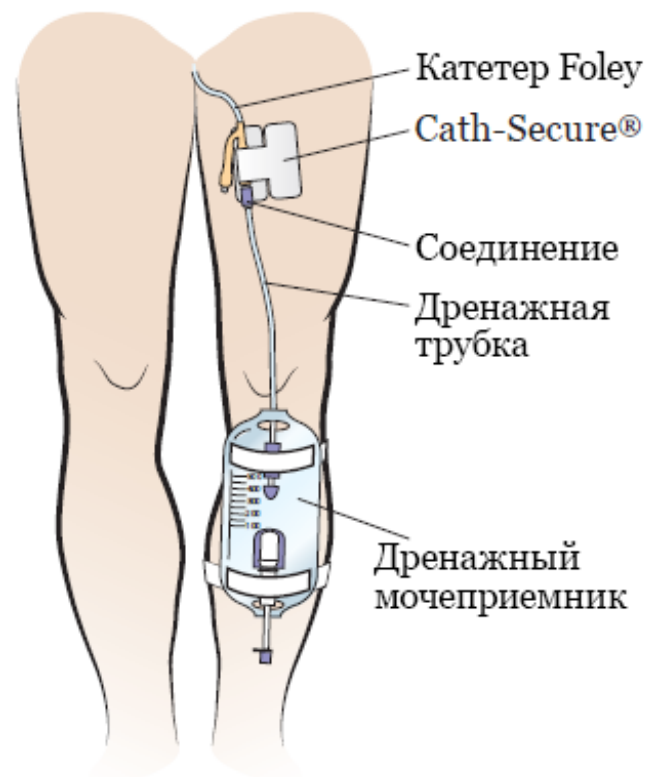


Рисунок 5. Мочевой катетер (катетер Foley)

Пока у вас установлен катетер, в вашей моче может быть кровь, вязкие кусочки тканей и сгустки крови. Это нормально. Это объясняется тем, что разрезы (хирургические надрезы) внутри вашего тела заживают, и с мочой выходят образующиеся на них корки. Выпивайте не менее 1 стакана (объемом 8 унций [240 мл]) жидкости каждый час во время бодрствования.

Кроме того, во время ходьбы или стула из кончика вашего члена вокруг катетера может подтекать кровь или моча. Это нормально, если вы видите, что моча продолжает выводиться в мочеприемник. Если вы не наблюдаете поступление мочи в мочеприемник, позвоните своему медицинскому сотруднику.

Следите за тем, чтобы кончик вашего пениса оставался чистым и сухим. Наносите вокруг кончика вашего пениса увлажняющий крем, выданный вам медсестрой/медбротом. Это предотвратит раздражение.

Уход за необрезанным пенисом

После операции вы можете отвести крайнюю плоть (свободную кожу, покрывающую головку полового члена) назад, чтобы очистить или смазать головку полового члена. **Всегда возвращайте крайнюю плоть на головку полового члена после очистки или смазки.**

Если вы оставите ее отведенной назад, она может застрять за головкой полового члена и препятствовать течению крови через половой член. Вернув крайнюю плоть на головку полового члена, вы предотвратите серьезные проблемы.

Чего следует ожидать после удаления катетера?

В течение 2 дней после извлечения катетера ваш мочевой пузырь и уретра будут ослабленными. Не пытайтесь тужиться при мочеиспускании или мочиться через силу. Пусть моча выходит самостоятельно. Не напрягайтесь при опорожнении кишечника.

Существуют ли специальные инструкции, которым нужно следовать после удаления катетера?

После того, как катетер будет удален, вы должны сократить количество ежедневно выпиваемой жидкости до вашего нормального уровня потребления. Вам следует выпивать 4–6 стаканов (объемом 8 унций [240 мл]) жидкости каждый день.

- Ограничьте объем жидкости, выпиваемой после 19:00, и опорожняйте мочевой пузырь перед сном. Это позволит вам избежать необходимости вставать ночью.
- При обильном мочеобразовании, ограничьте количество употребляемого алкоголя и напитков, содержащих кофеин.
- Не возобновляйте выполнение упражнений Кегеля без консультации с вашим медицинским сотрудником.

