Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Реконструкция молочной железы с пересадкой тканей

В этом материале описано, как ухаживать за собой после реконструкции молочной железы с пересадкой тканей.

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 пересадкой тканей

После мастэктомии вам будет сделана операция по реконструкции молочной железы с пересадкой тканей. При этой операции для создания новой молочной железы используются жир, кожа, а иногда и мышцы из другой части тела. Место, откуда берут ткань, называется донорским участком. В качестве

донорского участка могут выступать брюшная полость (живот), спина, ягодицы или внутренняя поверхность бедра.

Существует несколько видов реконструкции молочной железы с пересадкой тканей. Двумя наиболее распространенными являются:

- **Реконструкция свободным лоскутом.** В этом случае хирург отсоединяет ткани от донорского участка и переносит их к тканям в области молочной железы.
- **Реконструкция лоскутом на ножке.** В этом случае хирург переносит ткани под кожу в область молочной железы. Это делается без полного отсоединения ткани от донорского участка.

Чего ожидать после операции

После операции вы проснетесь в послеоперационной палате (Post Anesthesia Care Unit (PACU)). Вам будет установлено следующее:

- Катетер Foley® (тонкая гибкая трубка), выводящий мочу из мочевого пузыря. Его снимут в день операции.
- Капельница внутривенного (ВВ) введения. Через капельницу вам будут вводить жидкости, антибиотики и обезболивающее лекарство.

- Лекарство, разжижающее кровь. Если вам проводилась реконструкция свободным лоскутом, вам могут дать таблетку или сделать инъекцию (укол) лекарства, разжижающего кровь. Лекарства, разжижающие кровь, помогают предотвратить образование тромбов в вашем организме. После выписки из больницы вы будете продолжать принимать лекарство, разжижающее кровь.
- Вам наденут компрессионные ботинки Venodyne®. Они слегка сжимают ваши икры для улучшения тока крови в ногах и предотвращения образования сгустков крови.
- 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 1–3 недели после операции.
- В зависимости от того, как идет процесс заживления, вам могут установить носовую канюлю. Это тонкая трубка, которая находится под носом. Она помогает обеспечить подачу влажного воздуха и кислорода в легкие.

Медсестры/медбратья в палате пробуждения ответят на любые возникшие у вас вопросы. Вашей семье будет разрешено на короткое время навестить вас в палате пробуждения. Вы будете переведены в больничную палату вечером в день проведения операции либо на следующее утро.

Если вам проводилась реконструкция свободным лоскутом, ваши медицинские сотрудники будут следить за кровоснабжением реконструированной молочной железы с помощью аппарата ультразвукового исследования Doppler. Также они будут проверять температуру и цвет пересаженного лоскута. Эти обследования очень важны и будут продолжаться в течение всего времени пребывания в больнице.

Дренаж JP

В зависимости от типа реконструкции 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. Дренажи снимут через 1–3 недели после операции.

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 реконструкции хирург сделает один или несколько разрезов.

Хирургический разрез молочной железы будет закрыт внутренними швами. Эти швы растворятся сами, поэтому их не требуется снимать. Вы можете увидеть красноту и небольшие пятна крови на марлевой салфетке, покрывающей разрез. У вас также может возникнуть болезненная чувствительность и синяки в области разреза. Это нормально.

Пока вы находитесь в больнице, ваш медицинский сотрудник или медсестра/медбрат будут ежедневно осматривать вашу реконструированную молочную железу. Перед выпиской в присутствии медсестры/медбрата осмотрите свою молочную

железу и разрез. Это поможет вам привыкнуть к ней.

Боль и ощущения

После операции у вас появятся болевые ощущения и стеснение в области разрезов. Вы можете принимать обезболивающее лекарство, когда необходимо. Обязательно спросите об этом вашего медицинского сотрудника. Уменьшение боли поможет вам лучше восстановиться и как можно скорее возобновить активность.

У вас появятся стеснение, болезненная чувствительность и припухлость вокруг новой груди и в нижней части грудной клетки. Это нормально.

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

В зависимости от операции, хирург может рекомендовать вам носить хирургический бюстгальтер. При необходимости его выдаст вам сотрудник вашей лечащей команды. У многих пациентов на момент выписки разрезы уже не закрыты повязкой.

