



Памятка пациенту и лицу, ухаживающему за ним

# Об операции по замене тазобедренного сустава

Это руководство поможет вам подготовиться к операции по замене тазобедренного сустава в центре Memorial Sloan Kettering (MSK). Оно также поможет вам понять, чего ожидать в процессе выздоровления.

Прочитайте это руководство хотя бы один раз до операции и затем обращайтесь к нему в дни перед операцией.

## Об операции

### Строение тазобедренного сустава

Тазобедренный сустав представляет собой шаровое соединение. Это означает, что он состоит из 2 частей, обеспечивающих движение и вращение. Сустав состоит из головки бедра на верхнем конце бедренной кости и ямки в тазовой кости, которая называется вертлужной впадиной (см. рисунок 1). Головка бедра имеет округлую форму и похожа на мячик. Она вставлена в вертлужную впадину и обеспечивает плавное движение тазобедренного сустава.

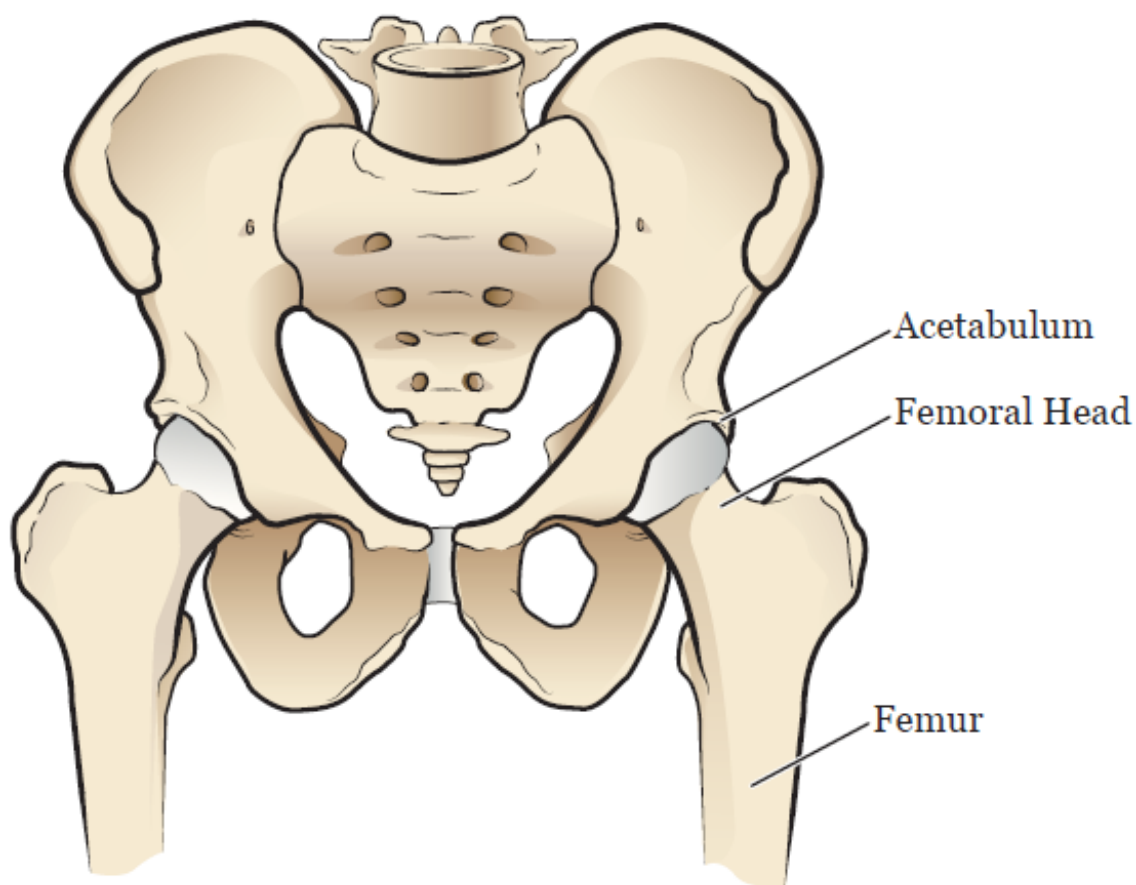


Рисунок 1. Структура тазобедренного сустава

---

Если вам нужна замена тазобедренного сустава, его поврежденные части будут замещены искусственными компонентами, которые называются протезами. Они обычно изготавливаются из металла или пластика. Новый сустав помогает уменьшить боль и улучшить способность двигаться.

### Виды замены тазобедренного сустава

Замена тазобедренного сустава бывает двух видов — частичная и полная.

При частичной замене тазобедренного сустава удаляется головка бедра, и на ее место устанавливается металлическая ножка, которая вводится в бедренную кость. На верхнюю часть ножки устанавливается шар. Устройство, которое называется «биполярной чашкой», надевается на шар вновь установленного бедренного сустава и вращается в собственной вертлужной впадине пациента.

При полной замене тазобедренного сустава замещается не только головка бедра, но и вертлужная впадина, на место которой устанавливается металлический протез.

Вертлужная впадина крепится к кости с помощью цемента, винтов или за счет плотной посадки на кость.

## Операция по замене тазобедренного сустава

Хирург сделает надрез (хирургический разрез), который начнется примерно на 5 дюймов (12,7 см) выше тазобедренного сустава и закончится около 6 дюймов (15,24 см) ниже него. Врач удалит пораженную часть кости и заменит ее протезом. Протез будет установлен на нужное место и закреплен.

## До операции

Информация в этом разделе поможет вам подготовиться к операции. Прочтите этот раздел после назначения вам операции и обращайтесь к нему по мере приближения даты операции. Он содержит важные сведения о том, что вам

потребуется сделать до операции. Запишите все имеющиеся у вас вопросы и не забудьте задать их вашему врачу или медсестре/медбрату.

## Подготовка к операции

Вы и ваша медицинская бригада будете готовиться к операции вместе. Помогите нам сделать вашу операцию максимально безопасной: скажите нам, соответствует ли какое-либо из приведенных ниже утверждений вашей ситуации, даже если вы не совсем в этом уверены.

- Я принимаю лекарство, разжижающее кровь. К таким лекарствам относятся aspirin, heparin, warfarin (Coumadin®), clopidogrel (Plavix®), enoxaparin (Lovenox®), dabigatran (Pradaxa®), apixaban (Eliquis®) и rivaroxaban (Xarelto®). Существуют и другие, поэтому обязательно сообщите своему врачу обо всех принимаемых вами лекарствах.
- Я принимаю лекарства, выдаваемые по рецепту (прописанные врачом), включая пластыри и мази.
- Я принимаю безрецептурные лекарства (которые покупаю без рецепта), включая пластыри и мази.
- Я принимаю диетические добавки, например травы, витамины, минералы, а также натуральные или домашние лечебные средства.
- У меня есть кардиостимулятор, автоматический

имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (AICD) или другой прибор для стимуляции работы сердца.

- У меня случаются приступы апноэ во сне.
- Раньше у меня возникали проблемы при анестезии (при введении лекарства, под действием которого пациент засыпает во время операции).
- У меня аллергия на некоторые лекарства или материалы, включая латекс.
- Я не хочу, чтобы мне делали переливание крови.
- Я употребляю алкоголь.
- Я курю.
- Я принимаю легкие наркотики.

## Об употреблении алкогольных напитков

Количество употребляемого алкоголя может повлиять на ваше состояние во время и после операции. Важно сообщить медицинским сотрудникам, в каком количестве вы употребляете алкоголь. Это поможет нам спланировать ваше лечение.

- Резкий отказ от употребления алкоголя может спровоцировать припадки, алкогольный делирий и привести к смерти. Если нам будет известно, что вы подвержены риску таких осложнений, мы сможем назначить вам лекарства для их предотвращения.

- Если вы употребляете алкоголь регулярно, существует риск возникновения других осложнений во время и после проведения операции. Они включают кровотечение, инфекции, проблемы с сердцем и более длительное стационарное лечение.

Вот что вы можете сделать до операции, чтобы предотвратить возможные проблемы:

- Честно сообщить медицинскому сотруднику, в каком количестве вы употребляете алкоголь.
- После назначения операции попытайтесь прекратить употребление алкогольных напитков. Если после прекращения употребления алкогольных напитков вы испытываете головные боли, тошноту, повышенное беспокойство или у вас появились проблемы со сном, немедленно сообщите об этом вашему врачу. Это ранние признаки, связанные с отказом от алкоголя, которые можно вылечить.
- Сообщите медицинскому сотруднику, если вы не в силах прекратить употребление алкоголя.
- Задавайте нам любые вопросы, связанные с алкоголем и проведением вашей операции. Как всегда, мы обеспечим конфиденциальность всех ваших медицинских данных.

О курении

Во время проведения операции у курящих могут возникнуть проблемы с дыханием. Отказ от курения даже за несколько дней до операции поможет предотвратить такие проблемы. Если вы курите, медсестра/медбрат направит вас на нашу программу лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program). Вы также можете обратиться в эту программу по телефону 212-610-0507.

## Информация о приступах апноэ во сне

Приступы апноэ во сне — это распространенное расстройство дыхания, из-за которого во время сна человек кратковременно перестает дышать. Самый распространенный вид — синдром обструктивного апноэ во сне (OSA). При наличии OSA дыхательные пути становятся полностью заблокированными во время сна. Это может вызвать серьезные проблемы во время и после операции.

Сообщите нам, если у вас случаются приступы апноэ во сне, или если вы предполагаете, что у вас могут случаться такие приступы. Если вы используете дыхательный аппарат (CPAP) для профилактики приступов апноэ во сне, возьмите его с собой в день операции.

В течение **30** дней до операции

Дооперационное исследование

Перед операцией вам назначат дооперационное

исследование (presurgical testing (PST)). Дата, время и место проведения дооперационного исследования будет указано в карточке напоминания, выданной вам офисом врача.

В день назначенного дооперационного исследования вы можете принимать пищу и лекарства как обычно.