После удаления катетера, позвоните своему врачу или медсестре/медбрату, если у вас:

- проблемы с мочеиспусканием;

- возникла сильная (очень сильная) боль в нижней части живота при мочеиспускании.

Будут ли у меня трудности с контролем мочеиспускания?

Мышцы, удерживающие мочу в вашем мочевом пузыре, после удаления предстательной железы будут ослаблены. В связи с этим у вас могут быть трудности с контролем мочеиспускания.

Другие причины, по которым у вас может быть недержание (подтекание) мочи:

- ваш мочевой пузырь полон;
- вы устали;
- вы употребляли алкоголь или напитки, содержащие кофеин.

Вам может потребоваться несколько месяцев, чтобы полностью восстановить контроль над мочевым пузырём.

После удаления катетера вы можете выполнять упражнения для укрепления мышц. Это упражнения для укрепления мышц тазового дна (упражнения Кегеля), которые вы практиковали перед операцией.

После извлечения катетера у вас также может наблюдаться подтекание мочи. Со временем оно будет уменьшаться. Подтекание может также происходить когда вы напрягаетесь, кашляете или поднимаете тяжести. Такое явление называется стрессовым недержанием.

Сначала вы можете заметить, что ночью вы лучше контролируете свой мочевой пузырь. Это связано с тем, что когда вы лежите, давление на мочевой пузырь меньше. В течение первых нескольких месяцев после операции вы можете довольно часто испытывать потребность помочиться. Вашему мочевому пузырю потребуется время, чтобы увеличить объем (растянуться) после того, как он непрерывно опорожнялся посредством катетера.

У большинства людей контроль мочеиспускания не вызывает затруднений. Восстановление тонуса ваших мышц после операции может продолжаться до 12 месяцев. Если после 12 месяцев вы все еще будете испытывать затруднения с контролем мочеиспускания, поговорите с вашим хирургом. Хирургические процедуры, такие как уретральный слинг или искусственный мочевого сфинктер, могут помочь. Для получения дополнительной информации перейдите на сайт Национальной ассоциации по регуляции функции мочевого пузыря и кишечника (National Association for Continence) по ссылке www.nafc.org.



Немедленно позвоните своему врачу, если у вас возникла сильная боль внизу живота при мочеиспускании или вы не можете помочиться. Возможно, вам необходимо повторно установить катетер.

Когда я смогу вернуться на работу?

В большинстве случаев пациенты могут вернуться на работу через 2–4 недели после операции. После удаления катетера вы можете чувствовать себя вполне комфортно, работая за столом или в офисе. Если ваша работа предполагает значительные физические нагрузки, вам может потребоваться больше времени на восстановление. Поговорите с хирургом о том, когда вам можно будет вернуться на работу без вреда для здоровья.

Когда я смогу возобновить половую активность?

Вы сможете возобновить сексуальную активность после удаления катетера.

Смогу ли я достичь эрекции?

Эректильная дисфункция (erectile dysfunction (ED)) означает невозможность достижения эрекции. После операции на предстательной железе восстановление эректильной функции займет некоторое время (от недель до месяцев). В первые недели после удаления катетера вы, возможно, не сможете достичь достаточно сильной для секса эрекции даже при использовании таких лекарств, как sildenafil citrate (Viagra). Ваша лечащая команда обсудит с вами

возможные методы улучшения эректильной функции.

Какие существуют методы лечения эректильной дисфункции?

Мы рекомендуем ежедневно принимать лекарства для лечения эректильной дисфункции. Это способствует притоку крови к вашему половому члену и помогает сохранить его ткани здоровыми.

Большинство страховых компаний не покрывают расходы на приобретение таких рецептурных лекарств, как sildenafil citrate (Viagra®). Чтобы уточнить детали, до начала операции обратитесь за консультацией к своему поставщику страховых услуг.

