Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Пластическая операция молочной железы с расширителем тканей

В этом материале описано, как ухаживать за собой после мастэктомии с реконструкцией молочной железы с использованием расширителя тканей. Он также поможет вам подготовиться к процессу расширения тканей. Мастэктомия — это операция по удалению молочной железы.

Этот материал является дополнением, но не заменой консультаций с медицинскими сотрудниками. Часть представленной здесь информация может не относиться к вашему случаю. Обратитесь к своему пластическому хирургу или медсестре/медбрату, если у вас есть какие-либо вопросы.

Информация о реконструкции молочной железы с использованием расширителя тканей и постоянного имплантата

Расширитель тканей — это пустой грудной имплантат. Ваш хирург разместит его в ходе мастэктомии. Продолжительность пребывания в больнице после мастэктомии с реконструкцией молочной железы обычно составляет менее 24 часов (1 день). Это значит, что вы сможете отправиться домой в день проведения операции.

После установки расширителя тканей хирург заполнит его жидкостью или воздухом на срок от 6 до 8 недель. Размер расширителя увеличится. По мере увеличения он будет растягивать окружающие его ткани и сформирует пространство для постоянного грудного имплантата. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с разделом «Чего ожидать в процессе расширения тканей».

Ваш хирург остановит заполнение расширителя тканей, когда ваша молочная железа достигнет оговоренного с вами размера. Расширитель будет заменен на постоянный грудной имплантат. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с разделом «После завершения процесса расширения тканей».

Размещение расширителя тканей

Существует 2 способа размещения расширителя

тканей:

- **Размещение под мышцами**. В этом случае хирург устанавливает расширитель **под** большой пекторальной мышцей груди. Под мышцей формируется карман, куда устанавливается расширитель тканей.

  После установки расширителя тканей под мышцами он заполняется жидкостью. После мастэктомии ваша кожа будет слабой и склонной к повреждениям. Ваши мышцы послужат барьером между кожей и расширителем тканей. Это поможет снизить давление от расширителя в период заживления кожи.
- **Расположение поверх пекторальной мышцы**. В этом случае хирург устанавливает расширитель **поверх** большой пекторальной мышцы. Также вокруг расширителя устанавливается сетка, которая называется бесклеточной дермальной матрицей. Сетка не является постоянной. Со временем сетка растворится. Ее не нужно удалять.

  При установке расширителя тканей поверх мышц он может сначала заполняться воздухом вместо жидкости. Ваш хирург заменит воздух в расширителе

тканей на воду примерно через 2 недели после операции.

Во время дооперационной консультации хирург обсудит с вами способ расположения расширителя тканей.

Чего стоит ожидать после мастэктомии и операции по установке расширителя тканей

После операции вас переведут в послеоперационную палату (Post-Anesthesia Care Unit, PACU) или в палату послеоперационного наблюдения. Если операция была проведена в Josie Robertson Surgery Center (JRSC), вы проснетесь в своей палате. Вам будет установлено следующее:

- Капельница внутривенного (ВВ) введения. Через капельницу вам будут вводить жидкости, антибиотики и обезболивающее лекарство.
- Небольшая пластиковая дренажная система Jackson-Pratt® (JP) рядом с каждым разрезом (хирургическим надрезом). Она служит для отведения и сбора жидкости, которая выделяется из разрезов после операции. Эта система будет зафиксирована на теле с помощью шва. Дренажную систему JP снимут через 1–2 недели после операции.

Медсестры/медбратья в палате пробуждения ответят на любые возникшие у вас вопросы.

Дренаж JP

В зависимости от типа мастэктомии хирург установит один или несколько дренажей JP.

Пока вы находитесь в больнице, за установленным вам дренажем будут ухаживать медсестры/медбратья и младший медперсонал. После выписки из стационара у вас по-прежнему будет установлена дренажная система. Ваши медсестры/медбратья научат вас, как ухаживать за дренажем дома.

Вы получите материал *Уход за дренажной системой Jackson-Pratt* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain). Вы также можете посмотреть представленный ниже видеоролик.

Большинству людей дренажную систему снимают через 1–2 недели после операции. У некоторых этот период может быть дольше. Ваш медицинский сотрудник расскажет вам, чего ожидать.

Пожалуйста, посетите www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/video/how-care-your-jackson-pratt-drainage-system чтобы посмотреть это видео.

Разрезы на молочной железе

В зависимости от типа мастэктомии хирург сделает один или несколько разрезов.

