Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Уход за рубцами после операции на коже

Эта информация поможет вам ухаживать за рубцом после операции на коже.

Как заживает кожа после операции

Рубцы являются частью процесса заживления. Они могут образовываться после операции или при наличии пореза или другой раны на коже.

После операции или процедуры рана может иметь ярко-красный цвет, распухнуть или онеметь. В первые недели после операции следуйте инструкциям медицинского сотрудника о том, как ухаживать за местом проведения операции. Спустя несколько недель формирующийся рубец может быть твердым на ощупь, стянутым, выпуклым или бугристым. Со временем он станет более мягким и гладким и не таким красным. Заживление рубца после операции будет продолжаться в течение 12–18 месяцев.

Уход за рубцом дома

Рубцы не исчезают полностью, но вы можете улучшить их внешний вид и уменьшить причиняемый ими дискомфорт. Прежде чем делать что-либо из перечисленного ниже, проконсультируйтесь с дерматологом (кожным врачом). В большинстве случаев пациенты могут начать выполнять их примерно через 4 недели после операции.

Защита рубцов от солнца

От воздействия солнечных лучей заживление рубца может замедлиться. Кроме того, рубец может потемнеть и стать более заметным.

Важно защищать рубец, когда вы находитесь на улице или в любое другое время, когда он может подвергнуться воздействию солнца. Вы можете сделать следующее:

- Наносите на рубец солнцезащитное средство. Используйте солнцезащитное средство широкого спектра действия с защитным фактором (SPF) не ниже 30.
- Надевайте шляпу с широкими полями, закрывающими от солнечного света.
- Носите одежду, предназначенную для защиты от солнечного света.

Для получения дополнительной информации об использовании солнцезащитных средств ознакомьтесь с материалом *Представление о солнцезащитных средствах* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/understanding-sunscreen). Вы можете найти его в Интернете или попросить у медсестры/медбрата.

Массаж рубцов

Благодаря массажу рубец может стать менее твердым. Аккуратно массируйте рубец пальцами в течение 1–2 минут. Можно делать это 1–3 раза в день.

Использование продукции из силикона

Продукция из силикона, например силиконовые пластины или гели, могут увлажнять рубец и способствовать его заживлению. Можно использовать их под макияжем и одеждой.

Силиконовые пластины

Силиконовые пластины помогут смягчить рубец и сделать его более плоским.

Для использования силиконовой пластины нужно обрезать ее по размеру

рубца и наложить сверху на рубец. Можно оставить пластину на несколько часов или на ночь. Можно ежедневно мыть пластину и использовать ее повторно. Силиконовые пластины выпускаются, в частности, под такими торговыми марками, как Cica-Care®, Rejuveness®, Scar Fx® и ScarGuard®.

Силиконовые гели

Нанесите силиконовый гель на рубец и дайте ему высохнуть. Можно делать это ежедневно. Силиконовые гели выпускаются, в частности, под такими торговыми марками, как Biocorneum®, Kelo-cote®, Mederma® и ScarGuard.

Нанесение грима

Чтобы скрыть рубец, можно наносить специальный грим, который называется маскировочным. Благодаря маскировочному гриму цвет рубца будет соответствовать естественному цвету кожи. Маскировочный грим выпускается, в частности, под такими торговыми марками, как Dermablend® и SmartCover®.

Чтобы красный рубец лучше слился с цветом кожи, вы также можете попробовать наложить на него грим зеленого оттенка.

Медицинское лечение рубцов

Существуют также медицинские методы лечения, благодаря которым рубец может выглядеть лучше и доставлять меньший дискомфорт. Примеры таких методов лечения включают:

- стероидные инъекции (уколы) или топические стероидные кремы;
- дермабразию (соскабливание верхних слоев кожи хирургическим способом);
- лазерное лечение;
- криотерапию (процедуру, предполагающую использование предельно низких температур (жидкий азот) для замораживания и разрушения тканей).

Эти методы лечения могут применяться после того, как рубец достаточно

заживет сам по себе. Ваш дерматолог скажет, подойдет ли вам какой-либо из них.

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.

Caring for Your Scars After Skin Surgery - Last updated on June 28, 2024
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center