



PATIENT & CAREGIVER EDUCATION

Об операции на щитовидной железе

Это руководство поможет вам подготовиться к операции на щитовидной железе в центре Memorial Sloan Kettering (MSK). Они также помогут вам понять, что ожидать в процессе выздоровления.

Используйте это руководство для справки во время подготовки к дню операции. Всегда берите его с собой в центр MSK, в том числе в день операции. Вы и ваша медицинская бригада будете руководствоваться ими в процессе лечения.

Информация об операции

Информация о щитовидной железе

Щитовидная железа — это небольшая железа в форме бабочки, расположенная в нижней передней части шеи (см. рисунок 1). Она вырабатывает гормоны, которые контролируют превращение организмом кислорода и калорий в энергию. Щитовидная железа состоит из левой и правой долей. Место соединения двух долей называется перешейком.

Паращитовидные железы представляют собой 4 небольшие эндокринные железы, расположенные за щитовидной железой. Они вырабатывают гормон, который помогает контролировать уровень кальция в крови.

Лимфоузлы — это небольшие овальные или круглые структуры, которые располагаются по всему телу. Лимфоузлы являются элементом иммунной системы. Они производят и хранят клетки, призванные

боротья с инфекцией. Кроме того, лимфатические узлы отфильтровывают из лимфатической жидкости бактерии, вирусы, раковые клетки и другие продукты обмена веществ.