После операции большинству пациентов накладывают повязку (бандаж), закрывающую разрез в месте проведения мастэктомии. Повязка из обычной марли будет удерживаться хирургическим бюстгальтером. Если у вас нет повязки, вместо нее на разрез будет наложен Dermabond® (хирургический клей).

Хирургический разрез молочной железы будет закрыт внутренними швами. Эти швы растворятся сами, поэтому их не требуется снимать. Если на разрез наложена марлевая повязка, на ней могут появиться небольшие пятна крови. У вас также может возникнуть болезненная чувствительность и синяки в области разреза. Это нормально.

Сразу после мастэктомии оперированная молочная железа может быть меньше, чем до операции. Это связано с тем, что при размещении расширитель тканей заполняется только частично.

Перед выпиской, когда медсестра/медбрат будет менять вашу повязку, осмотрите вашу молочную железу и разрез, чтобы понять, как она теперь выглядит и ощущается. Это поможет вам привыкнуть к

ней. Под кожей вы можете ощущать порт, используемый для наполнения расширителя тканей. Это нормально.

Боль и ощущения

После операции вы будете испытывать некоторые неприятные ощущения. У вас может возникнуть чувство жжения вокруг разреза. В местах установки дренажа может возникнуть зуд. Также может повыситься чувствительность в нижней части грудной клетки. Со временем эти ощущения пройдут.

При необходимости вы можете принимать обезболивающее лекарство и миорелаксант. Вы получите их при выписке из больницы. Уменьшение боли поможет вам лучше восстановиться и как можно скорее возобновить активность.

Другие распространенные ощущения, которые могут возникнуть после операции:

- Онемение (снижение чувствительности) под рукой и над молочной железой на подвергнутой лечению стороне. Подвергнутой лечению называется сторона, где была проведена операция.
- Тепло в руке на оперированной стороне.
- Ощущение стекающей по руке или молочной железе

воды на подвергнутой лечению стороне.

Это ощущение вызвано тем, что во время операции часть нервных окончаний была отсечена, и оно пройдет со временем. Некоторое онемение все же может остаться.

Уход за собой дома

При выписке из больницы ваши разрезы могут быть закрыты марлевой повязкой. В течение 24–48 часов (1–2 дня) после операции на повязке могут появиться пятна. Это нормально. Если у вас появились выделения (жидкость) из разреза, позвоните своему врачу.

Если врач не дал вам иных указаний, то носите хирургический бюстгальтер круглосуточно. Снимайте его, когда принимаете душ.

Принятие душа

Не принимайте душ и не мочите повязку в течение первых 48 часов после операции. Через 48 часов вам могут разрешить принимать душ полностью или ниже талии. Соблюдайте указания вашего хирурга по принятию душа.

После разрешения врача принимайте душ каждый день, чтобы разрезы и места установки дренажа всегда были чистыми. Некоторым удобно пользоваться душевой

табуреткой, но это не является обязательным условием.

Перед тем как принять душ:

- Снимите хирургический бюстгальтер и марлевую повязку, закрывающую разрезы, прежде чем идти в душ.
- Дренажную систему JP можно мочить, но она не должна свободно висеть. Поместите дренажи в подвеску Cath-Secure® или в другое устройство, которое обеспечит их сохранность, пока вы принимаете душ.
- Сначала проверьте температуру воды спиной или рукой. Онемение может помешать вам почувствовать тепло на подвергнутой лечению области.

Принимая душ

- Не направляйте струю воды на оперированную молочную железу. Направьте ее на верхнюю часть спины или руку. Вода должна мягко омывать оперированную молочную железу.
- Мойтесь теплой водой и мягким мылом без отдушки. Дайте мылу и воде стечь по разрезам и местам установки дренажа. Затем тщательно ополоснитесь.

После душа промокните разрезы насухо чистым полотенцем. Не трите их.

Ваш медицинский сотрудник скорее всего снимет дренаж через 1–2 недели после операции. Не мочите повязку в течение 24–48 часов (1–2 дней) после извлечения дренажа. Это относится и к принятию душа. Ваш хирург сообщит вам, в течение какого времени нельзя мочить повязку.

Вы сможете принять душ полностью через 24–48 часов после извлечения дренажа. Соблюдайте указания вашего хирурга.

Не принимайте ванну до полного заживления разрезов и мест установки дренажа. Ванна может увеличить риск возникновения инфекции. Вам могут разрешить принимать ванну через 6–8 недель после операции. Поговорите с вашим врачом, прежде чем принимать ванну.

