



## 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, а также если вы порезались или как-то иначе поранили кожу.

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 следовать приведенным ниже рекомендациям, поговорите 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](http://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 пластины 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);
- дермабразию (соскабливание верхних слоев кожи хирургическим способом);
- лазерное лечение;
- Операция

Эти методы лечения могут применяться после того, как рубец достаточно заживет сам по себе. Ваш дерматолог скажет, подойдет ли вам какой-то из них.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

Caring for Your Scars After Skin Surgery - Last updated on December 12, 2022

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center