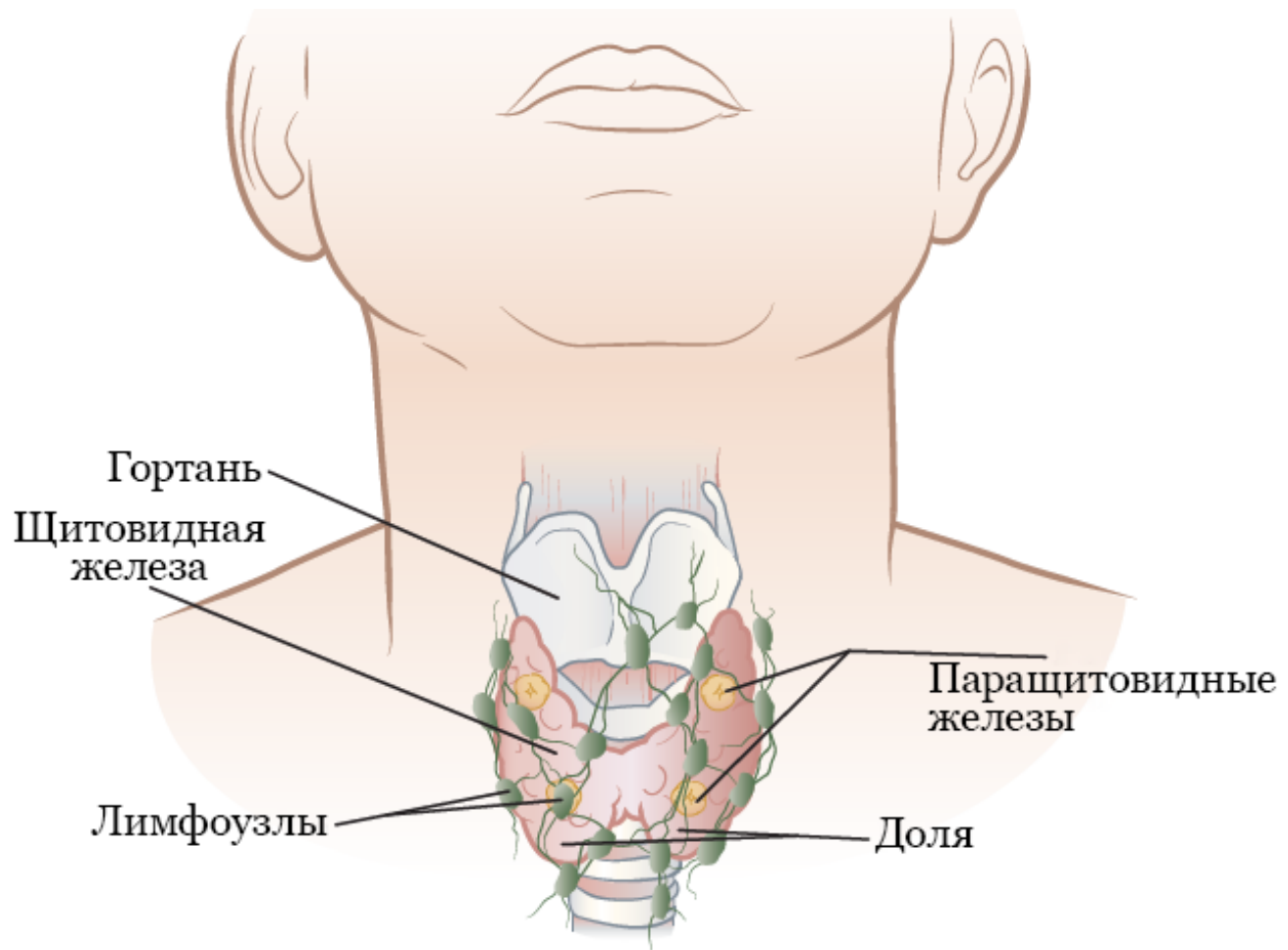


Рисунок 1. Щитовидная железа

Удаление щитовидной железы

Операция на щитовидной железе выполняется через разрез (хирургический надрез) в нижней передней части шеи. Она длится около 2–3 часов.

Во время операции хирург осмотрит всю щитовидную железу и удалит те части, в которых обнаружен рак. Также он осмотрит лимфатические узлы рядом со щитовидной железой и удалит те из них, в которых есть или могут быть раковые клетки.

- Операция по удалению половины (1 доли) щитовидной железы называется лобэктомией или гемитиреоидэктомией.

- Операция по удалению всей щитовидной железы называется полной тиреоидэктомией.

Хирург обсудит с вами перед операцией, чего следует ожидать.

Повреждение нервов

Около щитовидной железы расположены 2 нерва, помогающие работать гортани (глотке). Эти нервы называются возвратным гортанным нервом и верхним гортанным нервом. Они могут быть затронуты во время операции на щитовидной железе.

- **Возвратный гортанный нерв** расположен за щитовидной железой и идет в глотку. Если опухоль расположена близко к этому нерву или этот нерв будет поврежден во время операции, то голосовые связки (2 эластичных полосы ткани в глотке, которые помогают вам говорить) могут быть повреждены. Из-за этого вы можете охрипнуть. Охриплость голоса — это нормальное явление после операции на щитовидной железе, и обычно со временем это проходит.
- **Верхний гортанный нерв** помогает повышать звучность и тон вашего голоса. Если этот нерв ослабнет или будет поврежден, это может повлиять на высоту и тон вашего голоса. Из-за этого вам может быть тяжело повышать голос или петь.

Перед операцией на щитовидной железе врач проверит, как работают ваши голосовые связки. Если они работают нормально, но опухоль большая или расположена близко к возвратному или верхнему гортанному нерву, риск повреждения нервов во время операции выше. Хотя это случается редко, но это может привести к проблемам с голосовыми связками после операции.

Если после операции ваш голос изменился и не восстанавливается, возможно, вам потребуется пройти процедуру по осмотру горла. Существует несколько способов улучшить голос при повреждении нервов, включая операцию или инъекцию (укол) в голосовую связку. Возможно, вам также будет нужно показаться ларингологу (врачу, специализирующемуся на проблемах с голосом). Ваш медицинский

сотрудник обсудит с вами варианты.

В редких случаях повреждения нервов могут приводить к проблемам с дыханием. В этом случае позвоните медицинскому сотруднику, который вам поможет. Если вам сразу не удастся дозвониться, поезжайте в ближайший пункт неотложной медицинской помощи.

Гипокальциемия (пониженное содержание кальция в крови)

После операции у вас может возникнуть временная дисфункция паращитовидных желез. Это означает, что паращитовидные железы могут не вырабатывать достаточно гормона для поддержания уровня кальция в крови. И хотя это временное явление, оно может вызвать гипокальциемию. Гипокальциемия — это состояние, при котором в крови недостаточно кальция.

Гипокальциемия может вызывать онемение или покалывание в руках, ступнях и вокруг рта. Немедленно позвоните медицинскому сотруднику, если у вас наблюдается любой из перечисленных ниже симптомов. Сильное понижение содержания кальция в крови может быть опасным.

Медицинский сотрудник будет контролировать ваш уровень кальция в крови после операции. Если у вас обнаружится гипокальциемия, вам выдадут лекарства, позволяющие устранить ее. Дополнительную информацию смотрите в разделах «Способы справиться с гипокальциемией» и «Прием кальциевых добавок».