Осмотр разрезов и мест установки дренажа

После душа внимательно осмотрите разрезы и места установки дренажа. Делайте это перед зеркалом в комнате с хорошим освещением. Обратитесь к вашему пластическому хирургу или медсестре/медбрату, если у вас появились какие-либо из следующих признаков:

- температура поднялась до 100,4 °F (38 °C) или выше;
- покраснение оперированной молочной железы;
- отек оперированной молочной железы;
- новые выделения из разрезов.
- большие синяки;
- внезапное увеличение кровянистых выделений.

После осмотра разрезов и мест установки дренажа наложите на разрезы чистую марлевую повязку. Наденьте хирургический бюстгальтер.

Бритье или восковая эпиляция

Можно начать брить подмышки через 2 недели после операции. Используйте на подвергнутой лечению стороне только электрическую бритву. Так меньше вероятность получить порез на участке со сниженной чувствительностью. Порез может привести к инфицированию.

Еще одним вариантом является восковая эпиляция области подмышек перед операцией. Восковая эпиляция часто имеет более длительный эффект и травмирует кожу меньше, чем бритье. Восковую эпиляцию можно выполнять за несколько дней до операции. Это поможет снизить риск раздражения или инфицирования кожи.

Использование дезодоранта

Когда вам можно будет использовать дезодорант, наносите его после того, как наденете хирургический бюстгальтер. Это предотвратит его попадание на разрез и развитие инфекции.

Не используйте дезодорант на подвергнутой лечению стороне, если там есть какие-либо повреждения кожи.

Первый прием для последующего наблюдения

Ваш первый прием для последующего наблюдения состоится через 1–2 недели после операции. Медсестра/медбрат вашего пластического хирурга позвонит вам после операции, чтобы узнать о ходе восстановления. Вас также запишут на прием для последующего наблюдения.

Во время этого приема пластический хирург и медсестра/медбрат осмотрят молочную железу, чтобы убедиться, что она хорошо заживает. Ваш медицинский сотрудник может также извлечь одну или несколько дренажных систем JP.

- **Если расширитель тканей расположен под мышцами**, ваш медицинский сотрудник удалит дренаж JP при условии, что в течение 2 дней подряд суточный

объем выделяемой жидкости составляет менее 30 мл (1 жидкая унция).

- **Если расширитель тканей расположен над мышцами**, то, возможно, дренажные системы JP будут удалены не ранее чем через 2 недели. Количество выводимой жидкости не будет иметь значения.

Обязательно примите душ перед этим приемом. Вы сможете снова принимать душ только после того, как заживут места установки дренажей. Чаще всего это происходит через 24–48 часов после удаления дренажа.

Удаление дренажа JP

Большинство людей описывают удаление дренажа как легкое тянущее ощущение или чувство жжения, которое длится всего несколько минут. Вам не потребуется обезболивающее лекарство при удалении дренажа.

После удаления дренажа из места его установка может выделяться некоторое количество жидкости. Накройте эту область стерильной марлевой салфеткой или повязкой Primapore™, которую вам выдаст медсестра/медбрат.

Смените марлю и повязку, если они станут влажными. К

этому времени места дренирования чаще всего заживают. Не принимайте душ до полного заживления места установки дренажа.

После удаления дренажа продолжайте носить хирургический бюстгальтер или собственный поддерживающий бюстгальтер. Если вы носите бюстгальтер, он должен:

- быть удобным;
- не быть слишком тугим;
- не иметь «косточек» (проволочного каркаса).

Ваш врач также может порекомендовать закрывать места установки дренажей толстыми марлевыми салфетками для дополнительного прижатия. Они предотвращают скопление жидкости под кожей.

Чего ожидать в процессе расширения тканей

Во время второго или третьего визита к врачу вам сделают первое расширение тканей.

- Если расширитель тканей установлен под мышцами, медсестра/медбрат заполнит его жидкостью через порт с помощью небольшой иглы.
- При расположении заполненного воздухом расширителя тканей поверх мышц

медсестра/медбрат сначала удалит воздух. Затем воздух будет заменен на жидкость.

- Если расширитель тканей, заполненный жидкостью, установлен поверх мышц, медсестра/медбрат заполнит его дополнительной жидкостью.

Процедуры расширения тканей назначаются каждую неделю или раз в две недели. Сама процедура расширения тканей занимает всего лишь несколько минут. С каждой процедурой расширения оперированная молочная железа будет увеличиваться. Она не примет свою окончательную форму до установки постоянного имплантата.

