

פאציענט & קעירגעבער לערנען

# וועגן אייער בויך אפעראציע פאר דיסמאפלאסטישע קליינע רונדיגע צעל טומארס (Desmoplastic Small Round Cell) MSK Kids ביי (Tumors, DSRCT

די אינפארמאציע וועט אייך העלפן זיך גרייטן פאר אייער בויך אפעראציע פאר DSRCTs ביי MSK Kids עס וועט אייך אויך העלפן פארשטיין וואס צו ערווארטן בשעת איר ערהוילט זיך.

ניצט דעם אנווייזונג אלס א קוואל פון אינפארמאציע אין די טעג וואס פירן צו אייער אפעראציע. ברענגט עס מיט אייך אויפ'ן טאג פון אייער אפעראציע. איר צוזאמען מיט אייער קעיר טיעם וועלן עס נוצן ווען איר לערנט מער איבער אייער היילונג.

אין דעם ריסארס, וועלן די ווערטער "אייך" און "אייערע" מיינען איר אדער אייער קינד.

## וועגן אייער בויך אפעראציע פאר DSRCTs

### וואס זענען DSRCTs?

DSRCTs זענען א סארט סארקאמע. DSRCTs פאנגט זיך מערסטנס מאל אן אין אייער בויך (אבדאמאן). זיי זענען אפט אין אייער פעריטאניאם (peritoneum) די טישו וואס געפונט זיך אינעווייניג פון אייער בויך און פעלוויס. אייער פעריטאניאם באדעקט אויך מערסטנס פון די ארגאנס אין אייער בויך.

DSRCTs קענען זיך אויך פארשפרייטן צו די אנדערע דערנעבנדע ארגאנס, אזוי ווי אייער בלעדער, קאלאן, און לעבער.

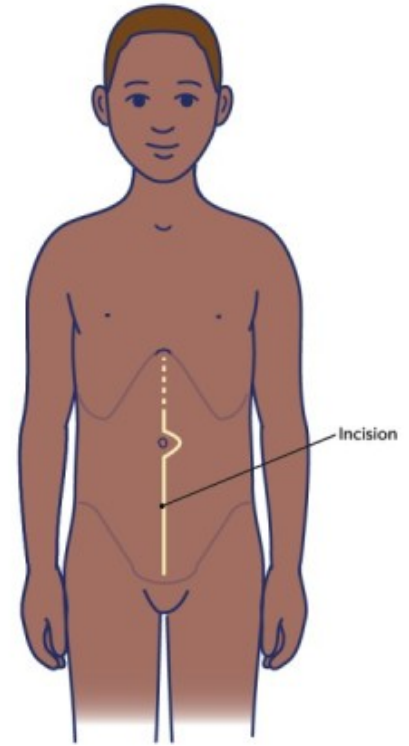
די געווענליכע באהאנדלונג פאר DSRCTs איז אן אפעראציע, כימאטעראפיע (קימאו), און ראדיאציע טעראפיע. ביי MSK, האבן מערסטנס מענטשן 3 באזונדערע אפעראציעס צו באהאנדלען DSRCT.

- די ערשטע אפעראציע איז ארויסצונעמען טומארס אין אייער בויך.
- די צווייטע אפעראציע איז ארויסצונעמען טומארס אין אייער פעלוויס.
  - אייער סורדזשען וועט מעגליך אייך אויך געבן א צייטווייליגע איליאסטאמי דורכאויס די אפעראציע. אן איליאסטאמי איז א קליינע עפענונג אין אייער בויך וואו אייער באוועל באוועגונגען (סטול) קענען ארויסגיין פון אייער גוף. אייער איליאסטאמי וועט צוריקהאלטן אייער באוועל באוועגונגען פון דורכגיין אייער קאלאן (גרויסע אינטעסטין) און רעקטום. דאס לאזט די ארט זיך אויסהיילן נאך אייער אפעראציע.
- די דריטע אפעראציע איז אוועקצונעמען אייער איליאסטאמי, אויב איר האט איינס. דאס מיינט אז אייער באוועל באוועגונגען וועלן צוריקגיין צו דורכגיין אייער קאלאן און רעקטום ווי געהעריג.
  - עטליכע מענטשן האבן אינטרעפערטאניעל (intraperitoneal) קימאו אלס טייל פון זייער DSRCT באהאנדלונג. אייער סורדזשען וועט אויך לייגן אן אינטרעפערטאניעל קאטעטער (IP catheter) אין אייער בויך דורכאויס די אפעראציע. אן אינטרעפערטאניעל קאטעטער איז א דינע, בויגזאמע רער וואס גייט פון אינדרויסן אייער גוף אריין צו אייער פעריטאניעל (peritoneal) לאך. דאס איז די פלאץ צווישן די טישו באדעקונג פון אייער בויך און פעלוויס, און די טישו וואס באדעקט די ארגאנס אין אייער בויך.

### וואס וועט פאסירן דורכאויס מיינ בויך אפעראציע פאר DSRCT?

אייער סורדזשען וועט מאכן א שניט (אפעראציע שניט) פון אונטן אייער ברוסטביין ביז גלייך העכער אייער פעלוויק ביין (זעט בילד 1). דאס העלפט זיי זען די פלאץ אין אייער בויך קלארערהייט כדי זיי זאלן קענען אוועקנעמען די טומארס אויף א פארזיכערטן אופן.

אייער סערדזשען און אנדערע מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם וועלן רעדן מיט אייך איבער וואס צו ערווארטן איידער, בשעת, און נאך אייער אפעראציע. זיי וועלן אריינגיין אין פרטים וועגן די פלאן פאר אייער אפעראציע און ענטפערן סיי וועלכע פראגעס איר האט



בילד 1. אייער שניט

## איידער אייער בויך אפעראציע פאר DSRCTs

די טייל וועט אייך העלפן זיך גרייטן פאר אייער אפעראציע. ליינט עס ווען אייער אפעראציע איז געסקעדזשועלט. קוקט עס איבער ווען עס ווערט נענטער צו אייער אפעראציע. עס

פארמאגט וויכטיגע אינפארמאציע וואס צו טון צו ווערן גרייט.

ווען איר ליינט אדורך דעם טייל, שרייבט אראפ סיי וועלכע פראגעס וואס איר ווילט פרעגן אייער העלטקעיר פראוויידער.

### ווערן גרייט פאר דער אפעראציע

איר מיט אייער קעיר טיעם וועלן ארבעטן צוזאמען צו ווערן גרייט פאר אייער אפעראציע. העלפט אונז אייך האלטן פארזיכערט דורך אונז זאגן אויב סיי וועלכע פון די זאכן זענען שייך פאר אייך, אפילו אויב איר זענט נישט זיכער.

• איך נעם סיי וועלכע פרעסקריפישן מעדעצינען. א פרעסקריפישן מעדיצין איז עפעס וואס איר קענט בלויז באקומען מיט א פרעסקריפישן פון אייער העלטקעיר פראוויידער. ביישפילן רעכענען אריין:

- מעדעצינען וואס איר שלונגט איין.
- מעדעצינען וואס איר נעמט אלס אן איינשפריץ (שאט).
- מעדעצינען וואס איר אטעמט אריין.

מאכט זיכער אז  
אייערע העלט קעיר  
פראוויידערס ווייסן פון  
אלע מעדיצינען און  
וויטאמינען וואס איר  
נעמט.

איר וועט מעגליך  
דארפן אויספאלגן  
ספעציעלע  
פארשריפטן בעפאר  
די אפעראציע לויט די  
מעדיצינען און  
וויטאמינען וואס איר  
נעמט. אויב איר  
פאלגט נישט אויס די  
אנווייזונגען, קען אייער  
אפעראציע ווערן  
אפגעשטופט אדער  
געקענסלט

- מעדעצינען וואס איר לייגט אויף אייער הויט ווי  
א פעטש אדער קרעם.
- איך נעם סיי וועלכע איבער-די-קאונטער  
מעדיצינען, אריינגערעכנט פעטשעס און  
שמירעכץ. אן איבער-די-קאונטער מעדיצין איז  
איינס וואס איר קענט קויפן אן א  
פרעסקריפטאן.
- איך נעם סיי וועלכע דייעטערי סופלעמענטן,  
אזוי ווי הערבס, וויטאמינען, מינעראלן, אדער  
נאטורליכע אדער היים רעצעפטן.
- איך האב א פעיסמעיקער, אוטאמאטישע  
איינגעפלאנצטע קארדיאוווערטער-  
דעפיברילעיטאר (AICD), אדער אנדערע  
הארץ געצייג.
- איך האב געהאט א פראבלעם מיט אנעסטיזיע  
(A-nes-THEE-zuh) אין די פארגאנגענהייט.  
אנעסטיזיע איז מעדיצין וואס מאכט אייך  
שלאפן דורכאויס אן אפעראציע אדער  
פראצעדור.
- איך בין אלערגיש צו געוויסע מעדיצינען אדער  
מאטריאלן, אריינגערעכנט לאטעקס.

- איך בין נישט וויליג צו באקומען א בלוט טראנספוזיע.
- איך נוץ ריקריעישענאל דראגס, אזוי ווי מאריאנא.

## וועגן טרינקען אלקאהאל

עס איז וויכטיג צו רעדן מיט אייער העלטקעיר פראוויידערס איבער וויפיל  
אלקאהאל איר טרינקט. דאס וועט אונז העלפן פלאנירען אייער קעיר.

אויב איר טרינקט אפט אלקאהאל, קענט איר האבן א ריזיקע פאר פראבלעמען דורכאויס און נאך אייער אפעראציע. דאס נעמט אריין בלוטיגן, אינפעקציעס, הארץ פראבלעמען, און דארפן בלייבן לענגער אין שפיטאל.

אויב איר טרינקט אפט אלקאהאל און הערט פלוצלינג אויף, קען עס פאראורזאכן סידזשערס, דעליריאם, און טויט. אויב מיר ווייסן אז איר האט א ריזיקע פאר די פראבלעמען, קענען מיר אייך פארשרייבן מעדיצין זיי צו העלפן פארמיידן.

פאלגנד זענען עטליכע זאכן וואס איר קענט טון איידער אייער אפעראציע אייך צוריקצוהאלטן פון האבן פראבלעמען.

- זייט אויפריכטיג מיט אייער העלטקעיר פראוויידערס איבער וויפיל אלקאהאל איר טרינקט.
- פרובירט אויפצוהערן טרינקען אלאקאהאל איינמאל אייער אפעראציע איז שוין פלאנירט. זאגט גלייך אייער העלטקעיר פראוויידער אויב איר:
  - באקומט א קאפ ווייטאג.
  - פילט איבלדיג (ווי איר גייט ברעכן).
  - פילט מער אנגעצויגן (נערוועז אדער באזארגט) ווי געווענליך.
  - קען נישט שלאפן.

דאס זענען פריע צייכענעס פון צוריקציען פון טרינקען אלקאהאל און קען ווערן באהאנדלט.

- זאגט פאר אייער העלטקעיר פראוויידער אויב איר קענט נישט אויפהערן טרינקען.
- פרעגט אייער העלטקעיר פראוויידער פראגעס וועגן טרינקען און אפעראציע. אלע אייערע מעדיצינישע אינפארמאציע וועט ווערן געהאלטן פריוואט, ווי אייביג.

## וועגן רייכערן

אויב איר רייכערט אדער נוצט אן עלעקטראנישע רייכערן דעווייס, קענט איר האבן פראבלעמען מיטן אטעמען ווען איר האט אן אפעראציע. וועיפס און אי-ציגארעטלעך זענען ביישפילן פון עלעקטראנישע רייכערן דעווייסעס. אויפהערן רייכערן אפילו פאר בלויז עטליכע טעג איידער אייער אפעראציע קען העלפן פארמיידן אטעמען פראבלעמען בשעת און נאכן אפעראציע.

אייער העלטקעיר פראוויידער וועט אייך רעפערירן צו אייער **טאבאיק באהאנדלונג פראגראם** אויב איר רייכערט. איר קענט אויך אנקומען צום פראגראם דורך רופן 212-610-0507.

## וועגן שלאָף אָפּנעאַ

שלאָף עפניע איז א באקאנטע אטעמען פראבלעם. אויב איר האט סליפ עפניע, הערט איר אויף צו אטעמען פאר קורצע וויילעס בשעתן שלאָפן. די מערסט פֿאַרשפרייטע אָרט איז אָבסטרוקטיווע שלאָף אָפּנעאַ (OSA). מיט OSA אייער לופט וועג ווערט אינגאנצן בלאקירט ביים שלאָפן.

OSA קען פאראורזאכן ערנסטע פראבלעמען דורכאויס און נאך די אפעראציע. לאזט אונז וויסן אויב איר האט אדער איר טראכט אז איר האט מעגליך סליפ עפניע. אויב איר נוצן אן אטעמען געצייג, אזוי ווי א CPAP מאשין, ברענגט עס מיט אייך אויפ'ן טאג פון אייער אפעראציע.

## נוצן MSK MyChart

איר קענט עס נוצן צו שיקן און ליינען מעסעדשעס פון אייער קעיר טיעם, זעהן אייער טעסט רעזולטאטן, זעהן אייער אפיונטמענט דאטומס און צייטן, און נאך. איר קענט אויך איינלאדענען אייער קעירגעבער צו עפענען זייער אייגענע אקאונט כדי זיי זאלן קענען זען אינפארמאציע איבער אייער קעיר.