Подготовка к операции

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,

Ниже приведены примеры лекарств. Существуют и другие аналогичные препараты,

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

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.
- 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.

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 (EKG)) для проверки вашего сердечного ритма.
- Рентген грудной клетки.
- Анализы крови.

APP может порекомендовать вам обратиться к другим медицинским специалистам, а также скажет, какие лекарства принять утром в день операции.

Определите, кто будет ухаживать за вами

Важная роль в процессе вашего лечения отводится лицу, осуществляющему уход. Перед операцией медицинские сотрудники

расскажут вам и лицу, ухаживающему за вами, об операции. После операции и выписки из больницы этот человек отвезет вас домой. Также этот человек будет помогать вам дома.

Информация для ухаживающих за пациентами лиц



Уход за человеком, который проходит лечение от рака, предполагает многочисленные обязанности. Мы предлагаем материалы и поддержку, чтобы помочь вам справиться с ними. Для получения дополнительной информации посетите веб-сайт www.msk.org/caregivers или ознакомьтесь с материалом *Руководство для лиц, ухаживающих за больными* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/guide-caregivers).

Заполните бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи.

Если вы еще не заполнили бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи (форма Health Care Proxy), мы рекомендуем сделать это прямо сейчас. Если вы уже заполнили эту форму, или у вас есть иные предварительные распоряжения, 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.

Выполняйте дыхательную гимнастику и упражнения, стимулирующие откашливание

До операции выполняйте глубокие вдохи и прокашливайтесь. Ваш медицинский сотрудник выдаст вам стимулирующий спирометр, который поможет расширить легкие. Дополнительную информацию вы можете узнать в материале *Как пользоваться стимулирующим спирометром* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer). Если у вас возникли вопросы, обратитесь к медсестре/медбрату или терапевту-пульмонологу.

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.

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

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

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

За 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 E или рыбий жир* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

За 1 день до операции

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.

Операция будет проводиться по одному из следующих адресов:

- Центр проведения операций и процедур Josie Robertson Surgery Center
1133 York Avenue (61st Street)
New York, NY 10065
- Memorial Hospital
1275 York Avenue (между 67th и 68th Streets)
New York, NY 10065

Употребление пищи и напитков перед операцией



- **Ничего не ешьте за 8 часов до прибытия .**
 - 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®
- Напиток ClearFast или Ensure® Pre-Surgery
- Желе, например, Jell-O®

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

Утро перед операцией

Инструкции по употреблению напитков перед операцией



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.

Что необходимо запомнить

- Наденьте удобную свободную одежду.
- Не наносите лосьоны, крема, дезодоранты, макияж, пудру, духи или одеколон.

- Удалите лак и наклейки с ногтей.
- 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.
- Оставьте ценные вещи дома.
- Если у вас началась менструация (месячные), воспользуйтесь гигиенической прокладкой, а не тампоном. Вам выдадут одноразовое белье, а также прокладку, если это необходимо.

Что взять с собой

- Свой дыхательный аппарат для профилактики приступов апноэ во сне (например, аппарат СИПАП [CPAP]) при наличии.
- Стимулирующий спирометр
- Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи, если вы его заполнили.
- Мобильный телефон и зарядное устройство.
- Сумку для хранения личных вещей (например очков, слухового аппарата, зубных и других протезов, парика и религиозных атрибутов), если они у вас есть.
- Эти рекомендации. С помощью этих рекомендаций представители лечащей команды объяснят вам, как ухаживать за собой после операции.

По прибытии в больницу

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.

Подготовка к операции

Перед операцией вам потребуется снять слуховой аппарат, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты (если у вас есть что-либо из перечисленного).

Вы пройдете в операционную самостоятельно, или вас отвезут туда на каталке. Член операционной бригады поможет вам лечь на операционный стол и наденет вам на голени 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, вам через рот в трахею введут дыхательную трубку, чтобы помочь дышать. После завершения операции на ваш разрез будут наложены хирургические швы. Кроме того, на разрезы вам могут наложить Steri-Strips™ (тонкие полоски хирургического пластыря) или Dermabond® (хирургический клей). Дыхательная трубка обычно извлекается, пока вы еще находитесь в операционной.