В ходе визита вы познакомитесь с медсестрой/медбратом высшей квалификации, работающей(-им) с анестезиологами (врачами и специализированными медсестрами/медбратьями, которые будут делать анестезию во время операции). Медсестра/медбрат высшей квалификации вместе с вами просмотрит медицинскую карту и вашу историю хирургических операций. Вам потребуется пройти ряд исследований, включая электрокардиограмму (electrocardiogram [EKG]) для проверки ритма сердца, рентген грудной клетки, анализы крови и другие необходимые для планирования лечения исследования. Ваша медсестра/медбрат высшей квалификации может также направить вас к другим медицинским специалистам.

Медсестра/медбрат высшей квалификации также сообщит, какие лекарства вам необходимо будет принять утром в день операции.

Вы очень поможете нам, если на дооперационное исследование возьмете с собой следующее:



- список всех лекарств, которые вы принимаете, включая рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри и мази;
- результаты всех исследований, которые вы проходили вне центра MSK, например кардиограммы с нагрузкой, эхокардиограммы или доплерографии сонной артерии;
- имена и номера телефонов ваших врачей.

## Определите, кто будет ухаживать за вами

Важная роль в процессе вашего лечения отводится лицу, осуществляющему уход. Врач или медсестра/медбрат расскажет вам и лицу, ухаживающему за вами, о вашей операции. Лицу, ухаживающему за вами, необходимо после операции получить инструкции на период после выписки, чтобы обеспечить вам правильный уход в домашних условиях. Лицу, ухаживающему за вами, также нужно будет отвезти вас домой после операции.

## Заполните бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи

Если вы еще не заполнили бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи (Health Care Proxy), мы рекомендуем сделать это прямо сейчас.

Доверенность на принятие решений о медицинской помощи является правовым документом, где указывается человек, который будет представлять ваши интересы в

случае, если вы не сможете делать это самостоятельно. Указанный вами человек будет вашим представителем по вопросам медицинской помощи.

Если вы заинтересованы в заполнении бланка доверенности на принятие решений о медицинской помощи, обратитесь к вашей медсестре/медбрату. Если вы уже заполнили эту форму или у вас есть иное предварительное распоряжение, возьмите его на следующий прием.

**Делайте дыхательную гимнастику и упражнения, стимулирующие откашливание**

До операции выполняйте глубокие вдохи и прокашливайтесь. Вы получите стимулирующий спирометр, который поможет расширить легкие. Поговорите со своим врачом о том, как использовать стимулирующий спирометр. Дополнительную информацию вы можете узнать в материале *Как пользоваться стимулирующим спирометром* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)). Если у вас возникли вопросы, обратитесь к медсестре/медбрату или терапевту-пульмонологу.

**Физическая нагрузка**

Постарайтесь ежедневно выполнять аэробные упражнения. Например, проходите пешком не менее 1 мили (1,6

километра), плавайте или катайтесь на велосипеде. Если на улице холодно, ходите по лестнице у себя дома, сходите в торговый центр или магазин. Физические нагрузки помогут улучшить состояние организма для проведения операции, а также помогут облегчить и ускорить процесс выздоровления.

## Придерживайтесь принципов здорового питания

До операции старайтесь получать хорошо сбалансированное, здоровое питание. Если вам необходима помощь по вопросам питания, попросите своего врача или медсестру/медбрата направить вас к врачу-диетологу.

## За 10 дней до операции

### Прекратите принимать витамин E

Если вы принимаете витамин E, прекратите его прием за 10 дней до операции. Витамин E может вызвать кровотечение. Для получения дополнительной информации прочтите материал *Распространенные лекарства, содержащие aspirin и другие нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП)* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

### Купите средство для очищения кожи Hibiclens®

Hibiclens — это средство для очищения кожи, которое убивает микроорганизмы и предотвращает их появление в

течение суток после использования (см. рисунок).  
Принятие душа с Hibiclens до операции помогает  
снизить риск развития инфекции после  
операции. Вы можете приобрести Hibiclens в  
вашей ближайшей аптеке без рецепта.



### За 7 дней до операции

Прекратите принимать определенные  
лекарства

Если вы принимаете аспирин, спросите врача,  
нужно ли вам продолжать его прием. Aspirin и  
содержащие его лекарства могут вызвать  
кровотечение. Для получения дополнительной  
информации прочтите материал

*Распространенные лекарства, содержащие aspirin и другие  
нестероидные противовоспалительные препараты  
(НПВП) ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).*

Прекратите принимать лечебные средства из трав и  
другие диетические добавки

Прекратите принимать лечебные средства из трав и другие  
диетические добавки за 7 дней до операции. Если вы  
принимаете мультивитамины, спросите врача или  
медсестру/медбрата, нужно ли вам продолжать их прием.  
Для получения дополнительной информации прочтите

Средство  
для  
очистения  
кожи  
Hibiclens

материал *Лечебные средства из трав и лечение рака* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)).

**Посмотрите виртуальную экскурсию**

Это видео даст вам представление о том, чего следует ожидать в Memorial Hospital (основной больнице центра MSK) в день проведения операции.

**За 2 дня до операции**

**Прекратите принимать определенные лекарства**

Прекратите принимать нестероидные противовоспалительные препараты (nonsteroidal anti-inflammatory drugs [НПВП]), такие как ibuprofen (Advil<sup>®</sup>, Motrin<sup>®</sup>) и naproxen (Aleve<sup>®</sup>), за 2 дня до операции. Эти лекарства могут вызвать кровотечение. Для получения дополнительной информации прочтите материал *Распространенные лекарства, содержащие aspirin и другие нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП)* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

**За 1 день до операции**

**Запишите время, на которое назначена операция**

**Сотрудник приемного отделения (Admitting Office)**

позвонит вам после 14:00 накануне дня операции. Если

ваша операция назначена на понедельник, вам позвонят в пятницу. Если до 19:00 вам никто не позвонит, позвоните по номеру 212-639-5014.

Сотрудник сообщит вам, в какое время приехать в больницу на операцию. Вам также скажут куда идти. Операция будет проводиться по одному из следующих адресов:

- Дооперационный центр (Presurgical Center (PSC)) на 2-м этаже  
1275 York Avenue  
(между East 67<sup>th</sup> Street и East 68<sup>th</sup> Street),  
New York, NY 10065  
Лифт М до 2-го этажа
- Дооперационный центр (Presurgical Center [PSC]) на 6-м этаже  
1275 York Avenue  
(между East 67<sup>th</sup> Street и East 68<sup>th</sup> Street),  
New York, NY 10065  
Лифт В, 6-й этаж

## Душ с Hibiclens

Вечером накануне операции примите душ с Hibiclens.

1. Вымойте волосы своим обычным шампунем. Тщательно ополосните волосы.
2. Вымойте лицо и область половых органов своим обычным мылом. Тщательно ополосните тело.
3. Откройте флакон Hibiclens. Налейте небольшое количество раствора в руку или на махровую салфетку.

4. Отойдите от струи воды, чтобы не смыть Hibiclens сразу после нанесения.
5. Легкими движениями вотрите Hibiclens в тело от шеи и до ступней. Не наносите Hibiclens на лицо и на область половых органов.
6. Вернитесь под струю воды и смойте Hibiclens.
7. После душа вытрите чистым полотенцем.
8. Не наносите никакого лосьона, крема, дезодоранта, макияжа, пудры, одеколona и парфюмерии после душа.

## Сон

Ложитесь спать пораньше и постарайтесь хорошо выспаться.

## Употребление пищи и напитков перед операцией

- Не принимайте пищу после полуночи перед вашей операцией. Это также касается леденцов и жевательной резинки.
- В период между полночью и за два часа до запланированного времени прибытия в больницу вы можете выпить не более 12 унций (350 мл) воды (см. рисунок).
- Воздержитесь от приема пищи и напитков за два часа до запланированного времени прибытия в больницу. Это также касается воды.



## Утро в день операции

### Примите лекарства

Если ваш врач или медсестра/медбрат высшей квалификации велели вам принять некоторые лекарства утром перед операцией, примите только эти лекарства, запив их маленьким глотком воды. В зависимости от лекарств и предстоящей операции это могут быть все или некоторые из лекарств, которые вы обычно принимаете по утрам, либо вообще отказ от них.

### Душ с Hibiclens



Примите душ с использованием Hibiclens перед тем как отправиться в больницу. Используйте Hibiclens так же, как и накануне вечером.

Не наносите никакого лосьона, крема, пудры, дезодоранта, макияжа, одеколона и парфюмерии после душа.

### Что необходимо запомнить

- Наденьте удобную свободную одежду.
- Если вы носите контактные линзы, снимите их и наденьте очки. Во время операции контактные линзы могут травмировать глаза.
- Не надевайте металлические предметы. Снимите все ювелирные украшения, включая пирсинг на теле. Используемое во время операции оборудование при соприкосновении с металлом может вызвать ожоги.
- Удалите лак и наклейки с ногтей.
- Оставьте ценные вещи (например, кредитные карты, ювелирные украшения и чековую книжку) дома.
- Перед тем как отправиться в операционную вам потребуется снять слуховой аппарат, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты.

### Что взять с собой

- Кроссовки со шнуровкой или другую обувь с подошвой,

но без шнуровки и застежек. Возможно, ваши ноги отекут. Кроссовки со шнуровкой или устойчивую обувь без шнуровки и застежек будет легче обуть после операции. Не берите обувь с открытой пяткой, например вьетнамки или тапочки.

- Аппарат СИПАП (CPAP) для профилактики приступов апноэ во сне, если он у вас есть.
- Стимулирующий спирометр
- Доверенность на принятие решений о медицинской помощи, если вы ее заполняли.
- Мобильный телефон и зарядное устройство.
- Сумку для хранения личных вещей (например очков, слухового аппарата, зубных и других протезов, парика и религиозных атрибутов), если они у вас есть.
- Эти рекомендации. Представители медицинской бригады с помощью этих рекомендаций объяснят вам, как ухаживать за собой после операции.