אויב איר האט נישט קיין MSK MyChart אקאונט, קענט איר זיך אויפשרייבן ביי [mskmychart.mskcc.org](https://mskmychart.mskcc.org) איר קענט אויך בעטן א מיטגליד פון אייער קעיר

טיעם אייך צו שיקן אן איינלאדענונג.

אויב איר דארפט הילף מיט אייער אקאונט, רופט די MSK MyChart הילף דעסק אויף 646-227-2593 זיי זענען אוועילעבל מאנטאג ביז פרייטאג פון 9:00 אינדערפרי ביז 5:00 נאכמיטאג (איסטערן צייט).

### וועגן אייערע צילן צו ווערן ארויסגעלאזט טשעק-ליסטע

נאך אייער אפעראציע, וועט איר זיך קאנצענטרירן צו ווערן גענוג געזונט צו פארלאזן דעם שפיטאל. מיר וועלן שיקן א "צילן צום דיסטשארדש" טשעק ליסט צו אייער MSK MyChart אקאונט אייך צו העלפן האלטן חשבון פון אייער וואוילזין.

איר קענט נוצן אייער צילן צום דיסטשארדש טשעק-ליסט צו זען די צילן וואס איר דארפט דערגרייכן פארן פארלאזן די שפיטאל. איר קענט אויך אפדעיטן אייער פארשריט דורכאויס די טאג. אייערע אפדעיטס שיקן אלערטס צו אייער סורדזשיקל טיעם וועגן אייער פארשריט.

צו לערנען מער, ליינט *Frequently Asked Questions About the Goals to Discharge Checklist* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist)).

**איבער פארבעסערטע אויסהיילונג נאך אן אפעראציע (ERAS)**  
ERAS איז א פראגראם אייך צו העלפן ווערן בעסער שנעלער נאך אייער אפעראציע. אלס א טייל פון די ERAS פראגראם, איז עס וויכטיג צו טוען געוויסע זאכן איידער און נאך אייער אפעראציע.

איידער אייער אפעראציע, מאכט זיכער איר זענט גרייט דורך:

- ליינען דעם וועגווייזער. עס וועט אייך העלפן וויסן וואס צו ערווארטן איידער, בשעת, און נאך אייער אפעראציע. אויב איר האט פראגעס, שרייבט זיי אראפ. איר קענט פרעגן אייער העלט קעיר פראוויידער ביי אייער קומענדיגע אפוינטמנט אדער קענט איר רופן זייער אפיס.

- מאכט איבונגען און פאלגט נאך א געזונטע דיעטע. דאס וועט העלפן מאכן אייער גוף גרייט פאר אייער אפעראציע.

נאך אייער אפעראציע, העלפט זיך אויסהיילן שנעלער דורך:

- אנהויבן זיך ארום ריקן וויבאלד איר קענט. ווי פריער איר קומט ארויס פון בעט און ריקט זיך, אלס שנעלער וועט איר קענען צורוקגיין צו אייער געווענליכע אקטיוויטעטן.
- אויסארבעטן אייערע לונגען. נוצט אייער אינסענטייו ספיראמעטער אדער פינוויל צו העלפן אייער לונגען זיך אנפולען אינגאנצן. דאס העלפט פארמיידן ניומאניע (לונגן אינפעקציע).
- איבונגען פאר אייער קערפער. אייער פיזיקעל און אקיופעישאנעל טעראפיסטן וועלן אייך אויסלערנען אקטיוויטעטן און איבונגען אייך צו העלפן ווערן שטערקער.

### טעסטינג פארן אפעראציע

איר וועט האבן אן אפוינטמענט פאר טעסטינג פארן אפעראציע (PST) אדער פידיעטריק טעסטינג פארן אפעראציע (PPST) בעפאר אייער אפעראציע. איר וועט באקומען א דערמאנונג פון אייער סערדזשען'ס אפיס מיט די אפוינטמענט דאטום, צייט, און פלאץ.

איר קענט עסן און נעמען אייער געווענליכע מעדיצין(ען) די טאג פון אייער אפוינטמענט.

עס איז בייהילפיג צו ברענגען די פאלגנדע זאכן צו אייער אפוינטמענט:

- אלע מעדיצינען וואס איר נעמט, אריינגערעכנט פארשריבענע און איבער'ן-קאונטער מעדיצינען, פעטשעס, און שמירעכצן.
- רעזולטאטן פון סיי וועלכע מעדיצינישע טעסטס וואס ווערן געטון אינדרויסן פון MSK אין די פארגאנגענע יאר, אויב איר האט זיי. צום ביישפיל רעזולטאטן פון א הארץ סטרעס טעסט, עקאקארדיאגראם, אדער

## קאראטיד דאפלער שטודיע.

• די נאמען און טעלעפאן נומערן פון אייער העלט קעיר פראוויידערס.

איר וועט זיך טרעפן מיט פארגעשריטענע פראקטיק פראוויידערס (APP) דורכאויס אייער אפוינטמענט. זיי וועלן ארבעט נאנט צוזאמען מיט אייער אפעראציע טיעם.

אייער APP וועט איבערקוקן אייער מעדיצינישע און אפעראציע היסטאריע מיט אייך. איר וועט מעגליך האבן טעסטס צו פלאנירן אייער קעיר, אזוי ווי:

• אן עלעקטראקארדיאגראם (EKG) נאכצוקוקן אייער הארץ ריטם

• א ברוסטקאסטן עקס-רעי

• בלוט טעסטס

אייער APP קען פארשלאגן אז איר זאלט זען אנדערע העלט קעיר פראוויידערס. זיי וועלן אויך רעדן מיט אייך איבער וועלכע מעדיצין(ען) צו נעמען די צופרי פון אייער אפעראציע.

## פידיעטריק ווייטאג און פאליאטיוו קעיר טיעם (PACT)

די PACT איז א טיעם פון דאקטורים און APPs. מיר שטיצן קינדער און פאמיליעס וואס ספראווען זיך מיט ערנסטע קרענק ביי MSK Kids.

די ציל פון פאליאטיוו קעיר איז צו העלפן אייך און אייער פאמיליע בשעת אייער באהאנדלונג. די PACT קען העלפן מיט פיזישע, גייסטישע, סאציאלע, און רעליגיעזע שווערקייטן. מיר קענען העלפן נישט קיין אונטערשייד אייער עלטער אדער שטאפל פון אייער קראנקהייט. מיר קענען אויך העלפן נישט קיין אונטערשייד אויב איר באקומט קעיר אין שפיטאל אדער אלס אן אויטפעישענט. פאליאטיוו קעיר איז וויכטיג און בייהילפיג פאר יעדעם.

די PACT שעצט אייערע באשלוסן, ווירדן, און גלויבונגען. מיר מוטיגן אייך און אייער פאמיליע צו זיין אקטיוו אין מאכן באשלוסן איבער אייער צילן און פלענער

פון קעיר. מיר וועלן ארבעטן צוזאמען מיט אלע מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם. אונזער ציל איז צו מאכן זיכער אז איר און אייער פאמיליע האבן די שטיצע וואס איר ברויכט צו לעבן ווי גוט מעגליך.

### אינטערגרעיטיוו מעדיצין

MSK אינטערגרעיטיוו מעדיצין און וועלנעס סערוויס באַיט צו העלפֿן אייך זיך אַנטשפּאַנען, פאַרמינערן דיסקאָמפּאָרט און פֿאַרבעסערן אייער אַלגעמיינע געזונט־האַצבאַה. אונזער ספּעציאַליסטן זענען טרענירט און סערטיפּייד אין אינטערגרעיטיוו געזונטהייט פּירונגען אזוי ווי:

- מאסאדזש טעראפיע
- מוזיק טעראפיע
- טאנצן טעראפיע
- יאוגע
- מעדיטעישאן
- מיינד-באדי פּיטנעס
- אקיופאנקטשער

איר וועט רעדן מיט אַן אינטערגרעיטיוו מעדיסינע מומכע בעשאַס דיין ערשטער באַזוכן פֿאַר ינטערגרעיטיוו מעדיסינע און וועללנעסס. זיי דערציילן איר וועגן די ינטערגרעיטיוו מעדיצין און וועלנאַס באַדינונגס בנימצא אין MSK. זיי וועלן אויך רעדן מיט אייך איבער:

- אנדערע סארטן פון אינטערגרעיטיוו מעדעצין און האליסטיק טעקניקס.
- וויאזוי זיך צו באניצן מיט די טעראפיעס בשעת אייער פארוויילונג.
- וויאזוי זיי קענען העלפן אייך און אייער פאמיליע איידער אפּעראציע און בשעת אויסהיילונג.

**העלפט אייער גוף זיך גרייטן פאר אפּעראציע**

איר קענט זיך אויסהיילן שנעלער און גרינגער אויב איר העלפט אייער גוף זיין אין זיין בעסטע צושטאנד איידער אייער אפעראציע. די אפטיילונג האט ביישפילן פון זאכן וואס איר קענט טוען צו מאכן אייער גוף גרייט פאר אפעראציע. אייער קעיר טיעם וועט אייך העלפן באשלוסן וועלכע אקטיוויטעטן זענען די בעסטע פאר אייך.

### פראקטיס אָטעמען and הוסטן

פראקטיס צו אטעמען טיף און היסן איידער אייער אפעראציע. איך קענט דאס טוען דורך:

- ארום שפאצירן אדער שפילן.

- בלאזן באבעלס אדער בלאזן א טישו אין די לופט.

- ניצנ'דיג אייער אינסענטיוו ספיראומעטער, אויב אייער קעיר טיעם האט אייך געגעבן איין.

### ארומגיין און זיין אקטיוו

פרובירט צו טון פיזישע אקטיוויטעטן יעדן טאג. ביישפילן זענען גיין, שווימען, אדער פארן אויף א בייק. MSK טוט אויך פארשלאגן אומזיסטע ווערטואלע קלאסן פאר יעדע עלטער וואס קען אייך העלפן זיין אקטיוו. פרעגט אייער העלטקעיר פראוויידער פאר מער אינפארמאציע.

### פראבירט מעדיטעישאן און מיינדפולנעס (צולייגן קאפ)

צולייגן קאפ צו אטעמען, מעדיטעישאן, יאוגע, רירן פראקטיס, מאסאדזש, און אקיופרעשור טעכניקן קענען אייך העלפן ווען איר גרייט זיך פאר אן אפעראציע.

אונדזער ווידיאס פֿאַר ינטעגראַטיוו מעדיסינע און וועללנעסס סערוויס קענען העלפן איר געפֿינען די רעכט אַקטיוויטעטן צו לייגן צו דיין רוטינז איידער כירורגיע. באזוכט [www.msk.org/integrative-medicine-multimedia](http://www.msk.org/integrative-medicine-multimedia) צו טרעפן די ווידיאוס. איר קענט אויך באזוכן [www.msk.org/meditation](http://www.msk.org/meditation) צו זען אנגעפירטע מעדיטעישאן ווידיאוס געמאכט דורך אונזער עקספערט מח-גוף

## פאלגט נאך א געזונטע דיעטע.

אן MSK Kids קלינישע דיעטישאן נוטרישאניסט קען רעדן מיט אייך וויאזוי זיך צו גרייטן פאר אן אפעראציע. איר קענט געוואר ווערן וויאזוי צו מאכן זיכער אז אייער ערנערונג איז די בעסטע וואס עס קען זיין.

אויב איר באקומעט קענסער טריטמענסט פאר אייער אפעראציע, קענען זיי פאראורזאכן א טויש אין די טעם פון עסן, פארלוסט פון אפעטיט, און שוועריגקייטן מיט פארדייען עסן. דאס קען עס מאכן שווער צו עסן גענוג, וואס קען אייך מאכן פארלירן וואג. אייער אוטפעישענט MSK Kids קלינישע דיעטישאן נוטרישאניסט קען ארבעטן מיט אייך צו מאכן א פלאן וואס העלפט מיט עסן פראבלעמען.

עס קען אויך העלפן צו נאכפאלגן די אלגעמיינע אנווייזונגען:

- עסט אביסל אבער עסט אפט. צום ביישפיל, עסט א האלבע מאלצייט יעדע 2 צו 3 שעה פראבירט צו האבן 6 ביז 8 קלענערע סעודות א טאג אנשטאט 3 גרויסע מאלצייטן.
- מאכט און פאלגט אויס א מאלצייט פלאן. ווארט נישט צו עסן ביז איר זענט הונגעריג. לייגט דעם פלאן אין א פלאץ וואו יעדער קען עס זעהן.
- האלט אייער באליבסטע עסנווארג אינדערהיים וואו איר קענט צוקומען צו זיי גרינגערהייט.
- קויפט איינצעלע פארציעס פון עסנווארג וואס איר קענט גרינגערהייט עסן, אזויווי יאגורט סמודי געטראנקן אדער טשיס סטיקס.
- קאכט גרעסערע סומע עסן אז איר זאלט האבן שיריים.
  - האלט אן עקסטערע פארציע אין אייער רעפרידזשעריטאר פאר די נעקסטע טאג, אבער נישט פאר לענגער.
  - פריירט די איבריגע. ווען איר זענט גרייט עס צו נוצן, לאזט עס אויף אינעם

רעפרידזשערעיטאר אדער מייקראוועיוו, אבער נישט בלויז אויפן קאונטער. דאן הייצט עס אן ביז עס איז קאכעדיג.