Восстановление после операции

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

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

В больнице

Когда вы проснетесь после операции, вы будете находиться в палате пробуждения (Post-Anesthesia Care Unit, PACU) или в палате послеоперационного наблюдения. 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. Кроме того, в шею под разрезом вам могут установить дренаж. Если вам установят дренаж, обычно его снимают на следующий день после операции.

Длительность вашего пребывания в больнице после операции зависит от

вашего выздоровления. Большинство пациентов остаются в больнице всего на 1 ночь. Медсестры/медбратья и другие медицинские сотрудники научат вас ухаживать за собой в процессе восстановления после операции.

Обезболивающие лекарства

Вы будете испытывать болевые ощущения после операции. Сначала вам будут вводить обезболивающее лекарство через капельницу внутривенного введения. Как только вы сможете глотать жидкости, вам дадут пероральное обезболивающее лекарство (лекарство, которое нужно глотать).

Ваши медицинские сотрудники будут часто спрашивать вас о болевых ощущениях и давать лекарство по мере необходимости. Если боль не утихает, сообщите об этом своим медицинским сотрудникам. Обезболивание крайне необходимо для того, чтобы вы могли использовать стимулирующий спирометр, а также вставать с постели и ходить. Контролируя боль, вы сможете лучше восстановиться.

Перед выпиской из больницы вы можете получить рецепт для приобретения легкого обезболивающего лекарства. Вместо него вы можете принимать acetaminophen с повышенной силой действия (Extra Strength Tylenol®). Обсудите со своим медицинским сотрудником возможные побочные эффекты и время, когда вам нужно перейти на безрецептурные обезболивающие лекарства.

Движение и ходьба

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

Прочтите материал *Позовите на помощь! Не упадите!* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall) и узнайте, что вы можете сделать для своей безопасности и чтобы избежать

падений, пока находитесь в больнице.

Использование стимулирующего спирометра

Используйте стимулирующий спирометр 10 раз каждый час, когда вы бодрствуете. Это поможет расширить легкие, что позволит предотвратить развитие пневмонии. Дополнительную информацию вы можете узнать в материале *Как пользоваться стимулирующим спирометром* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer).

Прием пищи и питье

Через несколько часов после операции вы сможете рассасывать ледяную стружку и пить жидкости. Испытывать некоторый дискомфорт при глотании — это нормально. Вы постепенно будете возвращаться к обычному рациону питания. После первой ночи вам не требуется придерживаться ограничений в питании.

Способы справиться с гипокальциемией

Медицинский сотрудник будет контролировать ваш уровень кальция в крови после операции и при необходимости назначит вам кальциевую добавку. Возможно, вам придется принимать ее в течение нескольких недель, пока паращитовидные железы не начнут работать как обычно.

Если в руках, ступнях или вокруг рта чувствуется онемение или покалывание, сообщите об этом своему медицинскому сотруднику. Это признаки низкого уровня кальция в крови.

Подготовка к выписке из больницы

Перед выпиской из больницы медсестра/медбрат научит вас, как ухаживать за разрезом. Инструкции будут записаны в документе, который вы получите при выписке.

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

Большинству пациентов при выписке на разрезы накладывают только полоски пластыря Steri-Strips. Оставьте их на месте до первого после операции визита к врачу. Ваш медицинский сотрудник осмотрит их во время приема. Если на разрезы вам наложат швы, их также снимут во время первого визита к врачу после операции.

Дома

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

Заполнение послеоперационной анкеты Recovery Tracker

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

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

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

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *О вашей анкете Recovery Tracker* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker).

Обезболивание

Период времени, на протяжении которого люди испытывают боль и дискомфорт, может быть разным. Болевые ощущения могут остаться у

вас и на момент возвращения домой. Это не означает, что с вами что-то не так.

Приведенные в этом материале рекомендации помогут вам снимать боль в домашних условиях.

- Принимайте лекарства в соответствии с указаниями врача и по мере необходимости.
- Если назначенное лекарство не облегчает вашу боль, свяжитесь со своим медицинским сотрудником.
- Не садитесь за руль и не употребляйте спиртные напитки, пока вы принимаете рецептурное обезболивающее лекарство. Некоторые рецептурные обезболивающие лекарства могут вызывать сильную сонливость. Алкоголь может усугублять седативный эффект.
- По мере заживления разреза боль будет ослабевать, и вам будет требоваться все меньше обезболивающего лекарства. Для облегчения боли и дискомфорта подойдут безрецептурные обезболивающие 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 (опорожнение кишечника происходит реже, чем обычно).