Как повысить свой комфорт между процедурами расширения тканей

После каждой процедуры расширения вы можете ощущать скованность и распирание в оперированной молочной железе. Вы также можете ощущать некоторый дискомфорт в области плечей и спины. Чаще всего это ощущение проходит через несколько дней.

После расширения вы можете чувствовать боль в области груди как будто после тренировки. Есть несколько способов чувствовать себя более

комфортно между процедурами расширения тканей.

- Несколько раз в день принимайте теплый душ, чтобы помочь мышцам расслабиться.
- Принимайте безрецептурные обезболивающие препараты (лекарства, которые вы покупаете без рецепта), такие как ацетаминофен (Tylenol®) или ибупрофен (Advil®).
- Наносите на кожу молочной железы увлажняющие кремы без отдушки (например, Eucerin® или Lubriderm®). Не наносите их на место разреза в течение 6 недель после операции или до полного заживления рубцов.
- Выполняйте физические упражнения для рук и плечевого пояса, предписанные медсестрой/медбратом. Вам выдадут печатные копии всех инструкций. Вы также можете найти печатную информацию онлайн по ссылке *Физические упражнения после мастэктомии или реконструкции молочной железы* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/exercises-after-mastectomy-or-reconstruction). Возможно, вам будет проще выполнять упражнения на растяжку после душа, поскольку мышцы будут более расслабленными.
- Носите мягкие поддерживающие бюстгальтеры. Не

носите бюстгальтеры на «косточках» (с проволочным каркасом).

Повседневные дела

После каждой процедуры расширения тканей вы можете заниматься повседневными делами. В период восстановления соблюдайте эти рекомендации для обеспечения безопасности и комфорта.

- Уже через несколько часов после приема вам можно вернуться к работе и несложным домашним делам.
- В течение 6 недель после операции рукой с подвергнутой лечению стороны нельзя поднимать вес тяжелее 5 фунтов (2,3 кг). Также нельзя поднимать домашних животных и детей.
    - **Уточните у хирурга-маммолога, сколько лимфоузлов было удалено во время операции. В зависимости от этого ограничения по подъему тяжестей могут измениться.**
- Процедуры сканирования, такие как радионуклидная диагностика скелета, компьютерная томография (computed tomography, CT) или рентген, являются безопасными. В некоторых ситуациях безопасной также может быть магнитно-резонансная томография (magnetic resonance imaging, MRI). Это зависит от того, почему вам нужна MRI. При

возникновении вопросов поговорите со своей лечащей командой или отправьте письмо на электронную почту MRISafety@mskcc.org

- Расширитель тканей может активировать устройства безопасности в аэропортах. Поговорите со своим медицинским сотрудником, если вы собираетесь в поездку. Вам выдадут справку, в которой будет подтверждено наличие у вас в груди медицинского устройства. Берите эту справку с собой в путешествия.
- Не купайтесь в бассейне, ванной или джакузи, пока ваш медицинский сотрудник не скажет вам, что это безопасно. Это позволит снизить риск раздражения или возникновения инфекции в месте разреза.
- Оперированные участки могут быть менее чувствительны, чем другие части тела. **Не кладите на них электрогрелки или горячие и холодные компрессы.** Это поможет предотвратить ожоги или повреждения кожи.

Физическая нагрузка

- Избегайте интенсивных физических упражнений в течение 4-6 недель после операции или пока ваш врач не скажет, что это безопасно. Например, нельзя заниматься различными видами бега или прыгать.

- Избегайте упражнений на увеличение мышц грудной клетки, например, отжиманий или поднятия тяжестей. Спросите у своего медицинского сотрудника, когда вы сможете вернуться к физическим упражнениям такого типа.

Вождение автомобиля

- Вы сможете водить автомобиль, когда плечо с подвергнутой лечению стороны обретет полную подвижность. Не садитесь за руль, если вы принимаете какие-либо рецептурные обезболивающие лекарства.
- Если при поездке на большое расстояние на машине ремень безопасности находится прямо на расширителе тканей, подложите под ремень мягкую подкладку. Пристегиваться в автомобиле очень важно, поэтому всегда пристегивайте ремень безопасности.

Советы по выбору одежды

Расширитель тканей может быть несколько больше целевого размера. Если вам проводилась операция на одной молочной железе, то оперированная молочная железа может выглядеть больше, чем другая. Это может произойти в конце процесса расширения.

На разных стадиях реконструкции молочной железы

для сохранения симметрии тела вы можете использовать наполнитель для бюстгальтера. Одним из таких наполнителей может быть мягкая накладка для груди. Накладка представляет собой легкий нейлоновый мешочек, наполненный хлопчатобумажным пухом.