В течение примерно 6–8 недель ваша реконструированная молочная железа и донорский участок будут выглядеть слегка отекшими. Это часть процесса заживления. Со временем отек уменьшится.

Вы также можете ощущать стягивание на коже. Это нормально. Коже на донорском участке необходимо время, чтобы растянуться. Теплый душ и назначенное врачом обезболивающее лекарство могут помочь уменьшить стянутость. На прооперированном участке во время восстановления также может появиться зуд. Он уменьшится со временем.

Хотя вам важно вернуться к своим обычным занятиям, вы должны сочетать активность с отдыхом. Это

необходимо для предотвращения истощения и мышечных спазмов донорского участка.

Не используйте бутылки с горячей или холодной водой, грелки, холодные или горячие компрессы в местах хирургического вмешательства. Эти места могут быть нечувствительными, и вы рискуете обжечься или негативно повлиять на кровоток.

Перед выпиской из больницы врач выпишет вам рецепт на пероральный антибиотик (лекарство, которое нужно глотать).

Прием лекарства, разжижающего кровь

Если вам выполнена реконструкция свободным лоскутом, врач даст вам лекарства, которые вы сможете взять с собой домой. Также он даст вам таблетку rivaroxaban (Xarelto®) или сделает укол enoxaparin (Lovenox®). Это лекарства, которые помогают предотвратить образование тромбов после операции.

Вам нужно будет принимать эти таблетки или делать инъекции каждый день дома после операции. Убедитесь, что вы принимаете таблетки или делаете инъекции в соответствии с указаниями врача.

Принятие душа

В зависимости от операции душ можно принимать уже через 48 часов (2 дня) после операции. В некоторых случаях может потребоваться подождать от 24 до 48 часов (1–2 дня) после удаления дренажной системы JP. Хирург скажет вам, когда можно будет принять душ в вашем случае.

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

- Ваш врач может рекомендовать вам носить хирургический бюстгальтер. В этом случае снимите бюстгальтер 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.

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 или изменение цвета реконструированной молочной железы и/или вокруг донорского участка;
- отек оперированной молочной железы;
- новые выделения из разрезов.

Ваш врач может рекомендовать вам носить хирургический бюстгальтер. В этом случае надевайте бюстгальтер после осмотра разрезов и мест установки дренажа.

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

Не используйте дезодорант до тех пор, пока у вас не будут сняты дренажи.

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.

Занятия спортом

Регулярная физическая нагрузка важна для вашего выздоровления. Но до разрешения врачом соблюдайте эти рекомендации:

- не делайте аэробные упражнения с высокой ударной нагрузкой;
- не бегайте;
- не поднимайте тяжести;
- не плавайте;
- не делайте упражнения для мышц брюшного пресса (если у вас была операция на животе).

Первый прием для последующего наблюдения

Ваш первый прием врача для последующего наблюдения состоится через неделю после выписки из больницы. Там вы сможете задать все возникшие вопросы о восстановленной молочной железе или донорском участке. Вы также сможете поговорить на другие темы, например:

- Когда вы сможете возобновить половую активность.
- Когда вы сможете вернуться на работу.
- Как говорить с семьей и друзьями о вашей операции.
- Процесс удаления дренажной системы JP.
- Любые другие вопросы или проблемы, которые могут у вас возникнуть.

Во время этого приема пластический хирург и медсестра/медбрат осмотрят молочную железу, чтобы убедиться, что она хорошо заживает. Они также удалят ваши дренажи JP при условии, что в течение 2 дней подряд суточный объем выделяемой жидкости составляет менее 30 мл (1 жидкая унция).

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. Выделения являются нормой и возможны в течение 24–48 часов после удаления дренажа. К этому времени места дренирования чаще всего заживают.

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

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

Советы по выбору одежды

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.

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.

В первые 4-6 недель после операции 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 реконструкции молочной железы с пересадкой тканей

Ревизионная операция

После реконструкции молочной железы с пересадкой тканей многим пациентам проводится еще одна операция, которая называется ревизионной операцией. Это делается для того, чтобы улучшить размер и форму вашей реконструированной молочной железы.

Некоторым пациентам во время ревизионной операции 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.

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. Эти процедуры могут быть проведены во время ревизионной операции или позже.

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 или молочной железы. 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. 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.

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