

פָּצִיּוֹנֶת & קְעִיר גַּעֲבָעָר לְעָרְנֵן

אינפארמאציע איבער איער טאראקוואבדאמינאל אפעראציע בי MSK קידס

די אונזיזונג וועט איר העלפֿן זיך גרייטן פאר איער טאראקוואבדאמינאל (-thor-A-koh-ab) אפעראציע בי MSK. עס וועט איר אונזיך העלפֿן פארשטיין וואס צו ערווארטן בשעת איער אויסה היילונג.

ニיצט דעם אונזיזונג אלס א קוואל פון אינפארמאציע אין די טאג וואס פירן צו איער אפעראציע. ברענטעס מס מיט איר אויפֿן טאג פון איער אפעראציע. איר צוזאמען מיט איער קער טיעם וועלן זיך ווענדן צו דעם איזוּוּ איר לערנט מערכ איבער איער היילונג.

אין דעם ריסארס, וועלן די ווערטער "אייר" אוון "אייערע" זיך ווענדן צו איר אדער איער קינד.

איבער איער טאראקוואבדאמינאל אפעראציע

איבער נוראובלאסטאמא

איער אוטפאציענט MSK קידס דיעטישען וועט איר העלפֿן פירן איער דיעטע און ערנערונג אינמאל איר פארלאזט די שפיטה. נארמאל, נוראובלאסטס אנטווקלען זיך צו נערוון סעלס צו בויען איער נערויס סוסטעם אידער איר געבערט. נוראובלאסטאמא געשהט ווען איער נוראובלאסטס היבן אנ צו וואקסן ארוייס פון קאנטראל און פארעמען א געווואקס.

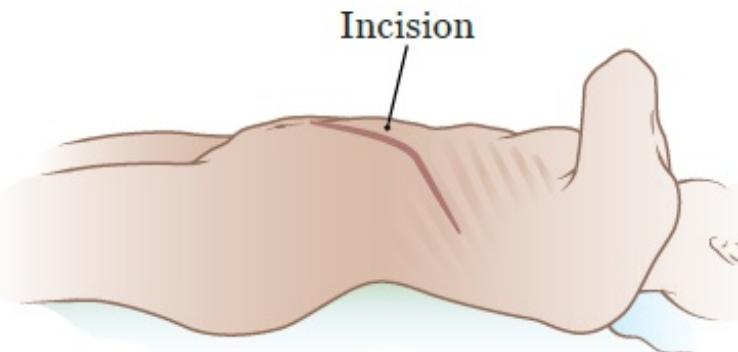
באאנדلونג פלענער פאר נוראובלאסטאמא ווענדן זיך אויף פיל זאכן, אריגגעראעכנט וואו די געווואקס איז און איער קערפער. אויב עס איז אין די אויבערשטן טיל פון איער אבדאמען (בעל), וועט איער דאקטער מעגליר רעקאמענדירן טאראקוואבדאמינאל אפעראציע אלס אטיל פון איער באאנדلونג פלאן.

איבער טאראקוואבדאמינאל אפעראציע

טאראקוואבדאמינאל אפעראציע איז אן אפט-געטווענע סערדוישקל באאנדلونג פאר נוראובלאסטאמא אין די אויבערשטן טיל פון איער אבדאמען. עס קען אויר ווערן געניצט צו

העלפַן באהאנדלן אנדערע סארטן געווואקסן, אבער דאס איז וויניגער אפט-געטוען. אײַער סערדשען ווועט רעדן מיט אײַר אויב אויר דארפט האבן טאראָק אָובְּדָמִינָּאָל אָפְּעָרָאָצִיעַ פָּאָר אָנְדָּעָרָע סָאָרָט קָעָנְסָעָר וּוּ נְרוֹאֶבְּלָאָסְטָאָמָּא.