Ее размер можно регулировать для соответствия размеру другой молочной железы, добавляя или убирая хлопковый пух в мешочке. Это очень полезно, так как во время расширения молочная железа становится больше.

Вы можете купить накладку для груди в магазине товаров, предназначенных для использования после мастэктомии. Список магазинов в вашем районе указан в материале *Ресурсы, рекомендации об одежде и другая поддержка после операции на молочной железе* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/resources-clothing-support-breast-surgery).

Вы можете подкладывать в бюстгальтер мягкую марлю. Марлю можно взять у медсестры/медбрата. Меняйте марлевую подкладку каждый день, чтобы она всегда оставалась чистой.

Также рекомендуется носить:

- свободные блузки, топы и свитеры;
- темные вязаные топы под свободной блузкой, свитером или пиджаком;
- топы с диагональными полосками или асимметричным (неправильной формы) принтом;
- шейный платок или шаль;
- свободные платья на пуговицах;
- халаты.

После окончания процесса расширения тканей

Операция замены

Когда расширитель тканей достигнет нужных размеров, будет запланирован следующий этап реконструкции молочной железы. На следующем этапе будет проведена операция по замене расширителя тканей на постоянный грудной имплантат. Она называется операцией замены.

Если вы не проходите курс химиотерапии или радиотерапии, вам могут провести эту операцию примерно через несколько недель после завершения процесса расширения тканей. Если вы проходите курс химиотерапии или радиотерапии, вам будет необходимо дождаться окончания лечения.

В ходе операции замены хирург будет использовать те же разрезы, которые были сделаны в ходе мастэктомии. Он удалит расширитель тканей и заменит его постоянным грудным имплантатом, который вы выберете вместе с пластическим хирургом. Операция замены для каждой стороны занимает около 1 часа.

Некоторым пациентам во время операции замены также может быть проведена процедура сопоставления. Процедура проводится для того, чтобы ваша естественная молочная железа выглядела более симметрично (ровно) по отношению к реконструированной молочной железе. Процедура сопоставления увеличит время операции замены.

Вы сможете пойти домой после восстановления от анестезии (лекарства, под действием которого вы уснете на время операции). Это происходит в день операции, чаще всего через 3–4 часа после ее завершения.

Реконструкция соска и пересадка жировой ткани

На заключительных этапах пластики, при необходимости, выполняется реконструкция соска и пересадка жировой ткани.

Информация о пересадке жировой ткани

При пересадке жировой ткани из части тела удаляется

жировая ткань, которая затем пересаживается в область молочной железы. Эта процедура позволяет улучшить форму молочной железы. Жировая ткань обычно берется с бедер, брюшной полости (живота) или молочной железы. Эта процедура может быть проведена во время операции замены или через некоторое время после установки постоянного имплантата. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Инъекция жира после операции реконструкции молочной железы* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/fat-injection-after-breast-reconstruction).

О процедуре реконструкции соска

Некоторые пациенты также нуждаются в реконструкции соска для воссоздания соска и околососкового кружка. Чаще всего эту процедуру выполняют через 2–4 месяца после установки постоянного имплантата. Варианты реконструкции соска и околососкового кружка перечислены ниже.

- **3D-татуировка соска и околососкового кружка** Во время этой процедуры помощник врача воссоздаст сосок и околососковый кружок посредством татуировки. Татуировка не воссоздаст объем соска. Цвет и текстура татуировки будут соответствовать естественному соску. Более подробная информация

представлена в материале *Процедура татуажа в области соска и ареолы: что нужно знать* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/about-your-nipple-and-areola-tattoo-procedure).

- **Реконструкция соска и околососкового кружка.** Во время этой процедуры реконструкция соска и околососкового кружка выполняется с использованием кожи молочной железы. Иногда реконструкция соска и околососкового кружка выполняется с использованием кожного лоскута для пересадки. В ходе операции по пересадке кожного лоскута ткань пересаживается с одной части вашего тела на другую. Место, откуда берут ткань, называется донорским участком. Место, куда пересаживают ткань, называется участком-реципиентом.

  Реконструкция соска и околососкового кружка может выполняться в операционной или в кабинете врача. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Реконструкция соска и околососкового кружка с пересадкой кожного лоскута* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/nipple-and-areola-reconstruction-using-

skin-graft).

- Комбинация этих 2 процедур.

В зависимости от вашей кожи и типа реконструкции 3D-татуировка может быть единственным возможным вариантом. Поговорите с вашим хирургом о том, какой из вариантов вам подходит.

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

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

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center