Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Уход за раной после процедуры на коже с наложением швов

Эта информация поможет вам узнать как ухаживать за раной после процедуры на коже с наложением швов.

Правильный уход за раной после процедуры на коже очень важен для предотвращения инфекции и заживления раны.

Уход за раной в домашних условиях

- Не снимайте повязку с раны в течение _____ часа(-ов) после процедуры. Следите, чтобы она оставалась чистой и сухой.
- Снимите повязку через _____ часа(-ов).
- Если медицинский сотрудник сказал вам прикладывать к ране лед, вы можете прикладывать пакет со льдом каждый час во время бодрствования на _____ минут. Делайте это в течение первых 24–48 часов (1–2 дней) после процедуры. Это поможет уменьшить кровотечение, боль и отек.

Пластырь Steri-strips

- Если на рану наложили полоски пластыря Steri-Strips™, не снимайте их. Они постепенно отпадут сами в течение первой недели после процедуры.
    - Первыми начнут отклеиваться края пластыря Steri-Strips. Подрезайте края ножницами по мере их отклеивания.Если пластырь Steri-strips не отклеивается сам по себе, его можно аккуратно

отклеить.
    - На пластыре Steri-Strips может быть засохшая кровь, это нормально.
    - Ваш медицинский сотрудник может порекомендовать вам не снимать пластырь Steri-Strips до следующего посещения. В этом случае не снимайте его.
- Вы можете принять душ через _____ часа(-ов) после процедуры. Ваш медицинский сотрудник может попросить вас не мочить пластырь Steri-Strips до следующего посещения.
    - Позвольте струе воды и мыльной пене мягко стекать по ране.
    - Промокните рану насухо чистой марлевой салфеткой или чистой сухой махровой салфеткой.
    - Не принимайте ванну, не плавайте и не пользуйтесь джакузи, пока рана не заживет.

Очистка раны

Очищайте рану каждый день. Делайте это в течение _____ дней/недель после процедуры или до вашего следующего визита к врачу. Во время очистки раны выполняйте приведенные далее инструкции.

Подготовьте все необходимое

Чтобы очистить рану, вам понадобится следующее:

- одна упаковка ватных палочек (Q-tips®);
- одна упаковка нелипких марлевых салфеток;
- бумажный пластырь;
- лейкопластырь (типа Band-aid®), отрезанный по размеру раны;
- раствор _____;
- мазь _____;
- чистая марлевая салфетка или чистая сухая махровая салфетка.

Инструкции по очистке раны

1. Подготовьте все необходимое.
2. Вымойте руки теплой водой с мылом в течение как минимум 20 секунд или обработайте их спиртосодержащим антисептиком для рук.
3. Очистите рану с помощью раствора _____.
4. Аккуратно промокните рану насухо чистой марлевой салфеткой или чистой сухой махровой салфеткой. Не трите эту область.
5. С помощью ватных палочек нанесите мазь _____ на рану.
6. Закройте рану нелипкой марлей, обрезанной по размеру раны, или лейкопластырем (Band-aid). Если вы используете нелипкую марлю, зафиксируйте ее бумажной клейкой лентой.
7. Закончив, вымойте руки теплой водой с мылом в течение как минимум 15 секунд или обработайте их спиртосодержащим антисептиком для рук.

Выполняйте эти инструкции в течение _____ дней/недель, или пока рана не заживет.

Контроль боли после процедуры

После процедуры вы можете испытывать боль или дискомфорт. Чтобы устранить эти симптомы, примите acetaminophen (Tylenol®) или сильнодействующий acetaminophen (Extra Strength Tylenol®).

- Следуйте указаниям по дозировке на упаковке. Если эта доза не помогает справиться с болью, позвоните своему медицинскому сотруднику.
- Если у вас аллергия на acetaminophen, или вы не можете принимать его по состоянию здоровья, спросите у медицинского сотрудника, какое лекарство вы можете принять вместо этого.
- Вы также можете приложить к ране пакет со льдом для уменьшения боли, отека и синяка. Прикладывайте пакет со льдом к ране на 15–20 минут каждый час или в соответствии с указаниями медицинского сотрудника.

Не принимайте aspirin или нестероидные противовоспалительные лекарства (nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAIDs)), такие, как ibuprofen (Advil®) или naproxen (Aleve®), если это не рекомендовано вашим медицинским сотрудником. Такие лекарства затрудняют свертывание крови и могут усилить кровотечение.