Где припарковаться

Гараж MSK находится на East 66<sup>th</sup> Street между York Avenue и First Avenue. О ценах на парковку можно узнать по номеру телефона 212-639-2338.



Для въезда в гараж необходимо повернуть на East 66<sup>th</sup> Street с York Avenue. Гараж расположен приблизительно в четверти квартала от York Avenue, по правой (северной) стороне улицы. Из гаража в больницу ведет пешеходный туннель.

Есть и другие гаражи, расположенные на East 69<sup>th</sup> Street между First Avenue и Second Avenue, East 67<sup>th</sup> Street между York Avenue и First Avenue, а также на East 65<sup>th</sup> Street между First Avenue и Second Avenue.

### По прибытии в больницу

Вам будет необходимо несколько раз назвать и продиктовать по буквам ваши имя и фамилию, а также назвать дату рождения. Это необходимо для вашей безопасности. В один день могут оперировать людей с одинаковыми или похожими именами.

### Переоденьтесь для операции

Когда подойдет время переодеться перед операцией, вам выдадут больничную рубашку, халат и нескользящие

носки.

## Встретьтесь с медсестрой/медбратом

Вы встретитесь с медсестрой/медбратом перед операцией. Сообщите ей/ему дозы всех лекарств (включая пластыри и кремы), которые вы принимали после полуночи, а также время их приема.

Медсестра/медбрат может поставить внутривенную (intravenous [IV]) капельницу в одну из вен, обычно на руке или кисти. Если медсестра/медбрат не вводит капельницу, ваш анестезиолог сделает это позднее, когда вы будете в операционной.

Сотрудник хирургической бригады отметит маркером место проведения операции. Это гарантирует выполнение операции в правильном месте.

## Встретьтесь с анестезиологом

Анестезиолог:

- просмотрит медицинскую карту вместе с вами;
- спросит, были ли у вас проблемы с анестезией в прошлом, включая тошноту и боль;
- расскажет о вашем комфорте и безопасности во время операции;
- расскажет вам о типе анестезии, которую вы получите;

- ответит на вопросы об анестезии, которые могут у вас возникнуть.

Ваш врач или анестезиолог также могут обсудить с вами способ введения обезболивающего лекарства. Вам могут вводить его через:

- эпидуральный катетер (тонкую гибкую трубку), установленный в позвоночнике;
- катетер проводниковой анестезии, установленный вблизи нервов, передающих болевые импульсы от разреза;
- внутривенную капельницу.

## Подготовьтесь к операции

После визита медсестры/медбрата 1–2 посетителя смогут побыть с вами, пока вы ждете начала операции. Перед началом операции ваших посетителей проводят в зону ожидания. Ваши посетители должны прочесть материал *Информация для членов семьи и друзей в день операции* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery)).

Вы пройдете в операционную самостоятельно, или вас отвезут туда на каталке. Представитель операционной бригады поможет вам лечь на операционный стол. На ноги вам наденут компрессионные ботинки. Они будут плавно

надуваться и сдуваться для улучшения тока крови в ногах. Вам также могут надеть манжету для измерения кровяного давления и установить электроды для снятия электрокардиограммы, чтобы отслеживать ваше состояние во время операции.

Как только вам будет удобно, ваш анестезиолог подаст анестезию через IV-капельницу, и вы заснете. Через ВВ-капельницу вам также будут вводить жидкости во время и после операции.

### Чего стоит ожидать

Когда вы уснете, вам через рот в трахею введут дыхательную трубку, чтобы помочь дышать. Кроме того, вам установят мочевой катетер (катетер Foley®) для отвода мочи из мочевого пузыря.

В ходе операции вам будут установлены пластиковые дренажные трубки, идущие от места установки замещающего протеза и выходящие вблизи разреза. По ним будет отводиться жидкость из места проведения операции, что поможет снять отек. Чтобы дренажные трубки не выпали, их могут пришить к тканям в месте установки. Они подсоединены к резервуару для сбора выделяющейся жидкости.

После завершения операции на ваш разрез будут наложены хирургические скобки или швы. Кроме того, на разрезы вам

могут наложить Steri-Strips™ (тонкие полоски пластыря) или Dermabond® (хирургический клей). Место разрезов может покрываться повязкой. Дыхательная трубка обычно извлекается, пока вы еще находитесь в операционной.

## После операции

Информация в этом разделе позволит вам узнать, что стоит ожидать после операции, пока вы будете находиться в больнице и когда уедете домой. Вы узнаете, как безопасно восстанавливаться после операции. Запишите все имеющиеся у вас вопросы и не забудьте задать их вашему врачу или медсестре/медбрату.

### В послеоперационной палате

Когда вы проснетесь после операции, вы будете находиться в послеоперационной палате.

Медсестра/медбрат будет следить за температурой вашего тела, а также за пульсом, артериальным давлением и уровнем кислорода. Вы будете получать кислород через тонкую трубочку, которая располагается под носом и называется носовой канюлей. На голени также будут надеты компрессионные ботинки.

В ваш мочевой пузырь будет введён катетер Foley® для отслеживания количества вырабатываемой мочи. Вам установят обезболивающую помпу, которую называют

аппаратом для анальгезии, управляемой пациентом (patient-controlled analgesia [PCA]). Для получения дополнительной информации прочитайте материал *Управляемая пациентом анальгезия (УПА)* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)). Если у вас нет эпидурального катетера или катетера для проводниковой анестезии, обезболивающее лекарство будет вводиться через внутривенную (IV) капельницу.

Как правило, приблизительно через 90 минут после того, как вы будете переведены в послеоперационную палату, к вам смогут приходить посетители. Кто-то из медсестер/медбратьев объяснит им правила поведения.

Вы будете находиться в послеоперационной палате до тех пор, пока не придете в себя, и пока не утихнет боль. В большинстве случаев пациенты возвращаются в свои палаты после нескольких часов пребывания в послеоперационной палате (PACU), но некоторым необходимо остаться там и на ночь для наблюдения.

## **В больничной палате**

После пребывания в послеоперационной палате вас переведут в больничную палату. Вы встретитесь с кем-то из медсестер/медбратьев, которые будут ухаживать за вами, пока вы будете в больнице, восстанавливаясь после



операции.

Используйте стимулирующий спирометр. Это поможет расширить легкие, что предотвратит развитие пневмонии. Дополнительную информацию вы можете узнать в материале *Как пользоваться стимулирующим спирометром* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)). Вам также следует поговорить со своим врачом по поводу того, как пользоваться стимулирующим спирометром.

Прочтите материал *Позовите на помощь! Не упадите!* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall)) и узнайте, что вы можете сделать для своей безопасности и избежания падений, пока находитесь в больнице.

Перед выпиской из больницы вы также можете пройти ультразвуковое исследование. Это позволит нам проверить наличие сгустков крови. Так мы сможем определить, какое лекарство для разжижения крови вам следует принимать после выписки. Кроме того, чтобы не допустить развитие инфекции, через IV-капельницу вам будут вводить антибиотики.

Часто задаваемые вопросы: пребывание в больнице  
Буду ли я испытывать боль после операции?

После операции вы будете испытывать некоторую боль в

местах разрезов. Врач и медсестра/медбрат будут часто спрашивать вас о болевых ощущениях и давать лекарство по мере необходимости. Если у вас нет эпидурального катетера или катетера для проводниковой анестезии, обезболивающее лекарство будет вводиться через IV-капельницу.

Если боль не утихает, сообщите об этом врачу или медсестре/медбрата. Обезболивание крайне необходимо для того, чтобы вы могли использовать стимулирующий спирометр, а также вставать с постели и ходить.

Перед отъездом из больницы домой вам могут дать рецепт для приобретения обезболивающего лекарства. Обсудите с вашим врачом или медсестрой/медбрата возможные побочные эффекты и время, когда вам следует перейти на безрецептурные обезболивающие лекарства.

**Каких еще побочных эффектов можно ожидать после операции?**

После операции кожа под разрезом онемееет. Это происходит из-за того, что часть нервных окончаний была отсечена. Через некоторое время онемение пройдет.

**Смогу ли я принимать пищу после операции?**

Да. Соблюдение сбалансированной диеты с высоким содержанием белка поможет вам восстановиться после операции. Ваш рацион должен включать источник

здорового белка при каждом приеме пищи, а также фрукты, овощи и цельные злаки. Чтобы ознакомиться с дополнительными советами по увеличению количества калорий и белка в вашем рационе питания, прочитайте материал .

Если у вас есть вопросы по рациону питания, попросите направить вас к диетологу.

### **Как долго у меня будут установлены дренажи?**

Дренажные трубки обычно остаются в течение нескольких дней после операции. Как долго это продлится в вашем случае зависит от количества выделяющейся жидкости. Медсестра/медбрат будет измерять его 3 раза в сутки. Решение о том, позволяет ли количество жидкости снять дренаж, принимает врач.

Снятие дренажных трубок обычно не занимает много времени. Это делается прямо в палате, и вам не нужно принимать обезболивающее лекарство. У вас может возникнуть чувство жжения, которое длится лишь несколько минут.

### **Какие упражнения мне следует выполнять, находясь в больнице?**

Упражнения для ног могут улучшить кровообращение и предотвратить образование сгустков крови. Такие упражнения описаны ниже в разделе «Рекомендуемые

упражнения во время пребывания в больнице».

Выполняйте их по 10 раз в час во время бодрствования.

Есть ли ограничения в том, чем мне можно будет заниматься сразу же после операции?

Да. После операции по замене тазобедренного сустава вы должны соблюдать в отношении этого сустава особые меры предосторожности.

В зависимости от перенесенной операции, эти меры предосторожности могут слегка отличаться. Ваш физиотерапевт (physical therapist (PT)) и реабилитационный терапевт (occupational therapist (OT)) рассмотрит их вместе с вами. В большинстве случаев пациентам необходимо соблюдать перечисленные ниже меры предосторожности.

