



---

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](http://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](http://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](http://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](http://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.
- Вытритесь 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**

- Встретитесь с медсестрой/медбратьем, 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](http://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](http://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](http://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