• עסט פון פארשידענע עסן גרופעס און סארטן פון עסנווארג אין אייער דיעטע, סיידן אייער דאקטער אדער קלינישע דייעטישאן נוטרישאניסט זאגט אייך אן אז איר זאלט נישט.

• אמאל קען זיין גרינגער צו טרינקן ווי צו עסן. פראבירט צו באקומען מער קאלאריעס פון גערטאנקן ווי פון סאליד עסנווארג. צום ביישפיל, נעמט א מילקשעיק אדער נוטרישאנעל סופלעמענט אזויווי פידיעשור (Pediasure®) אדער קאנעישאן ברעקפעסט עסענשאלס (Carnation Breakfast Essentials®).

• עסן און מאלצייט זאלן זיין געשמאק, אן קיין סטרעס. פראבירט צו עסן צוזאמען מיט פאמיליע מיטגלידער.

• באטראכט אייער נערונג אלס זיין פונקט אזוי וויכטיג ווי אייער מעדיצינען.

געדענקט צו אויסוועלן עסנווארג וואס האבן אסאך קאלאריס און פראטיען. רעדט מיט אייער MSK Kids קלינישע דייעטישאן נוטרישאניסט וועגן עסנווארג וואס ארבעט די בעסטע באזירט אויף וואס איר האט ליב אדער אייער מאלצייט פלאן.

**טרינקט א קארבאהיידרעיט געטראנק די נאכט בעפאר אדער אינדערפרי פון אייער אפעראציע**

אייער פון אייער העלטקעיר פראווידערס וועלן אייך געבן א פלאש פון (CF) (Preop) אדער Ensure® Pre-Surgery צו טרינקן די נאכט איידער אדער אינדערפרי אינעם טאג פון אייער אפעראציע. די זענען קארבאהיידרעיט געטראנקען וואס מאכן עס גרינגער פאר אייער גוף צו פאסטן פאר אייער אפעראציע. דאס העלפט אייך זיך ערהוילן בעסער נאכן אפעראציע.

**טרעפט זיך מיט אנדערע העלטקעיר פראפעסיאנעלן, אויב עס פעלט אויס MSK האט פיל ערליי העלטקעיר פראפעסיאנעל וואס קענען אייך העלפן פאר,**

בשעת, און נאך אייער קענסער טריטמענט.

- **סאשעל ווארקערסקענען** אייך העלפן מיט די עמאשינאל, סאשעל, און פיזישע ווירקונגען פון א קענסער דיאגנאז. אונזער סאשעל ווארקערס שטעלן צו קאונסעלינג און פראקטישע הילף. זיי העלפן פאמיליעס זיך ספראוון מיט זייער קינד'ס קראנקהייט, פארבעסערן קאמוניקאציעס מיט פאמיליע און פריינט, געבן איבער אינפארמאציע וועגן קאמיוניטי רעסורסן, און העלפן זיך צוגעוואוינען צו מעדיצינישע באהאנדלונג.
  - **טשיילד לייף ספעציאליסטן** זענען טרענירטע פראפעסיאנעלן וואס פארשטייען מענטשליכע וואוקס און אנטוויקלונג. אויב איר זענט באזארגט אדער אנגעשטרענגט וועגן אייער פראצעדור, קענען זיי אייך העלפן פלאנירן וועגן צו זיין מער באקוועם און רואיג. MSK'ס טשיילד לייף ספעציאליסטן האבן פארשידענע אינטערעסן און ערפארונג, אריינגערעכנט עדיוקעישאן, פסיכאלאגיע, קונסט ווערק, און קונסט טעראפיע. אלע צוזאמען טוען אונזערע סקילס און סערטיפיקעישאנס צושטעלן א פולע רייע פון טשיילד לייף סערוויסעס וואס לערנען אויס און פארשטערקערן פאציענטן און זייערע משפחות בשעת א קראנקהייט.
  - **קאונסלערס** און **טעראפיסטן** קענען זיך טרעפן מיט אייך און אייער פאמיליע מיטגלידער און צושטעלן קאונסלינג פאר עמאציאנאלע פראבלעמען פארבינדן מיט זיך ספראווען מיט קענסער. MSK'ס קאונסעלינג צענטער האט אויך שטיצע גרופעס וואס קומען זיך צוזאם יעדע שטיק צייט.
- אייער העלטקעיר פראוויידער וועט אייך פארשלאגן א רעפערעל פאר די סערוויסעס. איר קענט אויך בעטן א רעפערעל אויב איר זענט אינטרעסירט.
- רעדט מיט אייער סאשעל ווארקער וועגן האוזינג, אויב עס פעלט אויס** די ראנעלד מעקדאנעלד הויז (Ronald McDonald House) שטעלט צו צייטווייליגע האוזינג פאר פידיעטריק קענסער פאציענט און זייערע פאמיליעס פון אויסער די שטאט.

MSK האט אויך אפמאכן מיט עטליכע לאקאלע האטעלן און האוזינג פאסיליטיס וואס קענען אייך געבן א ספעציעלע ביליגערע פרייז. אייער סאשעל ווארקער קען רעדן מיט אייך איבער אייערע אפציעס און אייך העלפן מאכן רעזערוועישאנס. איר קענט אויך רופן 212-639-8315 צו רעדן מיטן פידיעטריק פאציענט סערוויסעס קאארדינעיטאר.

**פילט אויס א העלט קעיר פראקסי (Health Care Proxy) בויגן, אויב נויטיג**  
אויב איר זענט 18 יאר אדער עלטער און האט נאכנישט אויסגעפילט א העלט קעיר פראקסי (Health Care Proxy) בויגן, רעקאמענדירן מיר אז איר זאלט דאס יעצט טון. אויב איר האט שוין אויסגעפילט איינס אדער איר האט סיי וועלכע אנדערע פארשריט אנווייזונגען, ברענגט זיי צו אייער קומענדיגע אפוינטמענט.

א העלט קעיר פראקסי איז א לעגאלע דאקומענט. עס אידענטיפיצירט דער מענטש וואס וועט רעדן פאר אייך אויב איר קענט נישט קאמיוניקירן פאר זיך אליינס. דער מענטש וואס איר וועלט אויס ווערט אנגערופן אייער העלט קעיר אגענט.

- צו לערנען מער וועגן העלט קעיר פראקסיס און אנדערע עדווענס דירעקטיווס, ליינט *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)).
- צו לערנען מער וועגן זיין א העלט קעיר אגענט, ליינט *How to Be a Health Care Agent* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)).

רעדט מיט א מעמבער פון אייער קעיר טיעם אויב איר האט פראגעס וועגן אויספילן א העלט קעיר פראקסי פארם.

**מאכט גרייט אייערע צוגעהערן פאר באוועל צוגרייטונג, אויב נויטיג**  
אייער העלטקעיר פראוויידער וועט אייך לאזן וויסן אויב איר דארפט צוצוגרייטן

דעם באוועל (באוועל פרעפ) איידער אייער אפעראציע. אויב איר דארפט עס טון, וועט איר דארפן די פאלגנדע צוגעהערן:

- פאליעטילין גליקאל (MiraLAX®) פאודער

- קלארע פליסיגקייטן וואס זענען נישט רויט, אראנדזש, אדער פערפל.

מאכט זיכער צו באקומען גענוג קלארע פליסיגקייטן צו האבן בשעת איר פאלגט נאך א דיעטע פון קלארע פליסיגקייט.

אייער העלט קעיר פראוויידער וועט אייך אויך געבן א פרעסקריפשאן פאר די פאלגנדע מעדיצינען. מאכט זיכער אז איר האט זיי איידער איר פאנגט אן צוצוגרייטן אייער באוועל.

- Metronidazole

- Neomycin

### 7 טעג איידער אייער אפעראציע

פאלגט אויס אייער העלטקעיר פראוויידער'ס אנווייזונגען צו נעמען אספירין אספירין קען פאראורזאכן בלוטיגן. אויב איר נעמט אספירין אדער א מעדיצין וואס האט אספירין, קענט איר מעגליך דארפן טוישן אייער דאזע אדער אויפהערן עס צו נעמען 7 טעג איידער אייער אפעראציע. פאלגט אויס אייער העלטקעיר פראוויידער'ס אנווייזונגען. הערט נישט אויף צו נעמען אספירין אויסער אויב זיי הייסן אייך.

צו לערנען מער, ליינט *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil*

([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

הערט אויף צו נעמען וויטאמין E, מולטיוויטאמינען, הערבל רעמעדיס, און אנדערע דיעטישע סופלעמענטן

וויטאמין E מולטי-וויטאמינען, הערבאל רעמעדיס, און אנדערע דיעטישע סופלעמענטן קענען פאראורזאכן בלוטן. הערט אויף עס צו נעמען 7 טעג פאר אייער אפעראציע. אויב אייער העלטקעיר פראוויידער גיבט אייך אנדערע אנווייזונגען, פאלגט עס אויס אנשטאט.

צו לערנען מער, ליינט *Herbal Remedies and Cancer Treatment* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)).

## מאכט אימעדזשינג סקענס, אויב עס פעלט אויס

איר וועט דארפן האבן אימעדזשינג סקענס צו העלפן אייער העלטקעיר פראוויידערס פלאנירן אייער אפעראציע. אויב איר מאכט זיי ערגעץ אנדערש אויס אין MSK, וועט אייער העלטקעיר פראוויידער אייך מעגליך בעטן צו ברענגן א דיסק מיט קאפיעס פון די אימעדזשינג סקענס צו אייער אפוינטמענט.

## 2 טעג איידער אייער אפעראציע

### הערט אויף נעמען נאנסטעראודאל אנטי-אינפלאמאטארי דראגס (NSAIDs)

NSAIDs, ווי איבופראפען (Advil® און Motrin®) און נעפראקסען (Aleve®), קען פאראורזאכן בלוטיגונג. הערט אויף עס צו נעמען 2 טעג פאר אייער אפעראציע. אויב אייער העלטקעיר פראוויידער גיבט אייך אנדערע אנווייזונגען, פאלגט עס אויס אנשטאט.

צו לערנען מער, ליינט *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil*

([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

## 1 טאג איידער אייער אפעראציע

מאכט גרייט די MiraLAX געמיש, אויב איר טוט באוועל צוגרייטונג

מישט MiraLAX מיט א קלארע פליסיגקייט די צופרי פון די טאג איידער אייער אפעראציע. אייער קעיר טיעם וועט אייך זאגן וויפיל MiraLAX פאודער און פליסיגקייט איר זאלט נוצן.

מישט צאם די געמיש ביז די MiraLAX פאודער צוגייט. ווען די MiraLAX פאודער איז צוגאנגען, קענט איר לייגן די געמיש אין די ריפרידזשערעיטאר.

**פאנגט אן נאכפאלגן א דיעטע פון קלארע פליסיגקייט מיטאג צייט (12 מיטאג), אויב איר דארפט צוגרייטן אייער באוועל**

פאנגט אן נאכפאלגן א דיעטע פון קלארע פליסיגקייט מיטאג צייט (12 מיטאג) די טאג איידער אייער אפעראציע.

א דיעטע פון קלארע פליסיגקייט נעמט אריין בלויז פליסיגקייט וועלכע איר קענט דורכזען. איר קענט טרעפן ביישפילן אין די "קלארע פליסיגקייט דיעטע" קעסטל. פארמיידט קלארע פליסיגקייט וואס זענען רויט, אראנדזש, אדער פערפל.

בשעת איר פאלגט נאך א דיעטע פון קלארע פליסיגקייט:

- עסט נישט קיין סאליד עסנווארג.

- נוצט פארשידענע סארטן קלארע געטראנקען. טרינקט נישט בלויז וואסער, קאווע, און טיי. דאס העלפט מאכן זיכער אז איר באקומט גענוג קאלאריעס און איז א וויכטיגע טייל פון צוגרייטן אייער באוועל.

- טרינקט נישט קיין פליסיגקייט וואס איר קענט נישט דורכזען, אזוי ווי מילך אדער סמוטיס.

- טרינקט נישט קיין פליסיגקייט וואס האט נישט קיין צוקער סיידן איר האט צוקער קראנקהייט און אייער העלטקעיר פראוויידער זאגט אייך דאס.

**א דיעטע פון קלארע פליסיגקייט**

איר קענט נישט האבן	איר קענט האבן
--------------------	---------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• סיי וואס מיט שטיקלעך פון עסנווארג אדער געווירצן.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• קלארע יוך, באולין, אדער קאנסאם.</li> </ul>	זופ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• סיי וואס איז רויט, אראנדזש, אדער פערפל.</li> <li>• אלע אנדערע זיסווארג.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• דזשעלאטין, ווי Jell-O®.</li> <li>• אייז מיט א טעם.</li> <li>• הארטע צוקערלעך, אזוי ווי Life Savers®, לימענע טראפן, און פעפערמינטס.</li> </ul>	זיסווארג
<ul style="list-style-type: none"> <li>• סיי וואס איז רויט, אראנדזש, אדער פערפל</li> <li>• זאפט מיט פאלפ.</li> <li>• נעקטארס.</li> <li>• סמוטיס אדער שעיקס.</li> <li>• מילך, קריעם, און אנדערע מילכיגע פראדוקטן.</li> <li>• מילך פון ניסלעך, מילך פון געווויקסן, נישט קיין מילכיגע קריעמערס, און אנדערע אלטארנעטיוון פאר מילך.</li> <li>• געטראנקען מיט אלקאהאל.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• קלארע פרוכט זאפט, אזוי ווי לימענאדע, עפל, ווייסע קרענבערי, און ווייסע גרעיפ דזשוסעס.</li> <li>• סאדע, אזוי ווי דזשינדזשער עיל, 7UP®, Sprite, און סעלצער.</li> <li>• ספארטס געטראנקען, אזוי ווי Gatorade® און Powerade®.</li> <li>• קאווע אן מילך אדער קריעמער.</li> <li>• טיי אן מילך אדער קריעמער.</li> <li>• וואסער, אריינגערעכנט קארבאנייטעד (בלעזלדיג) און וואסער מיט א טעם.</li> <li>• קלארע נוטרישענאל געטראנקען, אזוי ווי Boost®, Breeze, Ensure Clear™, Pedialyte®, און Diabetishield®.</li> </ul>	טרינקען

**פאנגט אן טרינקען דעם MiraLAX געמיש אום 2 מיטאג, אויב איר טוט באוועל צוגרייטונג**

פאנגט אן טרינקען דעם MiraLAX געמיש אום 2 מיטאג די טאג איידער אייער אפעראציע.