- Не сгибайтесь в талии или в бедрах ниже, чем под углом 90 градусов.
- Не скрещивайте ноги в положении стоя, сидя или лежа.
- Не скручивайте прооперированную ногу (на которой проводилась операция) в сторону другой ноги. В положении лежа, сидя или стоя не держите ступни “косолапо” (не обращайтесь внутрь пальцы стоп).

Если вам необходимо соблюдать дополнительные или отличающиеся от этих меры предосторожности, ваш врач, PT и OT рассмотрят их вместе с вами. Пока вы находитесь в

больнице, РТ и ОТ научат вас безопасно ложиться и вставать с постели. Они также покажут вам, как выполнять повседневные задачи по уходу за собой, например одеваться и ходить в туалет, соблюдая эти меры предосторожности. Дополнительная информация приводится ниже в разделе «Меры предосторожности в отношении тазобедренного сустава».

### **Как долго я буду находиться в больнице?**

В большинстве случаев пациенты, перенесшие операцию по замене тазобедренного сустава, остаются в больнице примерно на 4 дня.

Ко времени выписки из стационара разрез на вашем теле начнет заживать. Перед выпиской из больницы осмотрите свой разрез вместе с медсестрой/медбратом и ухаживающим за вами лицом. Если вы будете знать, как выглядит ваш разрез, вы сможете заметить его изменения в дальнейшем.

### **Как мне подготовиться к выписке из больницы?**

Вам назначат куратора, который поможет вам спланировать выписку. Некоторых пациентов после выписки из больницы переводят в центр кратковременной реабилитации. Другие могут сразу же отправиться домой. У всех это происходит по-разному. Ваша медицинская бригада, РТ, ОТ и куратор вместе с вами определяют

наиболее подходящий для вас план. Ваш куратор может позаботиться о предоставлении оборудования, услуг медсестры/медбрата или проведении реабилитационных мероприятий, необходимых вам после выписки из больницы.

### Часто задаваемые вопросы: после выписки

Прочтите материал *Что можно сделать, чтобы избежать падений* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)) и узнайте, что вы можете сделать, чтобы позаботиться о своей безопасности и избежать падений дома и во время визитов в центр MSK.

### Буду ли я чувствовать боль, когда вернусь домой?

Длительность присутствия боли и дискомфорта у каждого человека разная. Болевые ощущения могут остаться у вас и в момент возвращения домой, и, возможно, вы будете принимать обезболивающее лекарство. У некоторых людей боли в области разреза, ощущение стянутости или ломота в мышцах могут продолжаться в течение 6 месяцев или дольше. Это не означает, что с вами что-то не так.

Приведенные ниже рекомендации помогут вам снимать боль в домашних условиях.

- Принимайте лекарства в соответствии с указаниями врача и по мере необходимости.

- Позвоните вашему врачу, если назначенное лекарство не снимает боль.
- Не садитесь за руль и не употребляйте спиртные напитки, если вы принимаете рецептурное обезболивающее лекарство.
- По мере заживления разреза боль будет становиться слабее, и вам будет требоваться все меньше обезболивающего лекарства. Для облегчения боли и дискомфорта подойдут безрецептурные обезболивающие средства, такие как асетаминофен (Tylenol®) или ибупрофен (Advil®).
  - Соблюдайте рекомендации вашего врача или медсестры/медбрата по прекращению приема назначенного вам обезболивающего лекарства.
  - Не принимайте асетаминофен в количестве, превышающем указанное на флаконе, или же принимайте его в соответствии с указаниями вашего врача или медсестры/медбрата. Слишком большое количество асетаминофен вредно для печени.
- Обезболивающие лекарства должны помочь вам вернуться к привычному образу жизни. Принимайте достаточное количество лекарства, чтобы вы могли спокойно выполнять упражнения. Однако, небольшое усиление боли при повышении уровня активности

является нормальным.

- Следите за временем приема обезболивающих лекарств. Они наиболее эффективны через 30–45 минут после приема. Лучше принимать лекарство при первом появлении боли и не ждать ее усиления.

Обезболивающие лекарства могут вызывать запоры (опорожнение кишечника происходит реже, чем обычно).

### Как я могу предотвратить запоры?

После операции ваше обычное время опорожнения кишечника может измениться. Возможны проблемы с опорожением кишечника (отделением кала). Обсудите с медсестрой/медбратом способы предотвращения запоров. Вы также можете выполнять приведенные ниже рекомендации.

- Ходите в туалет в одно и то же время каждый день. Ваш организм привыкнет опорожнять кишечник в это время. Но если вам захотелось в туалет, не откладывайте это на потом.
- Попробуйте ходить в туалет через 5–15 минут после приемов пищи. Рекомендуем опорожнять кишечник после завтрака. В это время рефлекс в толстом кишечнике наиболее сильны.
- Если можете, выполняйте физические упражнения.



Пешие прогулки — отличная физическая нагрузка.

- Если можете, пейте по 8 стаканов (емкостью 8 унций (240 мл) каждый, всего 2 л) жидкости ежедневно. Пейте воду, соки, супы, молочные коктейли и другие напитки без кофеина. Напитки с кофеином, такие как кофе и газированная вода, выводят жидкость из организма.
- Постепенно увеличивайте содержание клетчатки в пище до 25-35 граммов в день. Клетчатка содержится во фруктах, овощах, цельных злаках и хлопьях из злаков. Если у вас установлена стома или в недавнее время был прооперирован кишечник, проконсультируйтесь с вашим врачом или медсестрой/медбратом перед внесением изменений в рацион питания.
- Для лечения от запоров применяются лекарства, которые продаются по рецепту и без него. Начните с одного из следующих безрецептурных лекарств. Соблюдайте инструкции на этикетке лекарства или указания медицинского сотрудника.
  - Docusate sodium (Colace®): это средство размягчает стул и вызывает лишь незначительные побочные эффекты. Не принимайте его с минеральным маслом.
  - Polyethylene glycol (MiraLAX®): это средство размягчает стул и вызывает лишь незначительные побочные эффекты.

- Senna (Senokot®): это стимулирующее слабительное средство, которое может вызывать спазмы. Лучше всего принимать его перед сном.
- Если вы не опорожняли кишечник в течение 2 дней, позвоните врачу или медсестре/медбрату.

Для получения дополнительной информации прочитайте материал *запор*; ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/constipation](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/constipation)).

### Как мне ухаживать за разрезами?

Наложённые швы будут оставаться на разрезах до тех пор, пока их не снимет врач во время визита для последующего наблюдения после операции. Вам нужно будет ухаживать за разрезом в домашних условиях.

Меняйте повязки не реже одного раза в сутки. Постоянное ношение повязки обязательно.

При наличии выделений из разреза запишите их количество и цвет. Позвоните в офис своего врача и скажите медсестре/медбрату о выделениях из разреза.

Если на момент выписки на разрезе остаются полоски пластыря Steri-Strips, они отойдут и отпадут сами. Если на момент выписки на разрезе остается клей Dermabond, он также отойдет и слезет сам. Если пластырь Steri-Strips и клей Dermabond не отпадут через 10 дней, вы можете снять

их.

Не наносите пудру, лосьон или мыло вблизи разреза.

**Когда я смогу принимать душ?**

Вы можете принимать душ после снятия швов; обычно это происходит через 2-3 недели после операции. До тех пор вы можете обтирать тело губкой, но не мочите разрезы.

Принимая душ, снимите повязки и аккуратно промойте разрезы с мылом. После душа промокните эти участки насухо чистым полотенцем. Не закрывайте разрез, если из него не выделяется жидкость. Если выделения не прекращаются, после душа наложите на разрез новую повязку.

Не принимайте ванну, пока не обсудите это со своим врачом во время первого визита после операции.

Воздержитесь от использования джакузи, посещения сауны и бассейна до тех пор, пока ваш врач или медсестра/медбрат не скажут, что вам это разрешено.

**Какие ограничения физической активности ожидают меня после выписки?**

После операции вы должны соблюдать особые меры предосторожности в отношении тазобедренного сустава. Если вы проходите дополнительный курс физиотерапии или реабилитационной терапии после выписки из

больницы, работающие с вами специалисты продолжат учить вас двигаться без вреда для здоровья. Это позволит вам окрепнуть и заново освоиться с ходьбой и привычными занятиями.

**Когда для меня будет безопасно водить машину?**

Вы можете снова сесть за руль, когда ваш врач скажет вам, что это безопасно. Обычно это происходит через 3 месяца после операции.

**Когда я могу вернуться на работу?**

Сроки возвращения на работу зависят от того, какая у вас работа, какую операцию вы перенесли, и как быстро восстанавливается ваш организм. Спросите у врача, когда вы сможете вернуться на работу.

**Когда я смогу возобновить половую активность?**

Спросите у своего врача, как скоро после выписки вам можно будет возобновить половую активность. В большинстве случаев это происходит через 2 недели после выписки.

Единственные ограничения будут касаться позиций, которые вы можете использовать во время секса, чтобы соблюсти меры предосторожности в отношении тазобедренного сустава. Вы можете быть снизу или лежать на боку. Кладите 2 подушки между коленями, чтобы развести их на расстояние 6–10 дюймов (15–25 см).

Старайтесь планировать половую активность на то время, когда вы лучше себя чувствуете. Некоторые пациенты чувствуют себя лучше по утрам. Другие в это время чувствуют скованность и боль. Вам также может помочь обезболивающее лекарство, если вы примете его примерно за 45 минут до желаемого времени.

**Есть ли другие обязательные меры предосторожности?**

Если вы собираетесь проходить процедуру, которая может вызвать кровотечение, следует сказать врачу или стоматологу, что у вас установлен протез тазобедренного сустава. Вы должны принять антибиотик. Если в организм попадет инфекция, она может затронуть вновь установленный протез тазобедренного сустава. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Предотвращение инфекции в месте установки костного или суставного замещающего протеза* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/preventing-infection-prosthesis](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/preventing-infection-prosthesis)).

