Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Инструкция по использованию вагинального расширителя во время моделирования и выполнения радиотерапии

Эта информация позволит вам узнать о вагинальных расширителях и о том, как ими пользоваться во время моделирования и выполнения радиотерапии. Вагинальный расширитель — это устройство в форме трубки, которое используется для мягкого растяжения влагалища.

Если вы проходите радиотерапию области таза, ваша лечащая команда может порекомендовать использовать вагинальный расширитель во время моделирования и выполнения радиотерапии. С помощью вагинального расширителя можно отодвинуть влагалище от опухоли. Это позволяет снизить воздействие облучения на влагалище.

Облучение может сделать ваше влагалище более узким, коротким и/или менее растяжимым. В этом случае вагинальное проникновение (введение чего-либо во влагалище) может быть некомфортным, болезненным или очень трудным. Это может негативно повлиять на вашу половую активность, а также может вызвать проблемы во время обследования органов малого таза (когда ваш медицинский сотрудник осматривает ваши репродуктивные органы).

Защита влагалища от чрезмерного облучения поможет уменьшить эти проблемы, улучшить состояние влагалища и сексуальную функцию после радиотерапии.

Информация о наборе вагинальных расширителей

Перед началом радиотерапии специалист вашей лечащей команды выдаст вам набор вагинальных расширителей (см. рисунок 1). Набор включает следующее:

- расширители различных размеров — от маленького (примерно размером в палец) до большого;
- ручка, помогающая удерживать расширитель во время его использования;
- смазка на водной основе для облегчения введения расширителя во влагалище.

Рисунок 1. Набор вагинальных расширителей

Как выбрать размер вагинального расширителя

После получения набора необходимо выбрать, расширитель какого размера будет использоваться во время моделирования и выполнения

радиотерапии. Вы будете делать это дома.

Чтобы подобрать расширитель нужного размера, попробуйте каждый из них, начиная с самого маленького. Указания приведены в разделе «Как вводить вагинальный расширитель».

Постепенно пробуйте расширители большего размера, пока не найдете тот, который будет плотно прилегать, но не будет слишком туго входить. Вы не должны чувствовать боль при введении расширителя во влагалище или в то время, когда он установлен. Именно этот размер вы будете использовать во время моделирования и выполнения радиотерапии.

В процессе радиотерапии у вас могут возникнуть побочные эффекты, которые сделают использование вагинального расширителя неудобным. Сообщите сотруднику вашей радиотерапевтической бригады, если расширитель используемого размера вызывает дискомфорт или боль. Можно использовать расширитель меньшего размера, который будет более удобным, или прекратить использование вагинального расширителя.

Как вводить вагинальный расширитель

Постарайтесь выбрать спокойное время и удобное место, где вы будете чувствовать себя расслабленно, например, спальню.

Расслабьте мышцы тазового дна и сделайте несколько глубоких вдохов, прежде чем начать. Если вы не знаете, какие мышцы относятся к мышцам тазового дна, ознакомьтесь с материалом *Упражнения для мышц тазового дна (упражнения Кегеля) для женщин* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-females).

Как только вы почувствуете расслабление, выполните следующие действия, чтобы ввести расширитель во влагалище.

1. Лягте на спину, поставив ступни на кровать или диван и слегка согнув ноги в коленях.

2. Разведите ноги в стороны, поставив их на ширину плеч. Если вам трудно это сделать, вы можете подложить подушки под колени для поддержки.
3. Убедитесь в том, что вам удобно дотронуться до входа во влагалище рукой. Воспользуйтесь ручным зеркалом, чтобы увидеть вход во влагалище, если это необходимо.
4. Нанесите смазку на водной основе вокруг входа во влагалище и непосредственно на расширитель. Это облегчит введение расширителя во влагалище. Можно использовать смазку, входящую в набор расширителей, или любую другую безрецептурную смазку на водной основе, например:

    - Good Clean Love®
    - Aloe Cadabra®
    - Luvena®
    - AH! YES®
    - Aquagel®
    - Sliquid®
    - Astroglide®
    - K-Y Jelly®

5. Осторожно надавливая, медленно введите круглый конец расширителя во влагалище.
    - Всегда вводите его прямо в направлении позвоночника (спины) или под небольшим углом вниз, как если бы вы вводили тампон.
    - Никогда не прикладывайте силу. Если почувствуете боль, остановитесь.

После извлечения вагинального расширителя из влагалища всегда промывайте его горячей водой с мылом. Затем вытрите его чистым полотенцем или бумажным полотенцем.

Чего стоит ожидать после использования вагинального расширителя

Во время использования вагинального расширителя или по окончании его использования у вас из влагалища может выделиться небольшое количество крови. Это нормально. После использования расширителя

рекомендуется воспользоваться ежедневной прокладкой. Если выделяется большое количество крови, для впитывания которой требуется гигиеническая прокладка, или если кровотечение не прекращается спустя 1 день, позвоните своему медицинскому сотруднику.

Если вы часто страдаете от инфекций мочеполовой системы (urinary tract infections, UTIs), вам рекомендуется помочиться (сходить по-маленькому) после использования расширителя.

Если у вас возникнут вопросы или проблемы, обратитесь к своему медицинскому сотруднику, когда придете на прием в следующий раз.

Чего стоит ожидать во время моделирования и выполнения радиотерапии

На прием по моделированию облучения необходимо принести расширитель и ручку. Возьмите размер, который будет плотно прилегать, но не будет слишком туго входить и не будет вызывать боль. Остальные можно оставить дома. После моделирования ваша лечащая команда будет хранить расширитель и ручку с вашим шаблоном.

Мы также рекомендуем вам брать смазку на водной основе на моделирование и на каждый сеанс радиотерапии. Она поможет ввести расширитель.

После того как вы ляжете на процедурный стол, вы введете вагинальный расширитель. Если у вас возникнут трудности с самостоятельным введением, вы можете обратиться за помощью к своему радиотерапевту. Не забудьте сообщить специалисту своей лечащей команды, если расширитель вызывает дискомфорт или боль.

Расширитель будет во влагалище во время моделирования и сеансов терапии. По окончании моделирования или лечения, прежде чем встать с процедурного стола, необходимо извлечь расширитель. Ваш радиотерапевт промоет его горячей мыльной водой и высушит чистым полотенцем или бумажной салфеткой.

Чего стоит ожидать после завершения радиотерапии

Использование вагинальных расширителей после радиотерапии может улучшить состояние влагалища и сексуальную функцию. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как пользоваться вагинальным расширителем* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-vaginal-dilator). **Перед использованием вагинального расширителя после радиотерапии посоветуйтесь со специалистом своей лечащей команды.**

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.

Instructions for Using a Vaginal Dilator During Radiation Simulation and Treatment - Last updated on May 20, 2024
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center