טרינקט די MiraLAX געמיש פאר די נעקסטע 3 ביז 4 שעה. צילט צו ענדיגן

צווישן 5 נאכמיטאג און 6 נאכמיטאג.

די MiraLAX וועט אייך העלפן האבן אפט באוועל באוועגונגען. מאכט זיכער אז איר זענט נעבן א בית הכסא איינמאל איר פאנגט עס אן נעמען.

האבן פולע באוועל באוועגונגען קען באדערן אייער אנוס (וואו אייער סטול גייט ארויס פונעם גוף). לייגן פעטראליאם דזשעלי (Vaseline®) אדער A & D® זאלב אויף די הויט ארום אייער אנוס נאך יעדע באוועל באוועגונג קען העלפן.

### **מערקט די צייט פון אייער אפעראציע**

א שטאב מיטגלידער פונעם אדמיטינג אפיס וועט אייך רופן נאך 2 אזייגער נאכמיטאג די טאג פאר אייער אפעראציע. אויב אייער אפעראציע וועט פארקומען מאנטאג, וועלן זיי אייך רופן די פרייטאג פארדעם. אויב מען רופט אייך נישט ביז 4 אזייגער נאכמיטאג, רופט 212-639-7002.

די שטאב מיטגלידער וועט אייך זאגן וויפיל אזייגער צו זיין אין שפיטאל פאר אייער אפעראציע. זיי וועלן אייך אויך דערמאנען וואו צו גיין. גייט צו [www.msk.org/locations](http://www.msk.org/locations) פאר אינפארמאציע וועגן MSK'ס לאקאציעס, אריינגערעכנט דרייוון אנווייזונגען און פארקינג אינפארמאציע.

**נעמט neomycin און metronidazole אום 6 נאכמיטאג און 10 נאכמיטאג, אויב איר דארפט טון באוועל צוגרייטונג**

נעמט 1 דאזע פון neomycin און 1 דאזע פון metronidazole אום 6 נאכמיטאג די נאכט איידער אייער אפעראציע.

נעמט נאך א דאזע פון neomycin און נאך א דאזע פון metronidazole אום 10 ביינאכט די נאכט איידער אייער אפעראציע.

**נעמט א שויער אדער באדט זיך מיט א 4% קלאראהעקסידין גלוקאנעיט (CHG) סאלושאן אנטיסעפטיק הויט רייניגער, אזויווי Hibiclens**

4% CHG סאלושען איז א הויט רייניגער וואס הרג'עט באצילן פאר 24 שעה נאך איר נוצט עס. שאווערן אדער זיך באדן מיט עס איידער אייער אפעראציע

וועט העלפן פארמינערן די ריזיקע פון אינפעקציע נאכן אפעראציע. מיר וועלן אייך געבן א פלאש דערפון דורכאויס אייער PST אפוינטמענט. איר קענט עס אויך קויפן ביי אייער לאקאלע אפטייק אן א פרעסקריפשאן.

שאווערט אדער באדט זיך מיט 4% CHG סאלושען די נאכט בעפאר אדער אינדערפרי פון אייער אפעראציע.

1. וואשט אייער האר מיט אייער געווענליכע שאמפו און קאנדישאנער. שווענקט גוט אייער קאפ.
  2. וואשט אייער פנים און פריוואטע (גרוין) ערטער מיט אייער געווענליכע זיף. שווענקט גוט אייער גוף מיט ווארעם וואסער.
  3. עפענט די 4% CHG סאלושאן פלאש. גיסט אריין אביסל אין אייער האנט אדער א ריינע וואש טיכל.
  4. ריקט זיך אוועק פונעם שאווער שטראם. רייבט די 4% CHG סאלושען לייכטערהייט איבער אייער גוף פון אייער האלדז ביז צו די פיס. לייגט עס נישט אויף אייער פנים אדער פריוואטע ערטער.
  5. גייט צוריק אריין אינעם שויער שטראם אפצושווענקען די 4% CHG סאלושאן. ניצט ווארעם וואסער.
  6. טריקנט זיך אפ מיט א ריינע האנטוך.
- לייגט נישט קיין שום שמירעכץ, זאלב, דעאדעראנט, מעיקאופ, פאודער, פערפיום, אדער קאלאנע נאך אייער שויער.

טרינקט די קארבאהיידרעיט געטראנק וואס אייער העלטקעיר פראוויידער האט אייך געגעבן די נאכט בעפאר אדער אינדערפרי פון אייער אפעראציע. אייער העלטקעיר פראוויידער וועט אייך זאגן וויפיל צו טרינקן און ווען עס צו טרינקען.

**אינדערפרי, דעם טאג פון אייער אפעראציע**

איר קענט ווייטער טרינקען קלארע פליסיגקייטן צווישן מיטלנאכט (12 a.m.) און 2שעה פאר די צייט וואס איר דארפט אנקומען. עס ווענדט זיך אויף אייער עלטער וויפיל איר קענט האבן. פאלגט אויס די אנווייזונגען אונטן.

- 0 ביז 3 יאר אלט: איר קענט טרינקען ביז צו 4 אונסעס (120 מיליליטער) פון קלארע געטראנקען צווישן מיטלנאכט און 2שעה איידער אייער צייט וואס איר דארפט אנקומען.
- 4 ביז 8 יאר אלט: איר קענט טרינקען ביז צו 6 אונסעס (180 מיליליטער) פון קלארע געטראנקען צווישן מיטלנאכט און 2שעה איידער אייער צייט וואס איר דארפט אנקומען.
- 9 ביז 13 יאר אלט: איר קענט טרינקען ביז צו 8 אונסעס (240 מיליליטער) פון קלארע געטראנקען צווישן מיטלנאכט און 2שעה איידער אייער צייט וואס איר דארפט אנקומען.
- 13 ביז 13 יאר אלט: איר קענט טרינקען ביז צו 12 אונסעס (360 מיליליטער) פון קלארע געטראנקען צווישן מיטלנאכט און 2שעה איידער אייער צייט וואס איר דארפט אנקומען.

איר זאלט נישט טרינקען עפעס אין אָנהייב פון 2 שטונדען איידער אייער פּלאַנירטע אָנקומען צייט. דאס רעכנט אריין וואסער און אנדערע קלארע פליסיגקייטן.



### נעמט אייערע מעדיציןען ווי געהייסן

א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם וועט אייך זאגן וועלכע מעדעצינען צו נעמען די צופרי פון אייער אפּעראציע. נעמט נאר די מעדעצינען מיט א שלינג וואסער. נעוואנדן אויף וואס איר נעמט געווענליך, קען דאס זיין אלע, עטליכע, אדער קיין איינע פון אייער געווענליכע צופרי מעדעצינען.

### איר זאלט געדענקען דאָזיקע זאכן

- אויב איר טראָגט קאָנטאַקט לענסעס, טראָגט אַנשטאַט אייער ברילן.

- טראגן קאנטאקט לענזעס בשעת אן אפעראציע קען שעדיגן אייערע אויגן.
- טראגט נישט קיין מעטאלענע אביעקטן אויף זיך. נעמט אראפ אלע צירונגען, אריינגערעכנט קערפער לעכערונגען. די געצייג וואס ווערן גענוצט בשעת אייער אפעראציע קענען אפבריען אויב זיי רירן אן אייזן.
- שמירט נישט קיין שמירעכץ, זאלבן, דעאדעראנט, מעיקאפ, פאודער, פערפיום אדער קאלאן.
- לאזט ווערדפולע ארטיקלען אינדערהיים.
- אויב איר מענסטרועיט (האט אייער מאנאטליכע פעריאד), נוצט א סאניטערי פעד, נישט א טאמפאן. מיר וועלן אייך געבן איינמאליגע אונטערוועש און א פעד אויב איר דארפט דאס.

## וואס צו ברענגן

- בארואיגונג ארטיקל, אזויווי א דאכענע אדער בערעלע.
- 1 אדער 2 פארטאבל עלעקטראנישע דעווייסעס, אזויווי א סמארטפאון אדער טאבלעט. פארגעסט נישט די טשאַרדזשערס.
- אלע מעדיצינען וואס איר נעמט, אריינגערעכנט פארשריבענע און איבער'ן-קאונטער מעדיצינען, סופלעמענטס, פעטשעס, און שמירעכצן.
- אייער אינסענטיוו ספיראמעטער, אויב איר האט איינס.
- אייער העלטקעיר פראקסי בויגן און אנדערע פריערדיגע אנווייזונגען, אויב איר האט זיי אויסגעפילט.
- דעם וועגווייזער. איר וועט עס נוצן צו לערנען וויאזוי קעיר צו נעמען פון זיך נאך אייער אפעראציע.

## איינמאל איר זענט אין שפיטאל

- ווען איר קומט אן אין שפיטאל, נעמט די B עלעוועיטאר צו די 6טע שטאק. שרייבט זיך איין ביים טישל אין די PSC ווארט צימער.

פיל שטאב מיטגלידער וועלן אייך בעטן צו זאגן און אויסשרייבן אייער נאמען און געבורטס דאטום. דאָס איז פֿאַר אייער זיכערקייט. מענטשן מיט די זעלבע אדער ענדליכע נאמען קענען האבן אן אפּעראציע אין די זעלבע טאג.

ווען עס איז צייט זיך צו טוישן פאר אייער אפּעראציע, וועט איר באקומען א שפיטאל קלייד, ראקי, און זאקן צו טראגן.

### טרעף זיך מיט א נורס

איר וועט זיך טרעפן מיט א נורס פארן אפּעראציע. זאגט זיי די דאזע פון סיי וועלכע מעדיצינען וואס איר האט גענומען נאך מיטלנאכט (12 a.m.) און די צייט וואס איר האט זיי גענומען. מאכט זיכער אריינצורעכענען פארשריבענע און איבער'ן-קאונטער מעדיצינען, פעטשעס, און שמירעכצן.

אויב איר האט אן אריינגעלייגטע פארט אדער צענטראלע ווענוס קאטעטער (CVC), וועט די נורס עס נוצן. אויב נישט, וועט אייער אנעסטיזיאלאדזשיסט אריינלייגן אן אינטרעווענוס (IV) ליין אין איינע פון אייערע אדערן אינעם אפּעראציע צימער. אן אנעסטיזיאלאדזשיסט איז א דאקטאר וואס איז ספעציעל טרענירט צו נוצן אנעסטיזישע דורכאויס אייער אפּעראציע.

### טרעפט זיך מיט אן אנעסטיזיאלעדזשיסט

איר וועט זיך אויך טרעפן מיט אן אנעסטיזיאלעדזשיסט פארן אפּעראציע. זיי וועלן:

- איבערשמועסן אייער מעדעצינישע פארגאנגענהייט מיט אייך.
- אייך פרעגן אויב איר האט געהאט פראבלעמען מיט אנעסטיזיע אין די פארגאנגענהייט. דאס רעכנט אריין איבלונג (געפילן פון ברעכן) אדער ווייטאג.
- רעדן מיט אייך וועגן אייער באקוועמליכקייט און זיכערהייט בשעת אייער אפּעראציע.
- רעדן מיט אייך וועגן די סארט אנעסטיזיע איר וועט באקומען.

• ענטפערן פראגעס וואס איר האט וועגן אנעסטיזיע.

אייער קעיר טיעם וועט מעגליך רעדן צו אייך וועגן לייגן אן עפידורעל קאטעטער אדער פעריפערעל נערוו קאטעטער (נערוון בלאק) דורכאויס אייער אפעראציע. דאס זענען דינע, בויגזאמע רערן וואס טראגן מעדיצין צו בלאקירן א גרופע פון נערוון צו שפירן ווייטאג. זיי זענען נאך א וועג צו העלפן קאנטראלירן די ווייטאג נאך אייער אפעראציע.

### **מאכט זיך גרייט פאר אייער אפעראציע**

ווען עס איז צייט פאר אייער אפעראציע, וועט איר אדער אריינשפאצירן אינעם אפעראציע צימער, אדער וועט א שטאב מיטגלידער אייך אריינפירן אויף א סטרעטשער. א מיטגלידער פונעם אפעראציע צימער טיעם וועט אייך העלפן אריבערגיין צום אפערווירן בעטל.