Ваш врач или медсестра/медбрат предоставят вам информацию о графике приема лекарства. Следуйте этому графику до послеоперационного приема у хирурга.

Ниже приводятся варианты такого графика:

Лекарства	Обычная доза	Ударная доза
sildenafil citrate (Viagra)	Принимайте 25 мг 6 раз в неделю. Чтобы получить дозу 25 мг, разделите таблетку 100 мг на 4 части. Воспользуйтесь приспособлением для деления таблеток, приобретенным в местной аптеке.	Принимайте по 100 мг вечером 1 день в неделю.
sildenafil citrate (непатентованное лекарство)	Принимайте по 1 (20 мг) таблетке вечером 6 дней в неделю.	Принимайте по 5 (20 мг) таблеток вечером 1 день в неделю. Общая доза составит 100 мг.
tadalafil (Cialis) таблетки 20 мг	Принимайте по 1 (20 мг) таблетке через день.	Не принимайте ударную дозу. Доза tadalafil (Cialis) 20 мг — это самая высокая доза, которую

		вам следует принимать.
tadalafil (Cialis) таблетки 5 мг	Принимайте по 1 (5 мг) таблетке вечером 6 дней в неделю.	Принимайте по 4 (5 мг) таблеток вечером 1 день в неделю. Общая доза составит 20 мг.

Информация об ударной дозе

- Когда вы принимаете ударную дозу, делайте это натощак. Выпейте лекарство примерно за 2 часа до ужина.
- Лекарство начинает действовать спустя 30–60 минут. Оно будет сохраняться в организме до 8 часов. В любое время в течение этих 8 часов попытайтесь достичь сексуального возбуждения от контакта с партнером или от самостоятельной стимуляции. Запишите, что произошло, и расскажите об этом своему врачу на следующем приеме.
- Если у вас не появилось никакой реакции после приема ударной дозы в течение 4 недель, позвоните своему врачу. Он может направить вас к нашим специалистам по вопросам сексуального здоровья.

Что делать, если таблетки не помогают?

Возможно, вам не удастся сразу же добиться достаточно сильной для занятий сексом эрекции, даже при приеме таких таблеток, как Viagra. Для этого потребуется время. Прием лекарств, которые вам прописал врач, может помочь вам улучшить эрекцию, но они помогают не всем.

Если лекарства вам не помогают, есть и другие способы лечения эректильной дисфункции, которыми вы можете воспользоваться.

Если вам интересна информация о других методах лечения эректильной дисфункции, запишитесь на прием к специалисту [Программы по вопросам сексуального здоровья и репродуктивной медицины для мужчин \(Male Sexual & Reproductive Medicine Program\)](#), позвонив по номеру 646-888-6024.

Когда я получу результаты лабораторных исследований?

Хирург получит ваши результаты лабораторных исследований через 10-14 дней после операции. Если с вами не свяжутся в течение 14 дней, позвоните в офис своего хирурга.

Что мне следует обсудить с моим лечащим врачом?

- Окончательный отчет о ваших результатах лабораторных исследований.
- Результаты анализов крови на простатический специфический антиген (prostate specific antigen, PSA).
- Любые проблемы с вашим послеоперационным восстановлением.
- Любое другое лечение, которое вам может потребоваться.

Какой последующий уход мне потребуется?

После операции вам необходимо будет сдать анализы крови на простатический специфический антиген (prostate specific antigen (PSA)). PSA — это обычный белок, вырабатываемый вашей предстательной железой. При наличии рака уровень PSA обычно увеличивается. Если поражённые раком ткани были полностью удалены, результаты анализов не должны показать наличие PSA.

- Сделайте анализ крови на PSA в соответствии со следующим графиком:
 - через 6–8 недель после операции;
 - через 3–6 месяцев после операции;
 - через 12 месяцев после операции.
- По истечении 12 месяцев с момента операции делайте анализ крови на PSA каждые 6 месяцев. Продолжайте делать это в течение 5 лет после операции.
- По истечении 5 лет с момента операции делайте анализ крови на PSA каждые 12 месяцев. Продолжайте делать это всю жизнь.