**Нормально ли чувствовать усталость после операции?**

Чувство усталости (слабость) является самым распространенным побочным эффектом после замены тазобедренного сустава. Это нормально. Возможно, вам будет необходимо поспать в течение дня, но старайтесь бодрствовать как можно дольше. Это поможет вам лучше спать ночью. Обычно на полное восстановление сил уходит

6–8 недель.

**Когда я смогу поднимать тяжести или выполнять физические упражнения?**

Не выполняйте интенсивные физические упражнения и не поднимайте тяжести, пока ваш врач не разрешит вам это делать. Возможно, вам будут нужны особые инструкции по выполнению упражнений.

**Как я могу справиться со своими чувствами?**

После операции в связи с тяжелым заболеванием, вы можете испытать новое для вас чувство подавленности. Многие люди говорят, что в некоторые моменты им хотелось плакать, приходилось испытывать печаль, беспокойность, нервозность, раздражение и злость. Может оказаться, что вы не в состоянии сдерживать некоторые из этих чувств. Если это случится, постарайтесь найти эмоциональную поддержку.

Первый шаг на этом пути — рассказать о своих чувствах. Друзья и близкие могут помочь вам. Медсестра/медбрат, врач и социальный работник могут успокоить и поддержать вас и дать совет. Обязательно рассказывайте этим специалистам о своем эмоциональном состоянии и об эмоциональном состоянии ваших друзей и близких. Для пациентов и членов их семьи доступны многочисленные материалы. Где бы вы ни находились — в больнице или

дома — медсестры/медбратья, врачи и социальные работники готовы помочь вам, вашим друзьям и близким справиться с эмоциональными аспектами болезни.

## Когда состоится мой первый визит к врачу после операции?

Ваш первый визит к врачу состоится примерно через 2 недели после выписки из больницы. Позвоните в офис вашего врача как можно скорее после выписки, чтобы записаться на прием.

## Что если у меня возникнут другие вопросы?

Если у вас возникли вопросы или опасения, обратитесь к своему врачу или медсестре/медбратау. Вы можете связаться с ними с понедельника по пятницу, с 9:00 до 17:00.

После 17:00, а также в выходные и праздничные дни позвоните по телефону 212-639-2000 и спросите врача, который дежурит вместо вашего.



**Call your doctor or nurse if you have:**

- температура 101 °F (38,3 °C) или выше;
- онемение, пощипывание (покалывание) или жжение в пальцах ног;
- боль, которая не проходит после приема

обезболивающего лекарства, или усиливающаяся боль;

- выделения или неприятный запах из разреза;
- проблемы с подвижностью пальцев ног;
- увеличился отек, который не проходит после того, как вы приподняли бедро, на котором была проведена операция по замене тазобедренного сустава;
- пальцы ног слишком холодные и не становятся теплее, когда вы их накрываете;
- усилилось покраснение вокруг разреза;
- проблемы с дыханием;
- возникли любые неожиданные или необъяснимые проблемы;
- возникли какие-либо вопросы или опасения.

Рекомендуемые упражнения во время пребывания в больнице

Покачивания стопой



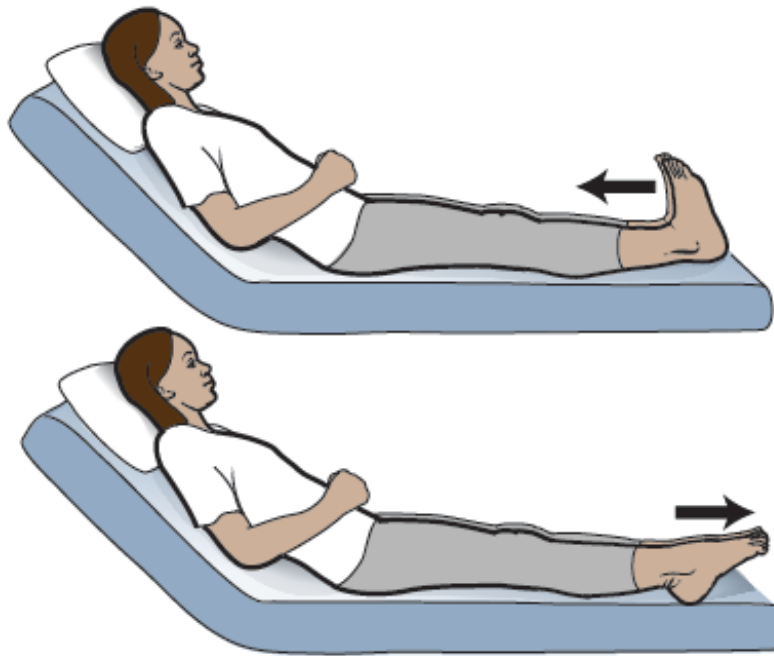


Рисунок 1. Покачивания стопой

1. Лягте на спину, подложив подушки под голову и плечи. Вы также можете делать это упражнение сидя.
2. Поднимите пальцы ног вверх, по направлению к носу (см. рисунок 1). Можно выполнять упражнение обеими стопами одновременно.
3. Затем опустите их в направлении пола.

4. Повторите 10 раз.

Выполняйте это упражнение каждый час во время бодрствования.

### Сжатие квадрицепсов



Рисунок 2. Сжатие квадрицепсов

---

1. Лягте на спину, подложив подушки под голову и плечи.
2. Выпрямите ноги, насколько это возможно.
3. Надавите тыльной стороной коленей на кровать, напрягая при этом мышцы верхней части бедра (см. рисунок 2).
4. Оставайтесь в этом положении, считая вслух до 5.
5. Расслабьтесь.
6. Повторите 10 раз.

Выполняйте это упражнение каждый час во время бодрствования.

### Сжатие ягодичных мышц



Рисунок 3. Сжатие ягодичных мышц

1. Лягте на спину, подложив подушки под голову и плечи.
2. Выпрямите ноги, насколько это возможно.
3. Плотно сожмите мышцы ягодиц (см. рисунок 3).
4. Оставайтесь в этом положении, считая вслух до 5.
5. Расслабьте ягодицы.
6. Повторите 10 раз.

Выполняйте это упражнение каждый час во время бодрствования.

**Меры предосторожности в отношении тазобедренного сустава**

**Безопасность движений при выполнении повседневных дел**

Вам необходимо соблюдать особые меры предосторожности в отношении тазобедренного сустава. Ниже описано, какие изменения при выполнении повседневных дел помогут вам обеспечить соблюдение этих мер предосторожности.

Стойте, направив пальцы ног прямо и поставив ступни на расстоянии около 6–10 дюймов (15–25 см) друг от друга. Не стойте направляя пальцы ног внутрь или наружу (см. рисунок 1).

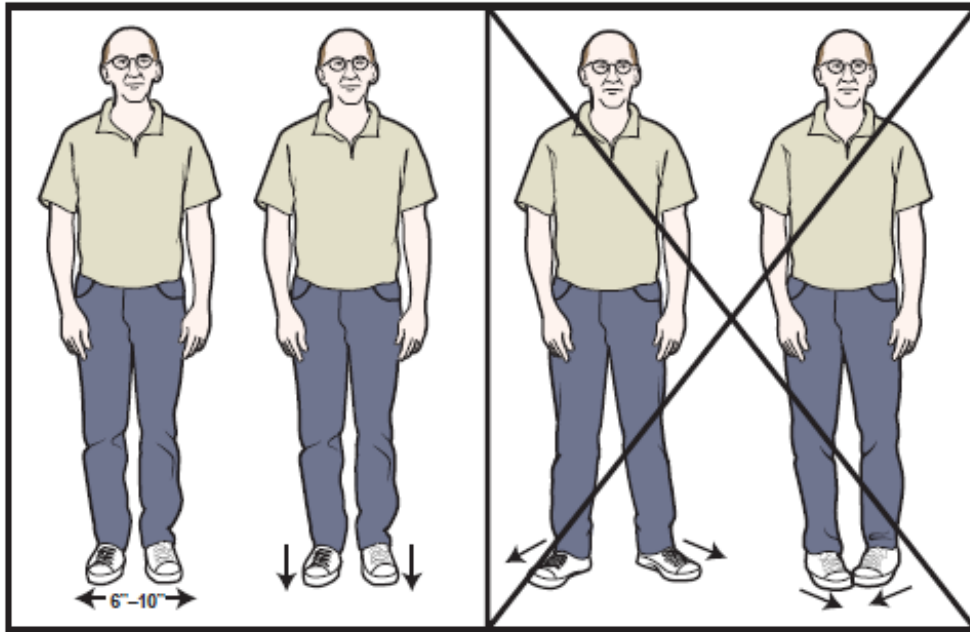


Рисунок 1. Позы стоя после замены тазобедренного сустава

Когда вам нужно что-то поднять, пользуйтесь специальным приспособлением (см. рисунок 2). Не наклоняйтесь.

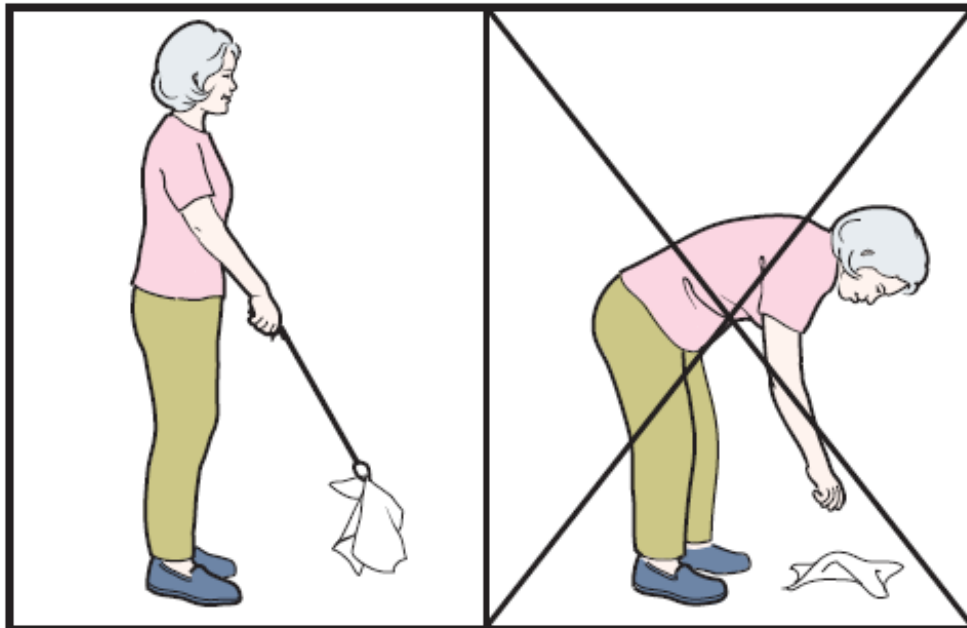


Рисунок 2. Использование приспособления для поднятия предметов

---

Верхняя и нижняя части тела должны двигаться, как одно целое. Плечи, бедра и колени обязательно должны быть направлены в ту же сторону, что и ступни (см. рисунок 3). Не скручивайте тело.