איינמאל איר זענט באקוועם, וועט אייער אנעסטיזיאלאדזשיסט אייך געבן אנעסטיזשיע און איר וועט איינשלאפן. איר וועט אויך באקומען פליסיגקייטן דורך אייער אריינגעלייגט פארט, CVC, אדער IV ליין דורכאויס און נאך אייער אפעראציע.

### **בשעת אייער אפעראציע**

נאך איר זענט אינגאנצן אנטשלאפן, וועט אייער אפעראציע טיעם לייגן אן אטעמען רער דורך אייער מויל אריין צו אייער לופט וועג. דאס וועט אייך העלפן אטעמען.

אייער אפעראציע טיעם וועט פארמאכן אייערע שניטן ווען אייער אפעראציע איז פארטיג. זיי וועלן נוצן סיוטשורס (סטיטשעס), דערמאבאנד (אפעראציע קלעב), סערי-סטריפס (אפעראציע טעיפ), אדער סטעיפלס. אייער קעיר טיעם וועט אייך זאגן וואס צו ערווארטן.

### **נאך אייער בויך אפעראציע פאר DSRCTs**

די טייל וועט אייך העלפן וויסן וואס צו ערווארטן נאך אייער אפעראציע. איר

וועט זיך לערנען וויאזוי זיך צו אויסהיילן פון אייער אפעראציע זיכערערהייט סיי אין שפיטאל און סיי אינדערהיים.

ווען איר ליינט אדורך דעם טייל, שרייבט אראפ סיי וועלכע פראגעס וואס איר ווילט פרעגן אייער העלטקעיר פראוויידער.

**אין די פידיעטריק אינטענסיוו קעיר יוניט (- Pediatric Intensive Care Unit - PICU) אינטענסיוו קעיר יוניט (Intensive Care Unit, ICU) אדער פאסט-אנעסטיזשיע קעיר יוניט (Post-Anesthesia Care Unit - PACU)** ווען איר ערוועקט זיך נאך אייער אפעראציע וועט איר זיין אינעם PICU, אדער PACU אייער קעיר טיעם וועט רעדן מיט אייך איידער אייער אפעראציע איבער וואס צו ערווארטן ווען איר ערוועקט זיך.

א נורס וועט האלטן אן אויג אויף אייער טעמפעראטור, פולס, בלוט דרוק, און אקסידזשען שטאפלען. עס קען זיין אז איר וועט נאך האבן אן אטעמען טואב. אויב נישט, וועט איר באקומען אקסידזשען דורך א דינע טואב וואס ליגט אונטער אייער נאז אדער א מאסק וואס דעקט צו אייער נאז און מויל.

### **מעדיצינען פאר ווייטאג**

באלד נאך אייער אפעראציע, וועט איר אויך באקומען IV ווייטאג מעדיצין דורך אייער אריינגעלייגטע פארט, CVC, אדער אינטרעווינוס ליין. איר וועט מעגליך באקומען ווייטאג מעדיצין דורך אן עפידורעל קאטעטער אדער נערוון בלאק. זאגט פאר איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס אויב אייער ווייטאג איז נישט קאנטראלירט.

איר וועט קענען קאנטראלירן אייער ווייטאג מעדיצין דורך נוצן א קנעפל אנגערופן א פאציענט-קאנטראלירטע אנאלגעסיע (Patient-controlled analgesia - PCA) דעווייס. ליינט *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)) אויסצוגעפינען מער.

**טואבס און דרעינס**

איר וועט האבן אדער מער פון די פאלגנדע רערן און דרעינס נאך אייער אפעראציע. אייער קעיר טיעם וועט אייך זאגן וואס צו ערווארטן.

- 1 ביז 2 בויך דרעינס דאס זענען בויגזאמע רערן וואס קומען ארויס פון אייער שניט און זענען באהאפטן צו א דרעינעדזש זעקל. זיי וועלן העלפן אוועקפירן פליסיגקייט פון אייער בויך.

- אנעסאגעזטריק (nasogastric, NG) רער. דאס איז א דינע, בויגזאמע רער וואס גייט דורך אייער נאז אריין צו אייער בויך. דאס וועט העלפן אז לופט און פליסיגקייט פון אייער בויך זאל ארויסרינען.

- אן אטעמען רער דאס איז א דינע, בויגזאמע רער וואס גייט דורך אייער מויל אריין צו אייער לופט וועג. דאס וועט אייך העלפן אטעמען.

- אן ארטעריעל ליניע דאס איז א דינע, בויגזאמע רער וואס גייט אריין אין איינע פון אייערע אדערן (בלוט וועסעלס). דאס וועט מעסטן אייער בלוט דרוק.

- א יורינערי (פאלי) קאטעטער דאס איז א דינע, בויגזאמע רער וואס מען לייגט דורך אייער יורעטרא אריין צו אייער בלעדער. עס וועט אוועקפירן יורין פון אייער בלעדער אריין צו א דרעינעדזש זעקל. דאס העלפט אייער קעיר טיעם האלטן חשבון פון וויפיל יורין איר מאכט.

אייער העלטקעיר פראוויידערס וועלן נעמען קעיר פון אייערע טואבס און דרעינס ווען איר זענט אין שפיטאל. אייער קעיר טיעם וועט אייך העלפן האלטן חשבון וויפיל פליסיגקייט עס קומט ארויס פון אייער בויך דרעין. איינמאל עס איז גענוג ווייניג, וועלן זיי עס ארויסנעמען.

רוב מענטשן האבן נישט קיין טואבס און דרעינס ווען זיי זענען גרייט צו אהיימגיין פון שפיטאל. אויב איר וועט נאך האבן א טואב אדער דרעין ווען איר פארלאזט דעם שפיטאל, וועלן אייער העלטקעיר פראוויידערס אייך ווייזן וויאזוי צו קעיר נעמען דערפון אינדערהיים. זיי וועלן אויך זיכער מאכן אז איר האט די געצייג וואס איר דארפט.

## פיזישע טעראפיע און אקיופעישיאנעל טעראפיע

עטליכע מענטשן דארפן הילף מיטן זיך באוועגן, גיין, אויספירן זייער געווענליכע אקטיוויטעטן, אדער טון זעלבסט-קעיר פליכטן נאך זייער אפעראציע. אויב איר דארפט הילף, וועט א פיזיקעל טעראפיסט (PT), אקיופעישיאנעל טעראפיסט (OT), אדער ביידע מעגליך אייך באזוכן.

- אייער PT קען אייך העלפן זיך באוועגן און פונקציאנירן בעסער נאך אייער אפעראציע. זיי וועלן אייך העלפן צוריקבאקומען די כוחות, באלאנס, און קאארדינאציע וואס איר דארפט צו טוען זאכן ווי קריכן, שפאצירן, גיין שטיגן, שפילן, אדער שפילן ספארטס.

- אייער OT קען אייך העלפן פארבעסערן סקילס וואס איר דארפט צו טון וויכטיגע טאג-טעגליכע אקטיוויטעטן. זיי וועלן אייך העלפן אויב עס איז אייך שווער צו קעיר נעמען פון זיך (למשל זיך אנטוען און פוצן די ציין), שפילן אקטיוויטעטן, אדער סקילס וואס איר דארפט פאר שולע אדער ארבעט.

אייער PT און OT וועלן רעדן מיט אייך איבער ווי אפט איר וועט האבן פיזישע טעראפיע, אקיופעישיאנעל טעראפיע, אדער ביידע. אויסצוגעפינען מער ליינט *Staying Active Before and After Surgery for Pediatric Patients* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/staying-active-peds](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/staying-active-peds)).

## אריבערגיין צו אייער שפיטאל צימער

רוב מענטשן בלייבן אינעם ICU, PICU, אדער PACU פאר 1 ביז 2 טעג. איר וועט בלייבן ביז:

- אייער אטעמען רער און ארטעריעל ליניע ווערן ארויסגענומען, אויב איר האט זיי געהאט.

- איר קענט ארויסקומען פון בעט און ארומגיין.

- איר קענט טוען איבונגען מיטן אטעמען, אזויווי נוצן אייער אינסענטיוו ספיראמעטער אדער פינאויל.

• אייער ווייטעל סיינס זענען אין א גוטע גאמע.

איינמאל איר זענט גרייט, וועט א שטאב מיטגלידער אייך נעמען צו אייער שפיטאל צימער.

### אין אייער שפיטאל צימער

ווי לאנג איר וועט בלייבן אין שפיטאל נאך אייער אפעראציע ווענדט זיך אויף אייער ערהוילונג און אייער באהאנדלונג פלאן. אייער קעיר טיעם וועט אייך זאגן וואס צו ערווארטן.

דערווייל וואס איר זענט אין שפיטאל, וועט אייער קעיר טיעם אייך אויסלערנען וויאזוי זיך אפצוגעבן מיט זיך בשעת איר ערהוילט זיך פון אייער אפעראציע. איר וועט ווארשיינליך זיך טרעפן מיט א סאושעל ווארקער, טשיילד לייף ספעציעליסט, קלינישע דייעטישאן נוטרישאניסט, און אנדערע מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם. זיי וועלן ארבעטן צוזאמען צווישן זיך און מיט אייך צו העלפן אייך זיך ערהוילן.

איר קענט זיך אויך העלפן אויסהיילן שנעלער דורך:

- אנהויבן זיך ארום ריקן וויבאלד איר קענט. ווי פריער איר קומט ארויס פון בעט און גייט ארום, אלס שנעלער וועט איר קענען צוריקגיין צו אייער געווענליכע אקטיוויטעטן.
- אויסארבעטן אייערע לונגען. נוצט אייער אינסענטיוו ספיראמעטער אדער פינאויל צו העלפן אייער לונגען זיך אנפולען אינגאנצן. דאס העלפט פארמיידן ניומאניע (לונגן אינפעקציע).
- איבונגען פאר אייער קערפער. אייער פיזיקעל און אקיופעישאנעל טעראפיסטן וועלן אייך אויסלערנען אקטיוויטעטן און איבונגען אייך צו העלפן ווערן שטערקער.

איר קענט נוצן אייער MyMSK צילן צום דיסטשארדש טשעק-ליסט צו נאכגיין אייער פארשריט דורכאויס ערהוילונג. ליינט *Frequently Asked Questions*

About the Goals to Discharge Checklist ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist))  
אויסצוגעפינען מער.

## מענעדזש'ן אייער ווייטאג

איר וועט האבן אביסל ווייטאג נאך אייער אפעראציע. אייער העלטקעיר פראוויידערס וועלן מאכן א ווייטאג פלאן פאר אייך אז איר זאלט זיין ווי באקוועם מעגליך.

- איר וועט באקומען אפיאוד (אויך אנגערופן נארקאטיג) ווייטאג מעדיצינען פאר א קורצע צייט צו באהאנדלען די ווייטאג פון אייער אפעראציע. איר וועט באקומען די נידריגסטע דאזע און עס נעמען פאר די קורצסטע צייט אפשניט וואס איר דארפט.

- איר וועט באקומען עטליכע אנדערע סארטן ווייטאג מעדיצינען צו מאכן זיכער איר זענט באקוועם און אז איר זאלט קענען נעמען ווייניגער פון די אפיאוד מעדיצין(ען).

- איר וועט מעגליך אויך באקומען אייער ווייטאג מעדיצין דורך אן עפידורעל אדער נערוון בלאק.

די פידיעטריק ווייטאג און פאליאטיוו קעיר טיעם (אויב איר זענט יונגער ווי 18 יאר אלט) אדער אנעסטיזשיע ווייטאג טיעם (אויב איר זענט יונגער ווי 18 יאר אלט) און אייער אנעסטידזשיאלאזשיסט וועלן רעדן מיט אייך וועגן אייער ווייטאג פלאן און ענטפערן אייערע פראגעס.

אייער העלטקעיר פראוויידערס וועלן אייך באזוכן יעדן טאג. זיי וועלן אייך פרעגן וועגן אייער ווייטאג און מאכן זיכער אז אייער ווייטאג איז גוט קאנטראלירט ווי ווייט מעגליך. זאגט פאר איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס אויב איר האט ווייטאג. עס איז וויכטיג צו קאנטראלירן אייער ווייטאג אז איר זאלט קענען טוען אייער אטעמען איבונגען און זיך ארומריקן. קאנטראלירן אייער ווייטאג וועט אייך העלפן זיך ערהוילן בעסער.

איר וועט באקומען א פרעסקריפשאן פאר ווייטאג מעדיצין צו נעמען מיט די מויל (ווייטאג מעדיצין וואס איר שלינגט) איידער איר פארלאזט דעם שפיטאל. רעדט מיט אייער העלטקעיר פראוויידער וועגן מעגליכע זייטיגע ווירקונגען און ווען צו אנהויבן אריבערגיין צו איבער-די-קאונטער ווייטאג מעדיצין. ברענגט אייער פרעסקריפשאן ווייטאג מעדיצין מיט זיך צו אייער פאלאו-אפ באזוך אינעם קליניק.

### **מענעדזש'ען אייער ווייטאג דורך אינטעגרעיטיוו מעדיצין**

אונזער אינטעגרעיטיוו מעדיצין ספעציאליסטן קענען אייך העלפן אויב איר האט ווייטאג נאך אייער אפעראציע. מיר קענען אייך העלפן פראבירן מיינדפולנעס און מעדיטעישיאן דורך אטעמען עקסערסייזעס, מיינדפול ריקן, און נוצן גיידעד אימעדזשערי (אנגעפירטע פארשטעלן). מאסאדזש טעכניקן און מוזיק טעראפיע קענען אויך מאכן מער באקוועם. ארומשפילן דורך טאנצן קען טוישן אייער געמיט און אוועקנעמען די מחשבות פון די ווייטאג.

