Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Мастэктомия без реконструкции или с реконструкцией молочной железы с использованием расширителя тканей: контрольный список

Эта информация поможет вам понять, что делать и чего ожидать до и после мастэктомии без реконструкции или с реконструкцией молочной железы с использованием расширителя тканей.

Во время подготовки к операции и при восстановлении после нее следуйте инструкциям вашей медицинской бригады. Ознакомьтесь с материалом *О мастэктомии* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/about-your-mastectomy) или *Мастэктомия: информация для мужчин* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/about-your-mastectomy-men).

Подготовка к операции

Что нужно сделать

- Создайте учетную запись на портале MSK MyChart, если у вас ее еще нет. Чтобы зарегистрироваться, перейдите по ссылке mskmychart.mskcc.org
- Заполните бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи. Вы можете попросить копию у члена вашей лечащей команды

или найти документ онлайн по ссылке www.health.ny.gov/publications/1430.pdf

- Определите, кто будет ухаживать за вами.
- Договоритесь с кем-нибудь, чтобы вас отвезли домой после операции.
- Соблюдайте указания медицинского сотрудника по приему лекарств.

Что нужно купить

- Купите антисептическое средство для очищения кожи на основе 4 % раствора chlorhexidine gluconate (CHG), например Hibiclens®.
- Купите acetaminophen в таблетках по 325 мг (например, Tylenol® Regular Strength).

Прием для дооперационного исследования (Presurgical Testing, PST)

- Возьмите с собой на прием список всех рецептурных и безрецептурных лекарств, которые вы принимаете.
- Возьмите с собой все важные медицинские заключения и результаты анализов, которые вы проходили вне центра MSK. (Если они уже есть у вашей медицинской бригады MSK, можете не приносить их.)

За 1 день до операции

Запишите время, на которое назначена операция

Сотрудник позвонит вам с 14:00 до 19:00 и сообщит, в какое время вы должны прийти на операцию. Если операция назначена на понедельник, вам позвонят в пятницу, которая будет идти перед ним. Если до 19:00 с вами никто не свяжется, позвоните по номеру 212-639-5014.

Прием лекарств

- Соблюдайте указания медицинского сотрудника по приему лекарств.

Принятие душа

- Примите душ вечером.
  - Как обычно вымойте волосы, лицо и область половых органов.
  - Вымойте тело от шеи и до ступней с использованием 4 % раствора CHG. Не наносите его на голову и половые органы.
  - Вытритесь чистым полотенцем. После этого не используйте лосьон, крем, дезодорант, макияж, пудру, духи или одеколон.

Инструкции по приему пищи

Важная информация. Если вы принимаете препарат GLP-1 для снижения массы тела, вам не нужно соблюдать эти инструкции. Рекомендации для вас приведены в материале *Употребление пищи и напитков перед операцией или процедурой при приеме лекарств GLP-1* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines).



Не ешьте после полуночи (12 часов ночи) накануне операции или процедуры. Это также относится к леденцам и жевательной резинке.

Ваш медицинский сотрудник может дать вам другие указания о том, когда следует прекратить принимать пищу. В этом случае выполняйте полученные указания. Некоторым людям перед операцией или процедурой необходимо воздерживаться от приема пищи (не есть) в течение более длительного периода времени.

В день проведения операции

Инструкции по употреблению напитков

Важная информация. Если вы принимаете препарат GLP-1 для снижения массы тела, вам не нужно соблюдать эти инструкции. Рекомендации для вас приведены в материале *Употребление пищи и напитков перед операцией или процедурой при приеме лекарств GLP-1* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines).

В период между полуночью и за 2 часа до времени прибытия в больницу пейте только те жидкости, которые указаны в списке ниже. Не пейте и не ешьте ничего другого. Ничего не пейте за 2 часа до прибытия.

- Вода
- Прозрачный яблочный сок, прозрачный виноградный сок или прозрачный клюквенный сок
- Напитки Gatorade или Powerade
- Черный кофе или чай без каких-либо добавок (можно положить сахар, но больше ничего не добавляйте)
    - Нельзя добавлять ни молоко, ни сливки ни в каких количествах; это относится и к растительному молоку, и к заменителям молока и сливок.
    - Не добавляйте ароматизированный сироп.