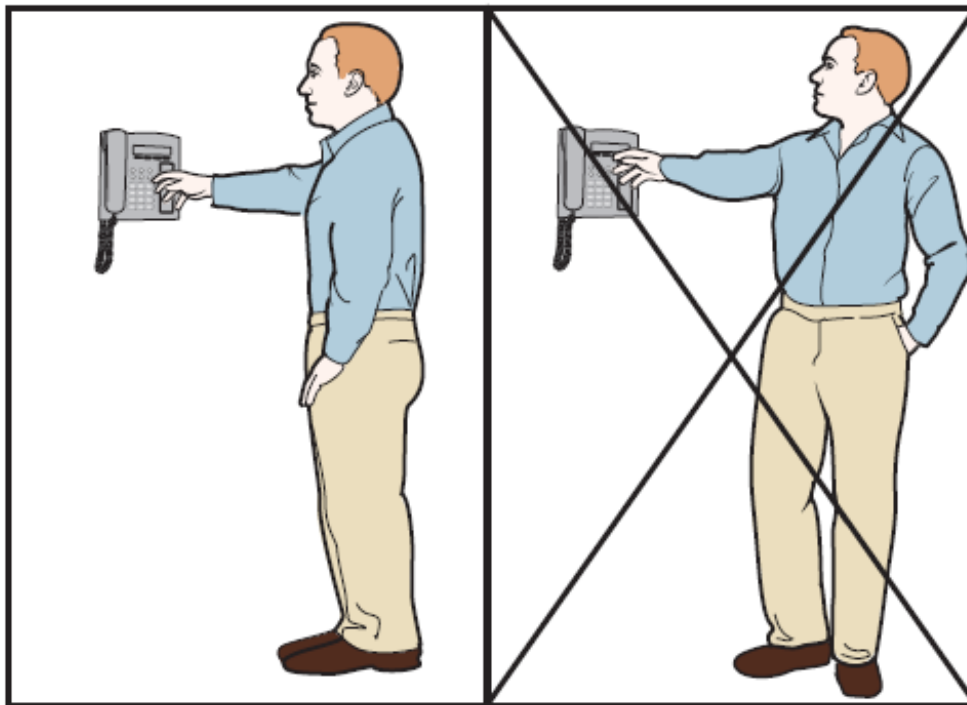


Рисунок 3. Верхняя и нижняя части тела  
двигаются, как одно целое

---

Чтобы встать со стула, придвиньтесь к краю и обопритесь на подлокотники (см. рисунок 4). Вставая, не наклоняйтесь вперед.

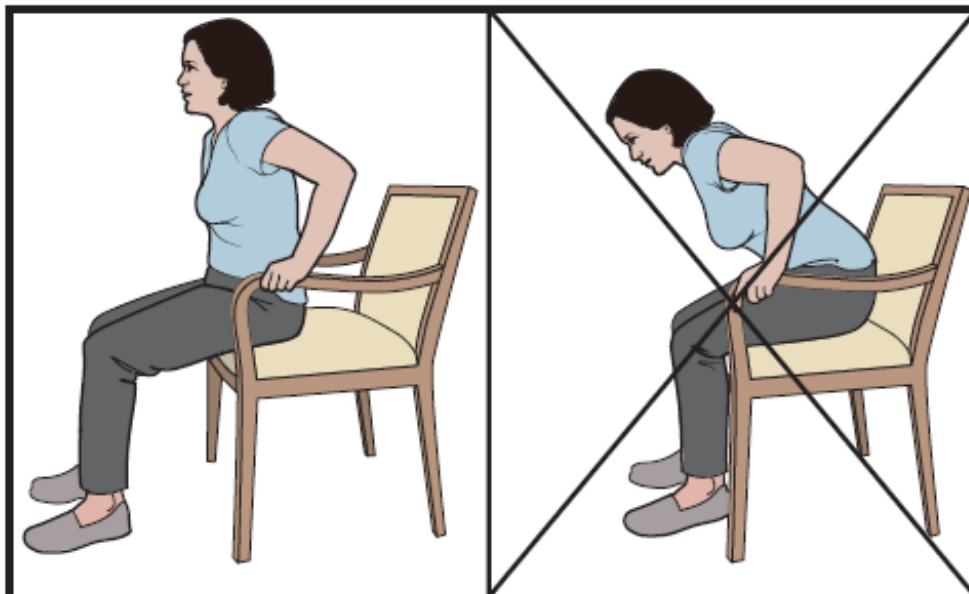


Рисунок 4. Подъем со стула

---

Установите приподнятое сиденье на унитаз и подкладывайте жесткую подушку, сидя на стуле (см. рисунок 5). Не сидите на низких сиденьях.

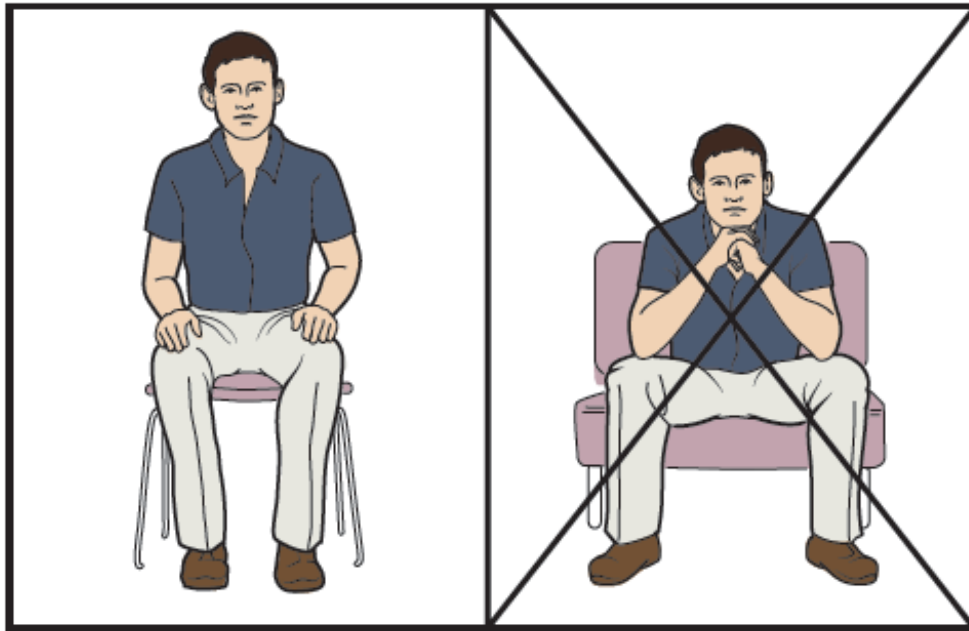


Рисунок 5. Сидение на жестких стульях

---

В положении сидя не скрещивайте ноги (см. рисунок 6). Не скрещивайте ноги ни в положении сидя, ни в положении лежа.



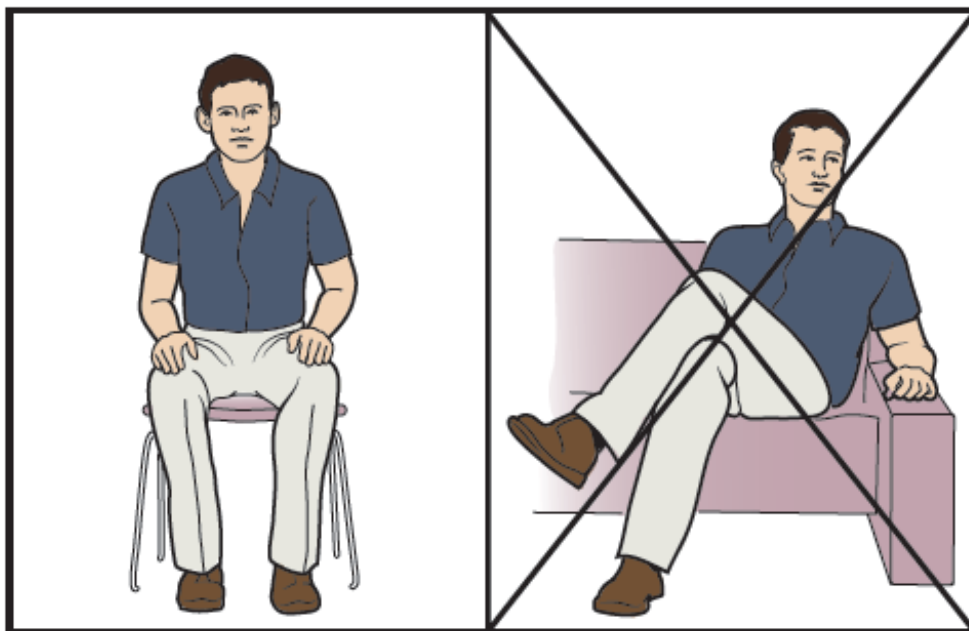


Рисунок 6. Положение сидя с нескрещенными ногами

---

Надевайте тапочки в положении стоя (см. рисунок 7). Не наклоняйтесь вниз или в сторону, чтобы достать тапочки из-под кровати.