אויב איר זענט אינטערעסירט צו קאנטראלירן אייער ווייטאג דורך אינטעגרעיטיוו מעדיצין, קענט איר בעטן א מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם פאר אן אינטעגרעיטיוו מעדיצין קאנסולט.

### **זיך ריקן און שפאצירן**

זיך ארומריקן און שפאצירן העלפן נידערן אייער ריזיקע פאר בלוט קלאטס און ניומאניע עס וועט אייך אויך העלפן אנהויבן ארויסגעבן גאז און גיין אין בית הכסא (גדולים) נאכאמאל. איר וועט דארפן גיין אין בית הכסא (גדולים) פאר איר ווערט דיסטשאַרדזשט פון שפיטאל.

איר קענט זיך ארומריקן דורך גיין צום סינק אדער בית הכסא אדער ארום די יוניט. אייער נורס, פיזיקעל טעראפיסט, אדער אקיופעישאנעל טעראפיסט וועט אייך העלפן זיך ארומריקן, אויב עס פעלט אויס. איר קענט אויך באקומען מיינדפול ריקן טעראפיעס, אזויווי טאנצן טעראפיע, טיי טשי, און יאוגע, זענען אויך אוועילאבל. אויב איר זענט אינטערעסירט אין מיינדפול ריקן טעראפיעס, קענט איר בעטן א מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם פאר אן אינטעגרעיטיוו

ליינט *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)) אויסצוגעפינען מער וועגן וויאזוי זיך באוועגן נאך אייער אפעראציע קען אייך העלפן זיך ערהוילן.

### אויסארבעטן אייערע לונגען

עס איז וויכטיג צו אויסארבעטן אייערע לונגען אז זיי זאלן זיך אינגאנצן אויפבלאזן. דאס העלפט פֿאַרמיידן ניומאָניע.

- נוצט אייער אינסענטיוו ספיראמעטער אדער פינאויל 10 מאל יעדע שעה וואס איר זענט אויף. ליינט *How To Use Your Incentive Spirometer* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)) אויסצוגעפינען מער.
- הוסט און מאכט טיפע אטעמען איבונגען. א מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם וועט אייך ווייזן וויאזוי. עס איז גוט צו טוען די איבונגען קורץ נאכן נעמען אייער ווייטאג מעדיצין. עס קען העלפן צו האלטן אייער קישן איבער אייער שניט בשעת איר טוט עס.

איינער פון MSK אינטעגרעיטיוו מעדיצין פראוויידערס קענען אייך אויך העלפן אויסארבעטן אייערע לונגען דורך אייך באגלייטן דורך אייער אטעמען טעכניקן אדער מעדיטעיזשאן.

### עסן און טרינקען

אייער אפעראציע טיעם וועט אייך זאגן ווען איר קענט אנהייבן עסן און טרינקן. דאס איז געווענליך עטליכע טעג נאכן אפעראציע. אין אנהויב וועט איר נאר טרינקן פליסיגקייטן. דערנאך וועט איר צוביסלעך אנהייבן עסן סאליד עסן ווען איר קענט שוין ארייננעמען מער.

ווען איר הויבט אן צו עסן מער סאליד עסנווארג, וועט אייער אינפאציענט MSK Kids דייעטישאן זיך טרעפן מיט אייך. זיי וועלן רעדן מיט אייך וועגן עסנווארג אריינצולייגן אין אייער דיעטע נאך אייער אפעראציע. עס איז די בעסטע צו אויסוועלן עסנווארג מיט אסאך פראטיען אז אייער גוף זאל האבן די נוטריענטן וואס עס דארף זיך צו ערהוילן נאכן אפעראציע.

**זיך ספראווען מיט טוישונגען ביים גיין אין בית הכסא**  
טייל מענטשן האבן דייעריע (שלשול - לויזע אדער וואסעריגע אפפאל) ווען זיי זענען אין שפיטאל נאך אן אפעראציע. אייער קעיר טיעם אייך העלפן זיך ספראווען דערמיט.

### **שאווערן**

וואשט אייער פנים, פוצט די ציין, און טוישט אייער קליידער יעדן טאג. זאגט פאר איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס אויב איר דארפט הילף דערמיט.

איר וועט זיך קענען שאווערן מיט הילף 48 שעה (2 טעג) נאך אייער לעצטע טואב אדער דרעין ווערט ארויסגענומען.

### **באקומען כעמאטעראפיע**

אויב איר באקומט כעמאטעראפיע אלס טייל פון אייער קענסער באהאנדלונג, קען זיין אז איר וועט האבן א כעמאטעראפיע באהאנדלונג ווען איר זענט אין שפיטאל. אייער קעיר טיעם וועט רעדן מיט אייך איבער וואס צו ערווארטן.

אויב אייער קעיר טיעם פון פריער באנעמט זיך מיט אייער כעמאטעראפיע, וועט אייער MSK טיעם ארבעטן מיט זיי צו פלאנירן און זיך אפגעבן מיט אייער באהאנדלונג.

### **פארלאזן דעם שפיטאל**

ווען עס איז צייט צו פארלאזן די שפיטאל, וועט אייער שניט שוין האבן אנגעהויבן זיך צו אויסהיילן. פאר איר פארלאזט די שפיטאל, קוקט אויף אייער שניט מיט אייער קעירגעבער און איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס.

וויסן וויאזוי עס זעהט אויב וועט אייך העלפן באמערקן סיי וועלכע טוישונגען שפעטער.

פאר איר ווערט דיסטשארדזשט, וועט אייער העלטקעיר פראוויידער שרייבן אייער דיסטשארדזש באפעל און פרעסקריפשנס. איר וועט אויך באקומען שריפטליכע דיסטשארדזש אנווייזונגען. איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס וועט איבערגיין די אנווייזונגען מיט אייך.

## אין דעם היים

### אויספולן אייער רעקאווערי טרעקער

מיר ווילן וויסן וויאזוי איר שפירט זיך נאך איר פארלאזט דעם שפיטאל. אונז צו העלפן קעירן פאר אייך, וועלן מיר אייך שיקן פראגעס צו אייער MSK MyChart אקאונט. מיר וועלן עס שיקן יעדן טאג פאר 10 טעג נאך וואס איר ווערט ארויסגעלאזט. די פראגעס ווערן אנגערופן אייער רעקאווערי טרעקער.

פילט אויס אייער רעקאווערי טרעקער יעדן טאג איידער האלבנאכט (12:00 am). עס נעמט בלויז 2 צו 3 מינוט צו אויספולן. אייערע ענטפערס צו די פראגעס וועלן אונז העלפן פארשטיין וויאזוי איר שפירט זיך און וואס איר ברויכט.

באזירט אויף אייערע ענטפערס, וועלן מיר זיך מעגליך פארבינדן מיט אייך פאר מער אינפארמאציע. פון מאל צו מאל, קענען מיר אייך בעטן צו רופן אייער דאקטער'ס אפיס. איר קענט זיך אלעמאל פארבינדן מיט אייער סורדזשאן'ס אפיס אויב איר האט סיי וועלכע פראגעס.

צו לערנען מער, ליינט *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)).

## מענעדזש'ן אייער ווייטאג

יעדע מענטש האט ווייטאג אדער אומבאקוועמליכקייט פאר אן אנדערע צייט אפשניט. עס קען זיין אז איר וועט נאך האבן אביסל ווייטאג ווען איר גייט אהיים

און וועט ווארשיינליך נעמען ווייטאג מעדיצין. טייל מענטשן האבן אומבאקוועמליכקייט, צאמגעצויגנקייט, אדער מוסקל ווייען ארום זייער שניט פאר 2-אחדשים. דאס מיינט נישט אז עס איז דא א פראבלעם.

פאלגט אויס די אנווייזונגען אייך צו העלפן זיך ספראווען מיט די ווייטאג אינדערהיים.

- נעמט אייערע מעדיצינען ווי פארגעשריבן און לויטן געברויך.
- רופט אייער העלטקעיר פראווידער אויב די פארשריבענע מעדיצין מאכט נישט אייער ווייטאג בעסער.
- דרייווט נישט און טרינקט נישט אלקאהאל בשעת איר נעמט פארשריבענע ווייטאג מעדיצין. געוויסע פארשריבענע ווייטאג מעדעצינען קענען אייך מאכן מיד (זייער שלעפעריג). אלקאהאל קען מאכן די שלעפעריגקייט ערגער.
- איר וועט האבן ווייניגער ווייטאג און דארפן ווייניגער ווייטאג מעדיצין ווען אייער שניט היילט זיך. אן איבערן-קאונטער ווייטאג פארלייכטערער וועט העלפן מיט ווייען און אומבאקוועמליכקייט. אסיטעמינאפען (Tylenol®) און איביופראפען (Advil® אדער Motrin®) זענען ביישפילן פון איבערן-קאונטער ווייטאג מעדיצינען.
- פאלגט אויס אייער העלטקעיר פראווידער'ס אנווייזונגען פאר אויפהערן צו נעמען פרעסקריפשאן ווייטאג מעדיצין.
- נעמט נישט צופיל פון סיי וועלכע מעדיצין. פאלגט אויס די אנווייזונגען אויפן צעטל אדער פון אייער העלטקעיר פראווידער.
- ליינט די צעטלעך פון אלע מעדיצינען וואס איר נעמט. דאס איז זייער וויכטיג אויב איר נעמט אסיטעמינאפען. אסיטעמינאפען איז א באשטאנדטייל אין אסאך איבער-די-קאונטער און פרעסקריפשאן מעדיצינען. נעמען צופיל קען שעדיגן די לעבער. נעמט נישט מער ווי איין מעדיצין וואס האט אסיטעמינאפען אן רעדן מיט א מיטגליד פון אייער

## קעיר טיעם.

- וויטאג מעדיצין דארף אייך העלפן צוריקגיין צו אייער געווענליכע אקטיוויטעטן. נעמט גענוג מעדיצין צו קענען טון אייער אקטיוויטעטן און איבונגען באקוועמעהייט. עס קען פאסירן אז איר זאלט האבן אביסל מער וויטאג ווען איר ווערט מער אקטיוו.

- האלט חשבון פון ווען איר נעמט אייער וויטאג מעדיצין. עס ארבעט די בעסטע 30 ביז 45 מינוט נאך איר נעמט עס. עס איז בעסער עס צו נעמען ווען איר הויבט אן צו האבן וויטאג ווי איידער ווען די וויטאג ווערט שוין ערגער.

טייל פרעסקריפשאן וויטאג מעדיצינען, אזויווי אפיאודס, קענען פאראורזאכן קאנסטיפעישאן. קאנסטיפעישאן איז ווען איר מאכט ווייניגער סטול ווי געווענליך, איר האט א שווערע צייט צו מאכן סטול, אדער ביידע.

## פארמיידן און מענעדזשן עצירות.

רעדט מיט אייער העלטקעיר פראוויידער איבער וויאזוי צו פארמיידן און זיך באגיין מיט עצירות. איר קענט אויך אויספאלגן די אנווייזונגען.

- גייט אין בית הכסא יעדן טאג אין די זעלבע צייט. אייער גוף וועט ווערן צוגעוואוינט צו גיין אין יענע צייט. אויב איר פילט אבער אז איר דארפט גיין, האלט זיך נישט צוריק.

- פראבירט צו גיין אין בית הכסא 15-5 מינוט נאכן עסן. נאך פרישטאג איז א גוטע צייט צו גיין. דאס איז ווען די ריפלעקסעס אין אייער קישקע זענען די שטערקסטע.

- זיין פיזיש אקטיוו, אויב איר קענט.

- רעדט מיט אייער קלינישע דייעטישאן נוטרישאניסט איבער וויפיל פליסיגקייט איר זאלט טרינקען יעדן טאג. פראבירט צו טרינקען אזויפיל יעדן טאג.

- וועלט אויס פליסיגקייטן אזויווי וואסער, זאפטן (אזויווי פלוימען, טרויבן,

אדער בארן זאפט), זופ, און אייז קרים שעיקס.

• מיידט אויס פליסיגקייטן מיט קאפיען (אזויווי קאווע און סאודע). קאפיען קען ארויסציען פליסיגקייטן פון אייער גוף.

• לייגט צוביסלעך צו מער פייבער צו אייער דיעטע. רעדט מיט אייער קליניקעל דייעטישאן נוטרישאניסט איבער וויפיל פייבער צו עסן יעדן טאג. איר האט מעגליך געהאט אן אסטאמי אדער לעצטיגע באוועל אפעראציע. אויב יא, רעדט מיט אייער העלטקעיר פראוויידער פאר איר מאכט סיי וועלכע טוישונגען צו אייער דיעטע. עסן מיט אסאך פייבער שליסן איין:

○ ברען אדער אנדערע האול וויט קרעקערס אדער איבערבייס.

○ האול-גרעין סיריעלס און ברויטן.

○ אומגעשיילטע פרוכט און גרינצייג.

○ סאלאט גרינס.

○ טרוקענע אפריקאטס, פייגן, און ראזשינקעס.