Принятие душа

Вы можете принять душ через 24 часа (1 день) после снятия хирургического дренажа. Если вам не устанавливали дренаж, вы можете принять душ через 48 часов после операции.

Не наклоняйте голову назад (как будто вы смотрите в потолок) во время принятия душа в течение 4 недель после операции. Можно направлять воду прямо поверх разреза. Аккуратно промокните разрез насухо чистым полотенцем или махровой салфеткой. Позвоните своему медицинскому сотруднику, если вы заметили покраснение или выделения из разреза.

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

Уход за разрезом

Расположение разреза будет зависеть от типа перенесенной операции. Если перед выпиской на разрез наложены полоски пластыря Steri-Strips, они отклеятся и отпадут сами или хирург снимет их во время первого визита после операции.

Появление чувства стянутости вдоль разреза возможно по мере его заживления. Это чувство может появляться и исчезать. Это может продолжаться от недели до нескольких месяцев и дольше. Это

нормально, и вам не стоит беспокоиться на этот счет. Вы также можете чувствовать онемение в месте разреза и в области рядом с ним. Это нормальное явление, которое со временем пройдет.

В первый год после операции не допускайте попадания солнечных лучей на область разреза. Медицинский сотрудник скажет вам, когда вы сможете безопасно использовать солнцезащитные средства. Обычно это происходит после полного заживления разреза.

Прием препарата с гормонами щитовидной железы

При полном удалении щитовидной железы вам потребуется принимать лекарство для замены того гормона, который вырабатывался щитовидной железой. Вам потребуется принимать его каждый день на протяжении всей жизни.

Существует много лекарств с гормонами щитовидной железы. Один из примеров — это levothyroxine (Levoxyl® или Synthroid®). Для получения дополнительной информации прочитайте материал *Levothyroxine* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/medications/adult/levothyroxine).

Медицинский сотрудник назначит вам лекарство с гормонами щитовидной железы и подберет дозировку. Вам также может потребоваться делать анализы крови, чтобы убедиться в том, что вы получаете достаточно лекарства, но не слишком много. При необходимости медицинский сотрудник скорректирует дозу.

Прием кальциевых добавок

Если после операции у вас возникла дисфункция паращитовидных желез или гипокальциемия, вам может потребоваться прием кальциевых добавок (например Tums® Ultra). Вы можете купить ее в местной аптеке без рецепта. Дозировку определит ваш медицинский сотрудник.

Если вы принимаете кальций, медицинский сотрудник может выписать вам рецепт для приобретения кальцитриола (например Calcijex® или

Rocaltrol®). Кальцитриол помогает организму усваивать кальций.

Кальций может вызывать запор, особенно если вы принимаете обезболивающее лекарство. Если вы считаете, что это может стать для вас проблемой, поговорите с медсестрой/медбратом. Она/он порекомендует средство для размягчения стула или слабительное.

вождение автомобиля;

Не садитесь за руль в течение 1 недели после операции. По истечении этого времени вы сможете водить машину, если будете без проблем поворачивать голову и следить за дорожным движением.

Физическая нагрузка и упражнения

Не запрокидывайте голову (как будто вы смотрите в потолок) по крайней мере в течение 4 недель после операции. Из-за этого растягивается разрез. Вы можете поворачивать голову в стороны и наклонять ее вниз.

Спросите у медицинского сотрудника, через какое время вы сможете безопасно поднимать тяжелые предметы.

- Большинству пациентов не следует поднимать ничего тяжелее 10 фунтов (4,5 кг) в течение как минимум 2 недель после операции.
- Не поднимайте тяжести, не пользуйтесь гантелями или тренажерами для верхней части тела в течение как минимум 4 недель после операции. Вы можете выполнять упражнения для нижней части тела.

Аэробные упражнения, такие как ходьба и подъем по лестнице, помогут вам набраться сил и улучшить свое самочувствие. 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 медицинским сотрудником.

В течение нескольких недель после операции вы заметите, что к вам постепенно возвращается энергия. Некоторые люди отмечают периодический упадок и прилив сил на протяжении 1–2 месяцев после операции.

Последующий уход

Ваш первый визит к врачу состоится через 7–10 дней после операции. Медсестра/медбрат дадут вам указания, как записаться на прием, в том числе сообщат номер телефона, по которому следует позвонить. Во время приема хирург осмотрит разрез. Также вы обсудите с ним результаты ваших лабораторных исследований и необходимость дополнительного лечения.