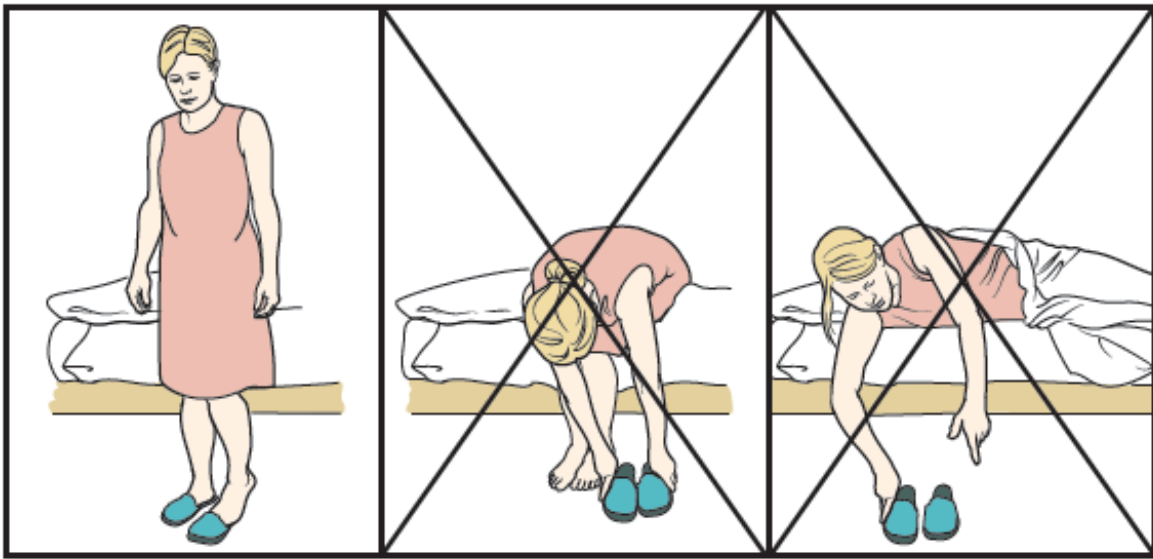


Рисунок 7. Надевание тапочек в положении стоя

---

Прежде чем лечь в кровать, приподнимите и натяните одеяло или простыню до половины тела (см. рисунок 8). Не наклоняйтесь вперед, чтобы взять и натянуть их, уже лежа в кровати.

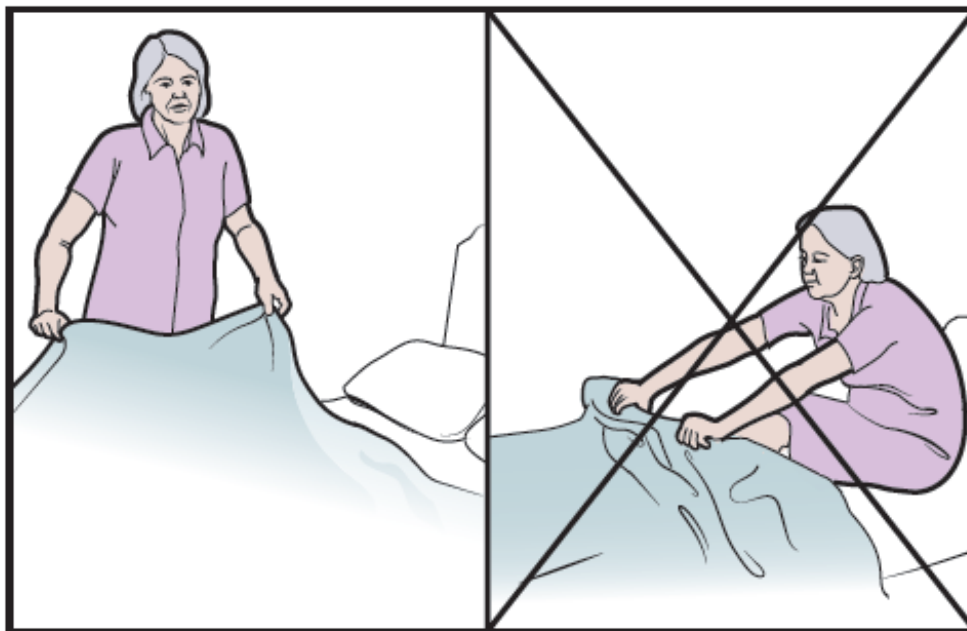


Рисунок 8. Подтягивание одеяла перед тем, как лечь в кровать

---

Если вы спите лежа на спине, положите между ног 1 подушку. При сне в положении лежа на боку положите 2 подушки. Вы также можете лежать на животе, если будете поворачиваться через непрооперированную сторону (сторону, где не было операции), между ног положите подушку, а прооперированную ногу (ногу, на которой была проведена операция) поворачивайте вместе с телом как

единое целое. Ступня, колено и бедро должны поворачиваться одновременно (см. рисунок 9).

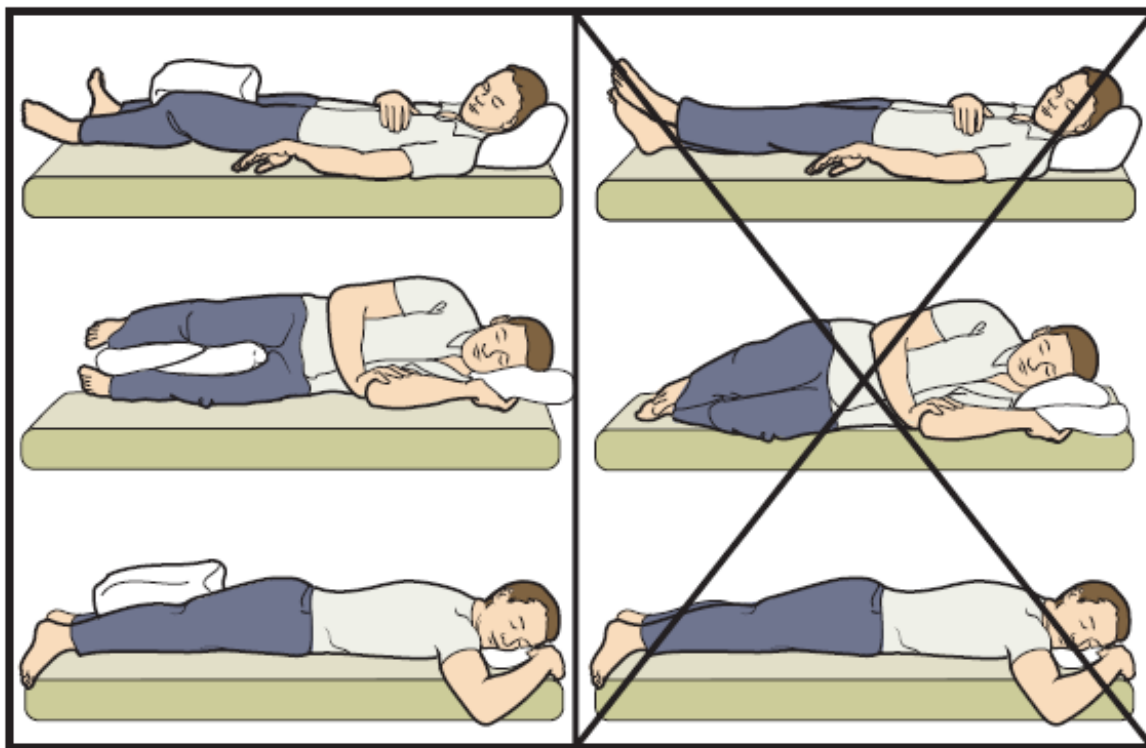


Рисунок 9. Позы для сна после замены тазобедренного сустава

Не спите на спине или на неоперированной стороне, не положив между ног подушку. Не ложитесь на прооперированную сторону (сторону, где была проведена операция), пока это не разрешит ваш врач.

## Ресурсы

Этот раздел содержит список вспомогательных служб MSK, а также список материалов, которые упоминались в этом руководстве. Эти ресурсы помогут вам подготовиться к операции и безопасно восстановиться. Запишите все

имеющиеся у вас вопросы и не забудьте задать их вашему врачу или медсестре/медбрату.

## **Вспомогательные службы MSK**

### **Отделение анестезии (Anesthesia)**

212-639-6840

Позвоните, если у вас есть вопросы по анестезии.

### **Кабинет доноров крови (Blood Donor Room)**

212-639-7643

Позвоните для получения дополнительной информации, если вы хотите стать донором крови или тромбоцитов.

### **Международный центр Бобст (Bobst International Center)**

888-675-7722

MSK принимает пациентов из всех стран мира. Если вы приехали из другой страны, позвоните для получения помощи в организации вашего лечения.

### **Услуги капеллана (Chaplaincy Service)**

212-639-5982

В центре MSK капелланы готовы выслушать, поддержать членов семьи, помолиться, обратиться к местному духовенству или религиозным группам, просто утешить и протянуть руку духовной помощи. За духовной поддержкой может обратиться любой человек вне зависимости от его формальной религиозной принадлежности.

Межконфессиональная часовня расположена рядом с основным вестибюлем Memorial Hospital и открыта круглосуточно. Если у вас произошла экстренная ситуация, позвоните оператору больницы и попросите соединить вас с дежурным капелланом.

## **Центр по предоставлению консультаций (Counseling Center)**

646-888-0200

Многим людям помогают психологические консультации. Мы предоставляем консультации отдельным лицам, парам, семьям и группам лиц, а также даем лекарства, чтобы помочь вам справиться с беспокойством или депрессией.

## **Служба интегративной медицины (Integrative Medicine Service)**

646-888-0800

Служба интегративной медицины (Integrative Medicine Service) предлагает различные услуги в дополнение к традиционному медицинскому уходу. В эти услуги входят музыкальная терапия, терапия души/тела, танцевальная и двигательная терапия, йога и тактильная терапия.