• סיי איבער-די-קאונטער און פרעסקריפשאן מעדיצין קענען העלפן מיט קאנסטיפעישאן. רעדט מיט אייער העלטקעיר פראוויידער פאר איר נעמט סיי וועלכע מעדיצין פאר קאנסטיפעישאן. דאס איז זייער וויכטיג אויב איר האט אן אסטאמי אדער האט געהאט א באוועל אפעראציע.

## באהאנדלען אייער שניט

אויב אייער דרעין איז ארויסגענומען געווארן הארט פאר איר זענט ארויס פון שפיטאל, קענט איר האבן א באנדאזש איבער עס. איר קענט עס אראפנעמען נאך 24 ביז 48 שעה (2-1 טעג). פאלגט אויס אייער העלטקעיר פראוויידער'ס אנווייזונגען.

רופט אייער פראוויידער'ס אפיס אויב:

• די הויט ארום אייער שניט איז זייער רויט.

• די הויט ארום אייער שניט ווערט מער רויט.

- איר זעהט פליסיגקייט וואס זעהט אויס ווי אייטער (דיק און ווייסלעך).
- אייער שניט שמעקט נישט גוט.

### **זיך באדן אדער שאווערן**

איר קענט נעמען א געווענליכע שאווער, סיידן איר זענט ארויס פון שפיטאל מיט א דרעין. אויב איר האט א דרעין, שאווערט נישט ביז אייער קעיר טיעם נעמט עס ארויס.

לאזט נישט אייער שניט גיין אונטער וואסער (אזוויי אין א וואנע אדער שוויים באסיין) פאר 14 טעג נאך אייער אפעראציע.

### **עסן און טרינקען**

אן MSK Kids קלינישע דייעטישאן נוטרישאניסט וועט אייך העלפן פירן אייער דייעטע און ערנערונג איינמאל איר פארלאזט די שפיטאל. זיי וועלן רעדן מיט אייך וועגן עסנווארג אין אייער דייעטע זיך צו העלפן ערהוילן נאך אייער אפעראציע, צונעמען וואג, אדער ביידע. אויב איר באקומט עסן דורך א פידינג טואב, וועלן זיי רעדן מיט אייך וועגן אייער טואב פידינג סקעדיול און ראטע.

רופט אייער העלטקעיר פראוויידער אויב אייער אפעטיט איז נישט צוריק צו נארמאל ביז אפאר טעג אדער אויב איר הויבט אן ברעכן.

### **פיזישע אַקטיוויטעט און גימנאַסטיק**

איר קענט צוריקגיין צו טוען רוב פון אייער געווענטליכע אַקטיוויטעטן איינמאל איר זענט אינדערהיים. פארמיידט קאנטאקט ספארטס און ווילדעריי פאר בערך אַוואַכן נאך אייער אפעראציע. עס נעמט בערך אזוי לאנג פאר אייער שניט זיך צו אויסהיילן.

### **צוריקגיין אין שולע אדער ארבעט**

איר קענט צוריקגיין צו שולע אדער ארבעט ווי נאר איר פילט זיך גרייט.

### **רייזן**

מערסטנס מענטשן דארפן נישט אויספאלגן ספעציעלע אנווייזונגען ביים רייזן.

איר מעגט פארן אויף אן עראפלאן.

## **פאלאו-אפ אפוינטמענטס**

אייער סורדזשאן'ס אפיס קען סקעדיוול'ען אייער פאלאו-אפ אפוינטמענט פאר איר ווערט דיסטשארדזשט פון שפיטאל. אדער, קענען זיי איך רופן עס צו סקעדיוול'ען ווען איר זענט שוין אינדערהיים. אייער פאלאו-אפ אפוינטמענט קען פארקומען פערזענליך אדער דורך טעלעמעדיצין.

### **ווען צו רופן אייער העלטקעיר פראוויידער**

רופט אייער העלטקעיר פראוויידער אויב:

- אייער שניט הויבט אן צו אויסזען רויט.
- די רויטקייט ארום אייער שניט ווערט ערגער.
- עס קומט פליסיגקייט פון אייער שניט.
- ארום אייער שניט ווערט געשוואלן.
- די געשוואלענקייט ארום אייער שניט ווערט ערגער.
- איר פארלירט די אפעטיט (ווילט נישט עסן).
- איר ברעכט.
- איר האט סיי וועלכע פראגעס אדער זארגן.

### **קאנטאקט אינפארמאציע**

פארבינדט זיך אלעמאל מיט אייער העלטקעיר פראוויידער אויב איר האט סיי וועלכע פראגעס אדער זארגן. א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם וועט ענטפערן מאנטאג ביז פרייטאג פון 9 צופרי ביז 5 נאכמיטאג. איר קענט לאזן א מעסעדזש אדער רעדן מיט אן אנדערע MSK פראוויידער אין די אנדערע צייטן. עס איז אייביג דא א דאקטאר אדער נורס גרייט.

אויב איר זענט נישט זיכער וויאזוי זיך צו פארבינדן מיט אייער העלטקעיר פראוויידער, רופט 212-639-2000.

## סופארט סערוויסעס

די טייל האט א ליסטע פון סופארט סערוויסעס. זיי קענען אייך העלפן זיך גרייטן פאר אייער אפעראציע און זיך אויסהיילן נאך די אפעראציע.

ווען איר ליינט אדורך דעם טייל, שרייבט אראפ סיי וועלכע פראגעס וואס איר ווילט פרעגן אייער העלטקעיר פראוויידער.

### MSK שטיצנדע סערוויסעס

אדמיטינג אפיס

212-639-7606

רופט אויב איר האט פראגעס איבער אייער שפיטאל אדמישאן, אזויווי בעטן פאר א פריוואטע צימער.

אנעסטיזשיע

212-639-6840

רופט אויב איר האט פראגעס איבער [אנעסטיזשיע](#).

בלוט ביישטייערער צימער

212-639-7643

רופט פאר אינפארמאציע אויב איר זענט אינטרעסירט אין [ביישטייערן בלוט אדער פלעיטלעטס](#).

Bobst International Center

[www.msk.org/international](http://www.msk.org/international)

888-675-7722

מיר פרייען זיך צו אויפנעמען פאציענטן פון ארום די גאנצע וועלט און שטעלן צו אסאך סערוויסעס צו העלפן. אויב איר זענט אן אינטערנאציאנעלע פאציענט, רופט פאר הילף צו ערלעדיגן אייער קעיר.

קאונסעלינג צענטער

[www.msk.org/counseling](http://www.msk.org/counseling)

646-888-0200

אסאך מענטשן זאגן אז קאונסעלינג העלפט זיי. אונזער קאונסלינג צענטער שטעלט צו קאונסלינג פאר מענטשן, פארפעלקער, פאמיליעס, און גרופעס. מיר קענען אויך פארשרייבן מעדיצינען אויב איר שפירט זיך אנגעצויגן אדער דערשלאגן. פרעגט א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם פאר א רעפערל אדער רופט די נומער אויבן צו מאכן אן אפוינטמענט.

עסנווארג פענטרי פראגראם

646-888-8055

מיר שטעלן צו עסן פאר מענטשן וואס דארפן בשעת זייער קענסער באהאנדלונג. רעדט מיט א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם אדער רופט די נומער אויבן אויסצוגעפונען מער.

ינטעגראַטיווע מעדיצין און וועללנעסס סערוויס

[www.msk.org/integrativemedicine](http://www.msk.org/integrativemedicine)

אונדזער ינטעגראַטיווע מעדיסינע און וועללנעסס סערוויס אָפּפּערס פּילע באַדינונגס צו דערגאַנג (גיין צוזאַמען מיט) בעקאַבאַלעדיק מעדיציניש זאָרגן. צום ביישפּיל, מיר שטעלן צו מוזיק טעראַפּיע, מוח/גוף טעראַפּיעס, טאַנצן און באַוועגונג טעראַפּיע, יאָגע, און טאַפן טעראַפּיע. רופט 646-449-1010 צו מאַכן אן אפוינטמענט פאר די סערוויסעס.

איר קענט אויך פּלאַן אַ באַראַטונג מיט אַ געזונט זאָרגן שפּייַזער אין די ינטעגראַטיווע מעדיסינע און וועלנאַס סערוויס. זיי וועלן ארבעטן מיט אייך צו מאַכן א פּלאַן צו שאפן א געזונטע לעבנסשטייגער און זיך ספּראַווען מיט זייטיגע ווירקונגען. רופט 646-608-8550 צו מאַכן אן אפוינטמענט פאר א קאַנסולטעישן.

MSK Library

[library.mskcc.org](http://library.mskcc.org)

איר קענט באזוכן אונזער ליברערי וועבסייט אדער אימעילט

[asklibrarian@mskcc.org](mailto:asklibrarian@mskcc.org) צו רעדן מיט די לייברערי רעפערענס שטאב. דאס  
קען אייך העלפן טרעפן מער אינפארמאציע איבער אייער ספעציפישע סארט  
קענסער. איר קענט אויך באזוכן די לייברערי'ס **פאציענט עדיוקעישאן**  
**וועגווייזער**.

נערונג סערוויסעס  
[www.msk.org/nutrition](http://www.msk.org/nutrition)  
212-639-7312

אונזער נערונג סערוויס שטעלט צו נוטרישאנאל קאונסלינג מיט איינע פון  
אונזער קלינישע דיאטישאן נוטרישאניסטס. אייער קלינישע דיאטישאן  
נוטרישאניסט וועט רעדן מיט אייך איבער אייער עסן געוואוינהייטן. זיי קענען  
אויך געבן באראטונג אויף וואס צו עסן דורכאויס און נאך באהאנדלונג. פרעגט  
א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם פאר א רעפערל אדער רופט די נומער אויבן צו  
מאכן אן אפוינטמענט.

פאציענט און קעירגעבער עדיוקעישאן  
[www.msk.org/pe](http://www.msk.org/pe)

באזוכט אונזער פאציענט און קעירגעבער עדיוקעישאן וועבזייטל צו אויפזוכן  
עדיוקעישענאל ריסאורסעס, ווידיאוס, און אנליין פראגראמען.

פאציענט בילינג  
646-227-3378

רופט אויב איר האט פראגעס וועגן פרי-אויטאריזאציע מיט אייער אינשורענס  
פירמע. דאָס איז אויך גערופן פּרעאַפּראָוואַל.

פאציענט פארטרעטער אפיס  
212-639-7202

רופט אויב איר האט פראגעס איבער די העלט קעיר פראקסי בויגן אדער אויב  
איר האט זארגן וועגן אייער קעיר.

פעריאפעראטיוו נורס ליעיזאן

רופט אויב איר האט פראגעס וועגן MSK ארויסגעבן סיי וועלכע אינפארמאציע ווען איר האט אן אפעראציע.

פריוואטע דיוטי נורסעס און באגלייטער

646-357-9272

איר קענט בעטן פאר פריוואטע נורסעס אדער באגלייטער צו קעיר נעמען פון אייך אין שפיטאל און אינדערהיים. רופט אויסצוגעפונען מער.

ריהאביליטאציע סערוויסעס

[www.msk.org/rehabilitation](http://www.msk.org/rehabilitation)

קענסערס און קענסער באהאנדלונגען קען מאכן אייער גוף שפירן שוואך, שטייף, אדער ענג. געוויסע קענען צוברענגען צו לימפעדעמע (געשווילעכץ). אונזער פיסיאטריסטס (ריהאביליטאציע מעדעצין דאקטורים), אקיופעישענאל טעראפיסטן (OTs), און פיזישע טעראפיסטן (PTs) קענען אייך העלפן צוריקגיין צו אייער געווענליכע אקטיוויטעטן.

• ריהאביליטאציע מעדיצין דאקטורים דיאגנעזירן און באהאנדלען פראבלעמען וואס אפעקטירן די וועג וואס איר באוועגט זיך און טוט אקטיוויטעטן. זיי קענען אויסשטעלן און העלפן קאארדענירן אייער ריהאביליטאציע טעראפיע פראגראם, אדער ביי MSK אדער ערגעץ נענטער צו אייער היים. רופט ריהאביליטאציע מעדיצין (פיסיאטריק) אויף 646-888-1929 אויסצוגעפונען מער.

• אן OT קען העלפן אויב איר האט שוועריגקייטן אויסצופירן אייער געווענליכע טעגליכע אקטיוויטעטן. צום ביישפיל, זיי קענען רעקאמענדירן געצייג צו העלפן מאכן גרינגער טעגליכע פליכטן. א PT קען אייך אויסלערנען איבונגען צו העלפן בויען שטארקייט און בויגזאמקייט. רופט ריהאביליטאציע טעראפיע אויף 646-888-1900 אויסצוגעפונען מער.

רעסאורסעס פאר לעבן נאך קענסער (-) Resources for Life After Cancer

ביי MSK, קעיר ענדיגט זיך נישט נאך אייער באהאנדלונג. די **RLAC פראגראם** איז פאר פאציענטן און זייערע פאמיליעס וואס האבן געענדיגט באהאנדלונגען.

די פראגראם האט אסאך סערוויסעס. מיר שטעלן צו סעמינארן, ווארקשאפס, הילף גרופעס, און קאונסעלינג איבער לעבן נאך באהאנדלונג. מיר קענען אויך העלפן מיט אינשורענס און ארבעט פראבלעמען.

### געשלעכטליכע געזונטהייט פראגראמען

קענסער און קענסער באהאנדלונגען קען אפעקטירן אייער געשלעכטליכע געזונטהייט, פערטיליטי, אדער ביידע. MSK's געשלעכטליכע געזונטהייט פראגראמען קענען אייך העלפן איידער, דורכאויס, אדער נאך אייער באהאנדלונג.