Если вы участвуете в клиническом исследовании по лечению рака, спросите у вашего онколога (врача по лечению рака), какие обезболивающие лекарства вы можете принимать.

Кровотечение и синяк после процедуры

- После процедуры у вас могут появиться отек и синяк. Обычно они проходят через ____ дней.
- Если у вас возникло кровотечение, прижмите рану чистой марлевой салфеткой на _____минут. Уменьшить кровотечение также поможет холодный компресс. Если кровотечение не останавливается после приложения давления, позвоните по номеру _____ (линия связи в экстренных ситуациях).
    - Если рана находится выше шеи, прижмите это место, сядьте и приподнимите голову, подложив под нее подушки. Если рана находится на руке или ноге, прижмите это место и поднимите руку или ногу выше уровня грудной клетки.

Физические упражнения

- Не выполняйте интенсивные физические упражнения, такие как бег, и не поднимайте тяжести в течение _____ недели(недель).
- Узнайте у медицинского сотрудника, когда вам можно поднимать предметы тяжелее 5 фунтов (2,3 кг). Возможно, вы сможете поднимать такие предметы сразу после процедуры, или может быть вам придется подождать, пока это не станет для вас безопасным.
- Проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником, прежде чем переходить к каким-либо физическим упражнениям, например к бегу, в

том числе трусцой, или поднятию тяжестей.

- Если процедура производилась в области шеи, лица, спины или кожи головы, постарайтесь до снятия швов не совершать наклонов с перегибом в талии. Ваш медицинский сотрудник может порекомендовать вам подождать _____ недель(-и).
- Следите, чтобы рана не оказалась под водой (например в бассейне, ванне или джакузи) до снятия швов и ее полного заживления.

Сон

- Если процедура на коже производилась выше шеи, спите с поднятым на 45 градусов изголовьем кровати в течение первых ____ дней после процедуры. Для этого, при отходе ко сну, вы можете подложить под голову 2 подушки.
- Если процедура проводилась на руке или ноге, во время сна эта часть тела должна находиться выше уровня сердца. Для этого вы можете положить руку или ногу на подушки.
- Спросите у медсестры/медбрата, нужно ли вам в течение первых 48 часов избегать положений, при которых вы будете лежать на ране или надавливать на нее. Это может помочь уменьшить раздражение и кровотечение.

Процесс заживления

Цвет кожи в области раны может измениться (стать розовым или красным) на период до 1 года после процедуры. У некоторых людей это может сохраняться даже дольше.

После заживления раны наносите на нее солнцезащитный крем широкого спектра действия с фактором SPF не менее 30 единиц. Это поможет защитить рубец от воздействия солнца.

Снятие швов

- Если вам наложили нерассасывающиеся швы, вам нужно будет прийти к

медицинскому сотруднику, чтобы снять их. Запишитесь на прием к врачу для снятия швов через _____дня(дней)/недели(недель).

- Если вам наложили рассасывающиеся швы, они рассосутся сами. Это может занять до 1–2 месяцев.
    - Продолжайте осматривать швы до тех пор, пока они не рассосутся. Они могут выглядеть, как небольшие кусочки белой нитки у вас в ране. Если швы не беспокоят вас, дайте им полностью рассосаться. Если возникает раздражение или воспаление в области наложения швов, позвоните своему медицинскому сотруднику.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните медицинскому сотруднику, если у вас наблюдается любой из перечисленных ниже симптомов:

- температура 100,4 °F (38 °C) или выше;
- озноб (становится холодно и появляется дрожь);
- какие-либо из следующих симптомов в ране или в области вокруг нее:
    - усиливающееся покраснение или отек;
    - нарастающую боль или дискомфорт;
    - твердая, теплая или горячая на ощупь кожа;
    - выделения ярко-желтого или зеленого цвета;
    - кровотечение, которое не останавливается после того, как к области раны было приложено давление в течение 30 минут;
    - неприятный запах;
    - если вам кажется, что шов на ране разошелся;
    - сыпь;
    - волдыри;
    - дренаж (подтекание), пропитывающий повязку насквозь;

- возникли любые вопросы или непредвиденные проблемы.

Если у вас возникнут какие-либо вопросы или беспокойство, поговорите с членом своей лечащей команды. Вы можете связаться с врачом с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 по номеру _____. После 17:00, а также в выходные и праздничные дни звоните по номеру _____. Если номер не указан или вы в нем не уверены, 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