## **Программа «Выгляди хорошо и чувствуй себя лучше» (Look Good Feel Better Program)**

[www.lookgoodfeelbetter.org](http://www.lookgoodfeelbetter.org)

800-395-LOOK (800-395-5665)

Эта программа предлагает мастер-классы, которые помогут научиться позитивнее воспринимать свой внешний вид. Для получения дополнительной информации или для записи на мастер-класс позвоните по указанному выше номеру телефона или посетите веб-сайт программы.

**Программа поддержки пациентов и ухаживающих за ними лиц (Patient and Caregiver Support Program)**

212-639-5007

Вас может поддержать беседа с перенесшим рак пациентом или лицом, ухаживавшим за больным, который проходил подобное лечение. Благодаря нашей программе поддержки пациентов и ухаживающих за ними лиц вы можете пообщаться с бывшими пациентами и с теми, кто ухаживал за больными.

**Служба выставления счетов пациентам (Patient Billing)**

646-227-3378

Позвоните, если у вас есть вопросы по предварительному согласованию (preauthorization) с вашей страховой компанией. Это также называют предварительным разрешением (preapproval).

**Представительская служба для пациентов (Patient Representative Office)**

212-639-7202

Позвоните, если у вас есть вопросы в связи с бланком доверенности на принятие решений о медицинской помощи или сомнения по поводу ухода за вами.

**Периоперационная поддержка близких медсестрами/медбратьями (Perioperative Nurse Liaison)**

212-639-5935

Позвоните, если у вас есть вопросы о том, кому MSK будет давать информацию о вас во время операции.

**Офис персональных медсестер/медбратьев (Private Duty Nursing Office)**

212-639-6892

Вы можете запросить помощь персональной(-ого) медсестры/медбрата или сопровождающих. Позвоните для получения дополнительной информации.

**Программа «Ресурсы для жизни после рака» (Resources for Life After Cancer [RLAC] Program)**

646-888-8106

В MSK уход за пациентами не заканчивается после завершения активной стадии лечения. Программа «Ресурсы для жизни после рака» (RLAC) создана для пациентов, которые уже завершили свое лечение, а также для членов их семей. Эта программа предлагает разнообразные услуги, например семинары, мастер-классы,



группы поддержки, консультации, касающиеся жизни после лечения. Она также помогает решать проблемы, связанные с медицинской страховкой и трудоустройством.

## **Социальные службы (Social Work)**

212-639-7020

Социальные работники помогают пациентам, членам их семей и друзьям справляться с проблемами, характерными для онкологических заболеваний. Они предоставляют индивидуальные консультации и группы поддержки во время курса лечения и могут помочь вам в общении с детьми и другими членами вашей семьи. Наши социальные работники также могут направить вас в местные агентства и на различные программы, а также предоставить информацию о дополнительных финансовых ресурсах, если вы имеете на это право.

## **Программа лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program)**

212-610-0507

Если вы хотите бросить курить, в центре MSK есть специалисты, которые могут помочь. Позвоните для получения дополнительной информации.

Внешние ресурсы

**Организация Access-A-Ride**

[web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm](http://web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm)

877-337-2017

Центр МТА в Нью-Йорке предлагает совместные поездки и услуги сопровождения для людей с ограниченными возможностями, которые не могут воспользоваться автобусом или метро.

### **Организация Air Charity Network**

[www.aircharitynetwork.org](http://www.aircharitynetwork.org)

877-621-7177

Предоставляет поездки в лечебные центры.

### **Американское общество по борьбе с раком (American Cancer Society, ACS)**

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

800-ACS-2345 (800-227-2345)

Предлагает разнообразную информацию и услуги, в том числе «Приют надежды» (Hope Lodge) — место для бесплатного проживания пациентов и ухаживающих за ними лиц на время лечения рака.

### **Веб-сайт «Карьера и рак» (Cancer and Careers)**

[www.cancerandcareers.org](http://www.cancerandcareers.org)

Ресурс, на котором собраны образовательные материалы, инструменты и информация о различных мероприятиях для работающих людей, заболевших раком.

### **Организация CancerCare**

[www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

800-813-4673

275 Seventh Avenue (между West 25<sup>th</sup> Street и 26<sup>th</sup> Street)

New York, NY 10001

Предоставляет консультации, группы поддержки, образовательные мастер-классы, публикации и финансовую помощь.

### **Общество Cancer Support Community**

[www.cancersupportcommunity.org](http://www.cancersupportcommunity.org)

Предоставляет поддержку и образовательные материалы людям, столкнувшимся с раком.

### **Организация Caregiver Action Network**

[www.caregiveraction.org](http://www.caregiveraction.org)

800-896-3650

Предоставляет образовательные материалы и поддержку для людей, которые заботятся о близких с хроническими заболеваниями или ограниченными возможностями.

### **Организация Corporate Angel Network**

[www.corpangelnetwork.org](http://www.corpangelnetwork.org)

866-328-1313

Предлагает бесплатные поездки для лечения по стране за счет свободных мест на корпоративных авиарейсах.

### **Организация Gilda's Club**

[www.gildasclubnyc.org](http://www.gildasclubnyc.org)

212-647-9700

Место, где мужчины, женщины и дети, больные раком, получают социальную и эмоциональную поддержку благодаря общению, участию в мастер-классах, лекциях и общественных мероприятиях.

### **Организация Good Days**

[www.mygooddays.org](http://www.mygooddays.org)

877-968-7233

Предлагает финансовую помощь для покрытия доплат во время лечения. У пациентов должна быть медицинская страховка, они должны соответствовать ряду критериев, и им должны быть назначены лекарства, которые входят в формуляр Good Days.

### **Организация Healthwell Foundation**

[www.healthwellfoundation.org](http://www.healthwellfoundation.org)

800-675-8416

Предоставляет финансовую помощь для покрытия доплат, взносов медицинского страхования и нестрахуемых минимумов на определенные лекарства и виды лечения.

### **Организация Joe's House**

[www.joeshouse.org](http://www.joeshouse.org)

877-563-7468

Предоставляет больным раком и членам их семей список мест для проживания рядом с лечебными центрами.

## **Ресурс LGBT Cancer Project**

<http://lgbtcancer.com/>

Предоставляет поддержку и защиту интересов для представителей ЛГБТ-сообщества, включая группы поддержки онлайн и базу данных клинических испытаний, толерантных к представителям ЛГБТ-сообщества.

## **Организация LIVESTRONG Fertility**

[www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services](http://www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services)

855-744-7777

Предоставляет информацию о репродуктивной функции и поддержку больных раком, лечение которых включает риски, связанные с фертильностью, а также излечившихся от рака.

## **Национальный институт рака (National Cancer Institute)**

[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov)

800-4-CANCER (800-422-6237)

## **Национальная сеть правовых служб по вопросам рака (National Cancer Legal Services Network)**

[www.nclsn.org](http://www.nclsn.org)

Бесплатная программа по защите правовых интересов больных раком.

## **Национальная сеть больных раком из ЛГБТ-**

## **сообщества (National LGBT Cancer Network)**

[www.cancer-network.org](http://www.cancer-network.org)

Предоставляет образовательные материалы, обучающие курсы и защиту интересов пациентов — представителей ЛГБТ-сообщества, перенесших рак и входящих в группу риска.

## **Ресурс Needy Meds**

[www.needymeds.org](http://www.needymeds.org)

Предоставляет список программ, поддерживающих пациентов в получении непатентованных лекарств и лекарств с зарегистрированной торговой маркой.

## **Организация NYRx**

[www.nyrxplan.com](http://www.nyrxplan.com)

Предоставляет льготы при приобретении рецептурных лекарств настоящим и бывшим сотрудникам бюджетного сектора штата Нью-Йорк, которые соответствуют определенным требованиям.

## **Товарищество по оказанию помощи при приобретении рецептурных лекарств (Partnership for Prescription Assistance)**

[www.pparx.org](http://www.pparx.org)

888-477-2669

Помогает соответствующим определенным требованиям пациентам, у которых нет страхового покрытия

рецептурных лекарственных препаратов, получать лекарства бесплатно или приобретать их по низкой цене.

### **Фонд обеспечения доступа для пациентов (Patient Access Network Foundation)**

[www.panfoundation.org](http://www.panfoundation.org)

866-316-7263

Предоставляет помощь в покрытии доплат для пациентов со страховкой.

### **Фонд защиты интересов пациентов (Patient Advocate Foundation)**

[www.patientadvocate.org](http://www.patientadvocate.org)

800-532-5274

Предоставляет доступ к медицинскому уходу, финансовой помощи, помощи в вопросах страхования, помощи в сохранении рабочего места и доступ к национальному справочнику ресурсов для людей с недостаточным медицинским страхованием.

### **Организация RxHope**

[www.rxhope.com](http://www.rxhope.com)

877-267-0517

Предоставляет помощь в получении лекарств, на которые у людей может не хватать денег.

### **Образовательные ресурсы**

- *Распространенные лекарства, содержащие aspirin и другие нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП)* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids))
- *запор;* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/constipation](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/constipation))
- 
- *Лечебные средства из трав и лечение рака* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment))
- *Как пользоваться стимулирующим спирометром* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer))
- *Информация для членов семьи и друзей в день операции* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery))
- *Управляемая пациентом аналгезия (УПА)* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca))
- *Что можно сделать, чтобы избежать падений* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling))



- *Позовите на помощь! Не упадите!*  
([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall))
- *Предотвращение инфекции в месте установки костного или суставного замещающего протеза*  
([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/preventing-infection-prosthesis](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/preventing-infection-prosthesis))

Если у вас возникли вопросы, обратитесь непосредственно к сотруднику своей медицинской бригады. Пациенты MSK могут обратиться к поставщику услуг после 17:00 либо в выходной или праздничный день, позвонив по номеру 212-639-2000.

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

---

About Your Hip Replacement Surgery - Last updated on October 31, 2019  
©2020 Memorial Sloan Kettering Cancer Center