- אונזער **פרויען געשלעכטליכע מעדיצין און פרויען'ס געזונטהייט פראגראם** קען העלפן מיט געשלעכטליכע פראבלעמען אזוי ווי פריצייטיגע מענאפאוס אדער פערטיליטי פראבלעמען. בעט א מיטגליד פון אייער MSK קעיר טיעם פאר א רעפערל אדער רופט 646-888-5076 אויסצוגעפונען מער.

- אונזער **מענער געשלעכטליכע מעדיצין און ריפראדאקטיוו מעדיצין פראגראם** קען העלפן מיט געשלעכטליכע פראבלעמען אזוי ווי ערעקטיל דיספאנקציע (ED). בעט א מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם פאר א רעפערל אדער רופט 646-888-6024 אויסצוגעפונען מער.

סאושעל ווארק

[www.msk.org/socialwork](http://www.msk.org/socialwork)

212-639-7020

סאושעל ווארקערס העלפן פאציענטן, פאמיליע, און פריינט זיך ספראווען מיט פראבלעמען וואס מאכן זיך אפט ביי מענטשן וואס האבן קענסער. זיי שטעלן צו אינדיווידועלע קאונסעלינג און הילף גרופעס דורכאויס אייער באהאנדלונג. זיי

קענען אייך העלפן קאמיוניקירן מיט קינדער און אנדערע פאמיליע מיטגלידער.

אונזערע סאושעל ווארקערס קענען אייך אויך רעפערירן צו קאמיוניטי אגענטורן און פראגראמען. זיי האבן אויך אינפארמאציע איבער פינאנציעלע ריסאורסעס, אויב איר האט פראבלעמען מיט באצאלן אייערע בילס. רופט דעם נומער אויבן צו אויסגעפונען מער.

גייסטישע קעיר

212-639-5982

אונזערע טשאפלעינס (גייסטישע קאונסעלארס) זענען גרייט אייך צו אויסהערן, העלפן שטיצן פאמיליע מיטגלידער, און דאווענען. זיי קענען זיך פארבינדן מיט קאמיוניטי קלערגי אדער גלויבונג גרופעס, אדער בלויז זיין א באגלייטער וואס בארואיגט אייך און געבט א גייסטישע אנוועזנהייט. יעדער איינער קען בעטן פאר **גייסטישע שטיצע** איר מוזט נישט האבן א רעליגיעזע גרופע (האבן פארבינדונג מיט א רעליגיע).

MSK אינטערפעיס טשאפעל איז נעבן די מעמאריעל שפיטאל'ס הויפט לאבי. עס איז אפן 24 שעה א טאג. איר האט אן עמערדזשענסי, רופט -212-639-2000. בעט פאר דער טשאפלעין וואס איז יעצט פאראנטווארטליך.

טאביק באהאנדלונג פראגראם

[www.msk.org/tobacco](http://www.msk.org/tobacco)

212-610-0507

אויב איר ווילט אויפהערן רייכערן, האט MSK ספעציעליסטן וואס קענען העלפן. רופט אויסצוגעפונען מער.

ווירטועל פראגראמען

[www.msk.org/vp](http://www.msk.org/vp)

מיר שטעלן צו אנליין עדיוקעישאן און שטיצע פאר פאציענטן און קעירגעבערס. דאס זענען ריכטיגע סעסיעס וואו איר קענט רעדן אדער בלויז אויסהערן. איר זיך לערנען איבער דיאגנאז, וואס צו ערווארטן ביי

באהאנדלונג, און וויאזוי זיך צו צוגרייטן פאר אייער קענסער קעיר.

סעסיעס זענען פריוואט, פריי פון אפצאל, און אנגעפירט דורך עקספערטן.  
באזוכט אונזער וועבזייטל פאר מער אינפארמאציע איבער ווירטועל  
פראגראמען אדער זיך איינצושרייבן.

**דריסנ'דע שטיצנדע סערוויסעס**

**Access-A-Ride**

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

877-337-2017

אין ניו יארק סיטי, טוט די MTA פארשלאגן א מיטגעטיילטע רייד, טיר-צו-טיר  
סערוויס פאר מענטשן מיט דיסאביליטיס וועלכע קענען נישט נעמען די  
פאבליק באס אדער סאבוועי.

**Air Charity Network**

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

877-621-7177

שטעלט צו טרעוול צו באהאנדלונג צענטערן.

**(American Cancer Society (ACS**

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

(800-227-2345 (ACS-2345

טוט פארשלאגן אן אויסוואל פון אינפארמאציע און סערוויסעס, אריינגערעכנט  
Hope Lodge (הויפ לאדזש), אן אומזיסטע פלאץ פאר פאציענטן און  
קעירגעבערס צו פארוויילן דורכאויס קענסער באהאנדלונג.

**Cancer and Careers**

[www.cancerandcareers.org](http://www.cancerandcareers.org) 646-929-8032

א הילפסמיטל פאר עדיוקעישאן, געצייג, און צאמקומען פאר איינגעשטעלטע  
מיט קענסער.

CancerCare

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

800-813-4673

(Seventh Avenue (Between West 25<sup>th</sup> & 26<sup>th</sup> Streets 275

New York, NY 10001

שטעלט צו קאונסעלינג, שטיצע גרופעס, עדיוקעישאנאל ווארקשאפס,  
אויסגאבעס, און פינאנציאלע הילף.

Cancer Support Community

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

שטעלט צו שטיצע און עדיוקעישאן צו מענטשן אפעקטירט דורך קענסער.

Caregiver Action Network

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

800-896-3650

שטעלט צו עדיוקעישאן און שטיצע פאר מענטשן וועלכע באהאנדלען נאנטע  
מיט א כראנישע קראנקהייט אדער דיסאביליטי.

Corporate Angel Network

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

866-328-1313

טוט פארשלאגן אומזיסטע טרעוול צו באהאנדלונג איבער'ן לאנד ניצנ'דיג  
ליידיגע זיץ פלעצער אויף ביזנעס דזשעטס.

Good Days

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

877-968-7233

טוט פארשלאגן פינאנציאלע הילף צו צאלן פאר קאו-פעיעמענטס בשעת  
באהאנדלונג. פאציענטן מוזן האבן מעדעצינישע אינשורענס, נאכקומען די  
איינקונפט פאדערונגען, און זיין פארשריבן מעדעצינען וואס זענען א טייל פון די

גוד דעיס פארמולערי.

HealthWell Foundation

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

800-675-8416

שטעלט צו פינאנציאלע הילף צו דעקן קא-פעמענטס, העלט קעיר פרימיום, און דידאקטעבלס פאר געוויסע מעדעצינען און טעראפיעס.

Joe's House

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

877-563-7468

שטעלט צו א ליסטע פון פלעצער צו פארוויילן נעבן באהאנדלונג צענטערן פאר מענטשן מיט קענסער און זייער פאמיליעס.

LGBT Cancer Project <http://lgbtcancer.com>

שטעלט צו שטיצע און אדוואקאסי פאר די LGBT קאמיוניטי, אריינגערעכנט אנליין שטיצע גרופעס און א דאטאבעיס פון LGBT פריינטליכע קלינישע פראבעס.

LIVESTRONG

Fertility [www.livestrong.org/fertility](http://www.livestrong.org/fertility)

855-744-7777

שטעלט צו רעפראדוקטיווע אינפארמאציע און שטיצע צו קענסער פאציענטן און איבערלעבערס וועמען'ס מעדעצינישע באהאנדלונגען האבן ריזיקעס פארבינדן מיט אינפערטיליטי.

Look Good Feel Better Program

[www.lookgoodfeelbetter.org](http://www.lookgoodfeelbetter.org) 800-395-LOOK (800-395-5665

די פראגראם טוט פארשלאגן ווארקשאפס צו לערנען זאכן וואס איר קענט

טוען אייך צו העלפן פילן בעסער איבער אייער אויסזעהן. פאר מער  
אינפארמאציע אדער זיך צו איינשרייבן פאר א ווארקשאפ, רוף די נומער  
אויבנדערמאנט אדער באזיכט די פראגראם'ס וועבסייט.

**National Cancer Institute**

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

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

**(National Council on Aging (NCOA**

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

שטעלט צו אינפארמאציע און ריסאורסעס פאר עלטערע ערוואקסענע.  
שטעלט צו BenefitsCheckUp<sup>®</sup>, אן אומזיסטע אנליין טול וואס פארבינדט  
אייך מיט פרעסקריפשען הילף פראגראמען, אריינגערעכנט Medicare  
עקסטערער הילף (Extra Help) פראגראם.

**National LGBT Cancer Network**

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

שטעלט צו עדיוקעישאן, טרענינג, און אדוואקאסי פאר LGBT קענסער  
איבערלעבערס און די וואס האבן א ריזיקע דערפון.

**Needy Meds**

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

עכנט אויס פאציענט הילף פראגראמען פאר בראנד און דזשענעריק נאמען  
מעדעצינען.

**NYRx**

[www.health.ny.gov/health\\_care/medicaid/program/pharmacy.htm](http://www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm)

שטעלט צו פרעסקריפשען בענעפיטן צו בארעכטיגטע איינגעשטעלטע און  
ריטייעריס פון פאבליק סעקטאר ארבעטסגעבערס אין ניו יארק סטעיט.

**(Patient Access Network(PAN**

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

866-316-7263

שטעלט צו הילף מיט קא-פעיעמענטס פאר פאציענטן מיט אינשורענס.

Patient Advocate Foundation

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

800-532-5274

שטעלט צו צוטריט צו קעיר, פינאנציאלע הילף, אינשורענס הילף, ארבעט אנהאלטונג הילף, און צוטריט צו די נאציאנאלע אנדעראינשורד ריסארס דיירעקטארי.

רויטע טיר קאמיוניטי (פריער באקאנט אלס גילדא'ס קלאב)

212-647-9700

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

א פלאץ וואו מענטשן וואס לעבן מיט קענסער טרעפן סאציאלע און עמאציאנאלע שטיצע דורך נעטווארקונג, ווארקשאפס, לעקציעס, און סאציאלע אקטיוויטעטן.

RxHope

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

877-267-0517

שטעלט צו הילף צו העלפן מענטשן באקומען מעדעצינען וואס זיי האבן שוועריקייטן צו באצאלן.

Triage Cancer

[www.triagecancer.org](http://www.triagecancer.org) שטעלט צו לעגאלע, מעדעצינישע, און

פינאנציעלע אינפארמאציע און ריסאורסעס פאר קענסער פאציענטן און זייערע קעירגעבערס.

**עדיוקעישאנעל ריסאורסעס**

די אפטיילונג האט די עדיוקעישאנעל ריסאורסעס אויסגערעכנט אין דעם וועגווייזער. זיי וועלן אייך העלפן זיך גרייטן פאר אייער אפעראציע און זיך אויסהיילן נאך די אפעראציע.

ווען איר ליינט אדורך די ריסאורסעס, שרייבט אראפ סיי וועלכע פראגעס וואס איר ווילט פרעגן אייער העלטקעיר פראוויידער.

- *A Guide for Caregivers* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers))
- *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker))
- *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning))
- *Frequently Asked Questions About the Goals to Discharge Checklist* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist))
- *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery))
- *Herbal Remedies and Cancer Treatment* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment))
- *How to Be a Health Care Agent* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent))
- *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* ([www.mskcc.org/cancer-](http://www.mskcc.org/cancer-))

care/patient-education/common-medications-containing-  
aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-  
(nsaids

- *MSK Kids* וויאזוי צוצגרייטן דעם באוועל איידער אייער אפּעראציע ביי *MSK Kids*  
([www.mskcc.org/yi/cancer-care/patient-education/how-to-do-bowel-prep-before-surgery-msk-kids](http://www.mskcc.org/yi/cancer-care/patient-education/how-to-do-bowel-prep-before-surgery-msk-kids)
- *How To Use Your Incentive Spirometer* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *Information for Family and Friends for the Day of Surgery*  
([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery)
- *Patient-Controlled Analgesia (PCA)* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)
- *Staying Active Before and After Surgery for Pediatric Patients*  
([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/staying-active-peds](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/staying-active-peds)

פארבינדט זיך אלעמאל מיט אייער העלטקעיר פראוויידער אויב איר האט סיי וועלכע פראגעס אדער זארגן. א מעמבער פון אונזער קעיר טיעם וועט אייך ענטפערן מאנטאג ביז פרייטאג פון 9 אינדערפרי ביז 5 נאכמיטאג אין אנדערע שעות, קענט איר לאזן א מעסעדזש אדער רעדן מיט אן אנדערן MSK פראוויידער. עס איז אייביג דא א דאקטאר אדער נורס גרייט. אויב איר זענט נישט זיכער וויאזוי זיך צו פארבינדן מיט אייער העלטקעיר פראוויידער, רופט 212-639-2000.

פאר מער ריסאורסעס, באזוכט [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) צו דורכקוקן אונזער ווירטואלע לייברערי.

About Your Abdominal Surgery for Desmoplastic Small Round Cell Tumors (DSRCTs) at MSK Kids - Last updated on February 22, 2024  
אלע רעכטן ווערן געאייגנט און רעזערווירט דורך מעמאריעל סלאון קעטערינג קענסער צענטער



Memorial Sloan Kettering  
Cancer Center