- Ваш врач может попросить вас делать анализ крови на PSA чаще. В этом случае медсестра/медбрат предоставит вам дополнительную информацию.

По возможности делайте анализ крови на PSA в отделениях центра MSK. Если такой возможности нет, вы можете обратиться в ближайший пункт медицинской помощи по месту жительства. Попросите переслать по факсу результаты вашему врачу в MSK.

Могу ли я продолжить лечение в MSK?

Да. В рамках нашей Программы по выживаемости (Survivorship Program) мы предлагаем мужчинам, прошедшим лечение рака предстательной железы, последующее комплексное лечение. Ваш доктор поможет вам принять решение о том, готовы ли вы к этому шагу. В рамках данной программы вы получите помощь и поддержку в преодолении физических и эмоциональных последствий рака предстательной железы, а также будете находиться под наблюдением в целях выявления любых признаков его рецидива.

Осуществлять взаимодействие с вашим лечащим врачом и нести непосредственную ответственность за ваше дальнейшее лечение будет медсестра/медбрат высшей квалификации. В команде специалистов MSK по борьбе с раком предстательной железы имеются медсестры/медбратья высшей квалификации-эксперты по уходу за больными, перенесшими рак. Медсестра/медбрат высшей квалификации:

- отслеживать появление признаков рецидива рака;
- помогать справляться с последствиями лечения, такими как боль и усталость;
- порекомендует скрининговые исследования для выявления других видов рака;
- даст вам консультацию по ведению здорового образа жизни, например по соблюдению диеты, выполнению физических упражнений и отказу от курения;

Во время посещения медсестры/медбрата высшей квалификации вы будете:

- обсудит с вами записи в медицинской карте;
- проходить врачебный осмотр;
- получать направления на дополнительные исследования, например рентген, сканирование или анализы крови;
- получать направления к другим медицинским специалистам, при необходимости;
- при необходимости выпишет рецептурные лекарства.

Для получения дополнительной информации поговорите со своим врачом или медсестрой/медбратом или перейдите по ссылке Центра помощи пациентам, перенесшим раковые заболевания

www.mskcc.org/experience/living-beyond-cancer/survivorship/adult-survivorship.

Как я могу справиться со своими чувствами?

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. Для пациентов и членов их семьи доступны многочисленные материалы. 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.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Немедленно позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас:

- Температура тела 101° F (38,3° C) или выше.
- возникла сильная боль в нижней части брюшной полости (живота) при мочеиспускании;
- отсутствует мочеиспускание.
- появились отеки или болевые ощущения (при касании) в икрах или бедрах, особенно если одна нога отекает сильнее другой;
- появилась отдышка или кашель с кровью.

Контактная информация

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

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

Службы поддержки

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

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

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

332-699-7968

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 (Integrative Medicine Service)

www.msk.org/integrativemedicine

Наша служба интегративной медицины предлагает пациентам различные услуги в дополнение к традиционному медицинскому уходу. Например, мы предлагаем музыкальную терапию, терапию души 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. 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 (MSK Library)

library.mskcc.org

212-639-7439

Вы можете зайти на веб-сайт нашей библиотеки или обратиться к сотрудникам библиотеки. Вам помогут найти дополнительную информацию о конкретном виде рака. Вы также можете ознакомиться с [Руководством по обучению пациентов и потребителей медицинских услуг в библиотеке](#).

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)

917-862-6373

Вы можете запросить помощь персональной(-ого) медсестры/медбрата или сопровождающих как в больнице, так и дома. Позвоните нам, чтобы получить более подробную информацию.

Услуги по реабилитации (Rehabilitation Services)

www.msk.org/rehabilitation

Некоторые виды рака и его лечение могут привести к возникновению слабости, скованности или напряжения в теле. В некоторых случаях

может развиваться 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 (ЭД). Обратитесь к члену вашей лечащей команды за направлением 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 Cancer Care

www.cancercare.org

800-813-4673

275 Seventh Avenue (между улицами West 25th и 26th Streets)

New York, NY 10001

Предоставляет консультации, группы поддержки, образовательные мастер-классы, публикации и финансовую помощь.

