

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 212-639-7606.

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.
- Вытрите чистым полотенцем. После этого не используйте лосьон, крем, дезодорант, макияж, пудру, духи или одеколон.

Инструкции по употреблению пищи



Не ешьте после полуночи (12 часов ночи) накануне операции. 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 необходимо воздерживаться от приема пищи (не есть) в течение более длительного периода времени.

В день проведения операции

Инструкции по употреблению напитков

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 обычный чай (можно добавить сахар, но больше ничего не добавляйте, включая
 - молоко или сливки животного происхождения, растительное молоко и молочный порошок;
 - не добавляйте мед или
 - 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 операцией необходимо избегать обезвоживания, поэтому пейте, если испытываете жажду. Не пейте больше, чем вам нужно. Во время операции 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.

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.

Checklist: Mastectomy Without Reconstruction or With Reconstruction Using a Tissue Expander - Last updated on January 5, 2026

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center