Если у вас диабет, обратите внимание на количество сахара в своих напитках. Если вы включите в свой рацион эти напитки без сахара, с низким содержанием сахара или без добавления сахара, вам будет легче контролировать уровень сахара в крови.

Перед операциями и процедурами необходимо избегать обезвоживания, поэтому пейте, если испытываете жажду. Не пейте больше, чем вам нужно. Во время операции или процедуры вам будут вводить жидкости внутривенно.



Ничего не пейте за 2 часа до прибытия. Это также относится и к воде.

Ваш медицинский сотрудник может дать вам другие указания о том, когда следует прекратить пить. В этом случае выполняйте полученные указания.

Прием лекарств

- Примите только те лекарства, которые вам сказал принять ваш медицинский сотрудник. Запейте лекарства небольшим глотком воды.

Принятие душа

- Примите душ перед операцией. Выполните те же действия, что и накануне вечером.

Что необходимо запомнить

- Если вы носите контактные линзы, снимите их и наденьте очки.
- Снимите все металлические предметы и украшения, включая пирсинг на теле.
- Оставьте ценные вещи дома.
- Наденьте рубашку с застежкой на пуговицах или другую одежду свободного покроя и безопасную обувь на плоской подошве.
- Возьмите с собой бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи и другие предварительные распоряжения, если вы их заполнили.

В больнице после операции

Как ухаживать за собой дома

- Встретьтесь с медсестрой/медбратом, чтобы узнать:

    - как справляться с болевыми ощущениями;
    - как ухаживать за дренажами и разрезами;
    - как принимать душ;
    - когда вы сможете сесть за руль.
- Ознакомьтесь с физическими упражнениями для рук, которые можно выполнять дома.

Подготовка к выписке

- У вас обязательно должен быть ответственный сопровождающий, который отвезет вас домой.

Дома

Не забывайте следовать инструкциям вашей медицинской бригады во время восстановления после операции.

Прием лекарств

- Принимайте лекарства в соответствии с указаниями врача и по мере необходимости.
- Не садитесь за руль и не употребляйте спиртные напитки, пока вы принимаете рецептурное обезболивающее лекарство.

Уход за дренажами

- Опорожняйте дренажи утром и вечером. Каждый раз прочищайте трубку. Соблюдайте указания, приведенные в *Уход за дренажной системой Jackson-Pratt* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain).
- Если вам не выполняли реконструкцию, следуйте инструкциям вашего хирурга-маммолога касательно того, когда необходимо позвонить и записаться на прием для снятия дренажей.

- Если вам выполнили реконструкцию, следуйте инструкциям вашего пластического хирурга касательно того, когда необходимо позвонить и записаться на прием для снятия дренажей.

Принятие душа

- Если вам не выполняли реконструкцию, примите душ через 24 часа после операции.
- Если вам выполнили реконструкцию, соблюдайте инструкции вашего пластического хирурга.

Упражнения и физическая нагрузка

- Соблюдайте указания, приведенные в *Физические упражнения после мастэктомии или реконструкции молочной железы* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/exercises-after-mastectomy-or-reconstruction).
- Выполняйте упражнения для рук 3 раза в день, пока не сможете шевелить рукой так же, как и до операции. После этого выполняйте упражнения один раз в день.
- Если вам выполнили реконструкцию, не поднимайте предметы тяжелее 5 фунтов (2,3 кг), пока ваш медицинский сотрудник не скажет вам, что это безопасно.

Половая активность

- Вы сможете возобновить половую активность, когда почувствуете, что готовы к этому.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас:

- температура выше 100,4 °F (38 °C);

- кожа вокруг разрезов более красная или теплая, чем обычно;
- усилился дискомфорт в оперированной области;
- появились выделения из разрезов;
- появился или усиливается отек руки или области вокруг разрезов;
- возникли проблемы с дыханием;
- возникли какие-либо вопросы или опасения.

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.

Checklist: Mastectomy Without Reconstruction or With Reconstruction Using a Tissue Expander - Last updated on April 3, 2026
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center