Общество Cancer Support Community

www.cancersupportcommunity.org

Предоставляет поддержку и образовательные материалы людям,

столкнувшись с раком.

Организация Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org

800-896-3650

Предоставляет образовательные материалы и поддержку для тех, кто заботится о близких с хроническими заболеваниями или с ограниченными возможностями.

Организация Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

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

Организация Good Days

www.mygooddays.org

877-968-7233

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

HealthWell Foundation

www.healthwellfoundation.org

800-675-8416

Предоставляет финансовую помощь для покрытия доплат, взносов на медицинское страхование и нестрахуемых минимумов на определенные лекарства и виды лечения.

Организация Joe's House

www.joeshouse.org

877-563-7468

Предоставляет больным раком и членам их семей список мест для проживания рядом с медицинскими центрами.

Ресурс LGBT Cancer Project

www.lgbtcancer.com

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

Организация LIVESTRONG Fertility

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

855-744-7777

Предоставляет информацию о репродуктивной функции и поддержку больных раком, лечение которых включает риски, связанные с детородной функцией, а также 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 лекарственных препаратов, 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.

Вспомогательные службы для больных раком предстательной железы

Фонд американской ассоциации урологов (The American Urologic Association Foundation)

www.auafoundation.org

866-746-4282

Предоставляет бесплатную информацию о заболеваниях предстательной железы.

Медицинский специалист центра MSK по вопросам недержания

646-497-9068

Если вы считаете, что вам поможет консультация уролога, специализирующегося на недержании, попросите хирурга дать вам направление.

Группа поддержки MSK для больных раком предстательной железы

646-888-8106

Проводит ежемесячные собрания мужчин, перенесших рак предстательной железы. Позвоните для получения дополнительной информации или регистрации.

Национальная ассоциация по регуляции функции мочевого пузыря и кишечника (National Association for Continence)

www.nafc.org

Предоставляет информацию и поддержку пациентам, страдающим недержанием.

Национальная комплексная сеть по борьбе с раком (National Comprehensive Cancer Network (NCCN))

www.nccn.org

215-690-0300

Предоставляет информацию и ресурсы для людей, живущих с раком, и для лиц, осуществляющих уход за ними, включая группы поддержки и образовательные материалы. Вам может быть полезен материал

[Рекомендации для пациентов, больных раком предстательной железы.](#)

Фонд рака предстательной железы (Prostate Cancer Foundation)

www.pcf.org

800-757-CURE (800-757-2873)

Предоставляет программы обучения и поддержки для больных раком предстательной железы.

Мы тоже (US TOO)

www.ustoo.org

800-808-7866

Предоставляет программы обучения и поддержки для больных раком предстательной железы. Открытые встречи для больных раком и лиц, осуществляющих уход за ними. US TOO выпускает ежемесячную новостную рассылку под названием Hotsheet.

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 мочевом катетере (Foley): способы очистки и ухода* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/urinary-foley-catheter)
- *Информация о заблаговременном планировании ухода за пациентом, предназначенная для людей, больных раком, и лиц, ухаживающих за ними* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Создание семьи после лечения рака: информация для людей, чей пол при рождении был мужским* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles)
- *Позовите на помощь! Не упадите!* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)
- *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)
- *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)
- *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mysk-patient-portal)
- *Как пользоваться стимулирующим спирометром* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-

[incentive-spirometer](#))

- *Управляемая пациентом аналгезия (УПА) (Patient-Controlled Analgesia (PCA))* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)
- *Упражнения для мышц тазового дна (упражнения Кегеля) для мужчин* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-males)
- *Хранение спермы* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/sperm-banking)
- *Что можно сделать, чтобы избежать падений* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

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

About Your Prostate Surgery - Last updated on March 11, 2024

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center