Многим пациентам не требуется дополнительное лечение после операции. Однако если у вас папиллярный рак щитовидной железы, вам может потребоваться радиоiodтерапия. Лечащая команда обсудит с вами, подходит ли вам этот способ лечения. Лечащая команда состоит из хирурга, эндокринолога (врача, который занимается лечением желез и заболеваний, связанных с гормонами) и врача-специалиста по медицинской радиологии. При необходимости радиоiodтерапии эндокринолог расскажет вам, как будет проходить лечение.

Анализы крови

Вы пройдете исследования функции щитовидной железы через 6–8 недель после операции. Таких исследований будет два: на тиреотропный гормон (thyroid stimulating hormone, TSH) и на свободный тироксин (free thyroxine, FT4). Эти исследования покажут, достаточно ли у вас в крови гормона щитовидной железы. На основании результатов этих исследований ваш медицинский сотрудник скорректирует дозу принимаемого вами лекарства для щитовидной железы.

При удалении всей щитовидной железы из-за папиллярного рака вам потребуется сдать анализ крови на тиреоглобулин (thyroglobulin) через 6 недель после операции. Вы будете сдавать этот анализ крови каждый год, чтобы медицинский сотрудник мог отслеживать происходящие изменения.

При медуллярном раке щитовидной железы через 6 недель после операции вам необходимо будет сдать анализы крови, называемые анализом на раково-эмбриональный антиген (carcinoembryonic antigen, СЕА) и тиреокальцитонин (calcitonin). Вы будете сдавать эти анализы крови каждый год, чтобы медицинский сотрудник мог отслеживать происходящие изменения.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику?

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если наблюдается что-либо из нижеперечисленного:

- температура 100,5 °F (38 °C) и выше;
- наблюдаются выделения из разреза;
- возникли проблемы с дыханием;
- кожа вокруг разреза более теплая, чем обычно;
- повышенный дискомфорт вокруг разреза;
- кожа вокруг разреза начала краснеть больше, чем обычно;
- появился или усилился отек вокруг разреза;
- ощущается онемение, подергивание или покалывание вокруг рта, в пальцах рук или ног;
- у вас возникли какие-либо вопросы или опасения.

Контактная информация

Звоните в офис своего медицинского сотрудника с понедельника по пятницу с 09:00 до 17:00.

После 17:00, а также в выходные и праздничные дни позвоните по номеру 212-639-2000 и проконсультируйтесь с дежурным медицинским сотрудником.

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 CancerCare

www.cancercare.org

800-813-4673

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

New York, NY 10001

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

Общество Cancer Support Community

www.cancersupportcommunity.org

Предоставляет поддержку и образовательные материалы людям, столкнувшимся с раком.

Организация Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org

800-896-3650

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

Организация Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

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

Организация Good Days

www.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 щитовидной железы

Организация по оказанию поддержки больным с раком ротовой полости, головы и шеи (Support for People with Oral and Head and Neck Cancer, SPOHNC)

www.spoync.org

800-377-0928

Предоставляет информацию и поддержку пациентам с раковыми заболеваниями полости рта, головы и шеи.

Thyroid Cancer Survivors' Association

www.thyca.org

Организация SHARE

www.sharecancersupport.org

866-891-2392

Предлагает группы поддержки для пациентов, перенесших рак молочной железы, метастатический рак молочной железы и карциному яичника и проживающих на Манхэттене, а также в Куинсе, Бруклине и Статен-Айленде.

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 вашей анкете Recovery Tracker* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
-
- *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)
- *Лечебные средства из трав и лечение рака* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)
- *Как быть представителем по медицинской помощи* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)

- *Как пользоваться стимулирующим спирометром*
(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal*
(www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mysk-patient-portal)
- *Levothyroxine* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/medications/adult/levothyroxine)
- *Что можно сделать, чтобы избежать падений*
(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

If you have any questions, contact a member of your care team directly. If you're a patient at MSK and you need to reach a provider after 5 p.m., during the weekend, or on a holiday, call 212-639-2000.

For more resources, visit www.mskcc.org/pe to search our virtual library.

About Your Thyroid Surgery - Last updated on February 2, 2024

All rights owned and reserved by Memorial Sloan Kettering Cancer Center