בשעת אײַער טאראָק אָובְּדָמִינָּאָל אָפְּעָרָאָצִיעַ, ווועט אײַער סָעָרְדָּשָׁעָן מָאָכָּן אֲשִׁיפָּע שְׁנִית (סָעָרְדָּשִׁיקָּאָל שְׁנִיָּד) פָּוּן דֵּי נִידְרִיגָּע טִילְפָוּן אַיִּעָר בְּרוֹסְטָקָאָסְטָן (טוֹרָאָקָס) צַוְּ דֵּי אַוְיְבָעָרְשָׁטָעָן טִילְפָוּן אַיִּעָר אָבְּדָמָעָן (זַעַבְּלַד 1). דאס הַעַלְפַּט זַיְזַעְן דֵּי פְּלָאָצְקָלָאָרָעָהָיָס כְּדֵי זַיְזַאלְן קָעָנְעָן אַוְוָעָקָגָנְעָמָעָן דֵּי גַּעַוְוָאָקָס אַוְיָפְּ אָפְּאַרְזִיכְעָרָטָן אָפָּן.



בלַד 1. טָאָרָאָק אָבְּדָמִינָּאָל שְׁנִית

אַיִּעָר סָעָרְדָּשָׁעָן אָוּן אָנְדָּעָר מִתְּגָלִידָעָר פָּוּן אַיִּעָר קָעָיר טִיעָם וּוּעָלָן רַעַדְן מִיט אַיִּר אַיִּבעָר וּוּאָס צַוְּ עַרְוָאָרָטָן אַיִּדָּעָר, בְּשֻׁעַת, אָוּן נָאָר אַיִּעָר אָפְּעָרָאָצִיעַ. זַיְזַעְן אַרְיְנָגָיִן אַיִּנְפָּרְטִים וּוּעָגָן דֵּי פְּלָאָן פָּאָר אַיִּעָר אָפְּעָרָאָצִיעַ אָוּן עַנְטָפָעָרָן סִיְּ וּוּעָלְכָעָ פְּרָאָגָעָס אַיִּר הַאָט.

וּוְעָרָן גְּרִיּוֹת פָּאָר אַיִּעָר טָאָרָאָק אָבְּדָמִינָּאָל אָפְּעָרָאָצִיעַ

די אַינְפָּאָרָמָאָצִיעַ אַיִּן דָּעַם טִילְפָוּן אַיִּר הַעַלְפַּן זַיְרָגְרִיְּטָן פָּאָר אַיִּעָר אָפְּעָרָאָצִיעַ. לִיְנַט דָּעַם טִילְפָוּן אַיִּעָר אָפְּעָרָאָצִיעַ אַיִּז סָקְעַדְזָשָׁולְד אָוּן קָוּקָט עָס אַיִּבעָר וּוּעָן אַיִּעָר אָפְּעָרָאָצִיעַ דָּאָטוּם קָוּמָט נַעֲנְטָעָר. עָס הַאָט וּוּיכְטִיגָּע אַינְפָּאָרָמָאָצִיעַ אַיִּבעָר וּוּאָס אַיִּר דָּאָרָפָט טָעוּן אַיִּדָּעָר אַיִּעָר אָפְּעָרָאָצִיעַ. וּוּעָן אַיִּר לִיְנַט אַדְוָרָק דָּעַם טִילְפָוּן, שְׁרִיבָט אַרְאָפְּסִיְּ וּוּעָלְכָעָ פְּרָאָגָעָס וּוּאָס אַיִּר וּוּילְטָן פְּרָעָגָן אַיִּעָר הַעַלְטָקָעָיר פְּרָאָוּיְדָעָר.

וּוְעָרָן גְּרִיּוֹת פָּאָר אַיִּעָר טָאָרָאָק אָבְּדָמִינָּאָל אָפְּעָרָאָצִיעַ

אַיִּר מִיט אַיִּעָר קָעָיר טִיעָם וּוּעָלָן אַרְבָּעָטָן צְזָזָמָעָן צַוְּ וּוְעָרָן גְּרִיּוֹת פָּאָר אַיִּעָר אָפְּעָרָאָצִיעַ. עָס אַיִּז וּוּיכְטִיגָּע אַוְנָז צַוְּ אַגְּן אַוְיָבָ:

- איר נעמט פרעס-קרייפשען אדער איבער'ן-קאונטער מעדיצינען אדער דיעטישע סופלעמענטן. איר קענט מעגלין דארפֿן אויפֿהערן נעמען אפֿאָר פֿון אַיְעָרּ מעדיצינען און סופלעמענטן אַיְדָעָרּ אַיְעָרּ אַפְּעָרָצִיעּ. זֶה קענען העכערן אַיְעָרּ רִיזְקָעּ פֿון שׂוּעָרָקִיטָן בשעת אַיְעָרּ אַפְּעָרָצִיעּ. וַיְתַאמְּמִינְעָן אָוֹן הָעֲרָבָלּ רֻעָמְדִיסָּזְעָנָן בַּיְשְׁפִּילָןּ פֿון דִּיעְטִישָׁעּ סופלעמענטן.
- איר האט סֵיּ וּוּלְכָעּ אַלְעָרְגִּיעָסּ.
- איר האט געהאט פְּרָאָבְּלָעָמָן מִיטּ אַנְעָסְטָעָזִיעּ אֵין דֵי פְּאָרְגָּאָנְגָּעָנְהָיִיטּ.

נוֹצֵן MyMSK

איז אַיְעָרּ MSK פְּאַצְּיָעָנָטּ פְּאָרְטָאָלּ. איר קענט עַסְּנוֹצֵן צֹ שִׁיקָּן אָוֹן לִיְנָעָן מַעֲסָדְשָׁעָסּ פֿון אַיְעָרּ קָעֵירּ טִיעָםּ, זָעהָן אַיְעָרּ טָעָסּ רַעְזְוָלְטָאָטָן, זָעהָן אַיְעָרּ אַפְּיוֹנְטָמְעָנָטּ דָּאָטוֹמָסּ אָוֹן צִיטָן, אָוֹן נָאָרָן. איר קענט אָוֹרּ אַיְנְלָאָדְעָנָעָן אַיְעָרּ קָעֵירָגְעָבָעָרּ צֹ עַפְּעָנָעָן זָיְעָרּ אַיְגָעָנָעּ אַקְאָוָנָטּ כְּדֵי זֶה זָאָלָן קָעָנָעָן זָעָן אַיְנָפָאָרָמָאָצִיעּ אַיְבָעּרּ אַיְעָרּ קָעֵירּ. אָוֹבּ אַיְרּ האָטּ נִישְׁטָאָן MyMSK אַקְאָוָנָטּ, קָעָנָטּ אַיְרּ זִיךְרָאָנְשָׁרִיבָּן בְּיַיִלְלָה my.mskcc.org. אַיְרּ קָעָנָטּ בָּאָקוּמוּן אָנְשָׁרִיבָּוֹגְגּ ID דָּוּרְךָ רָופְּן 646-227-2593 אַדְעָרּ אַיְעָרּ דָּאָקְטָעָרָסּ אָפִיסּ.

How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal) צֹ לְעַרְנָעָן מָעָרָן. אַיְרּ קָעָנָטּ זִיךְרָאָנְשָׁרִיבָּן מִיטּ דֵי MyMSK הַיְלָףּ דְּעָסָקּ דָּוּרְךָ אִימְעָילְן mymsk@mskcc.org אַדְעָרּ רָופְּן 800-248-0593.

אַיְבָעּרּ אַיְעָרּ MyMSK צִילָן צָום דִּיסְטְּשָׁאָרְדָשׁ טְשֻׁעָקּ-לִיסְטָט

נָאָרּ אַיְעָרּ אַפְּעָרָצִיעּ, וּוּטּ אַיְרּ זִיךְרָאָנְשָׁרִיבָּן צֹ וּוּרְן גַּעֲנָוגּ גַּעֲזָוָנָטּ צֹ פָאָרְלָאָזָן דָּעָם שְׁפִיטָאָלּ. מִירּ וּוּלְן שִׁיקָּן אָ “צִילָן צָום דִּיסְטְּשָׁאָרְדָשׁ” טְשֻׁעָקּ לִיסְטָט צֹ אַיְעָרּ MyMSK אַקְאָוָנָטּ. אַיְרּ קָעָנָטּ נִצְן אַיְעָרּ MyMSK צִילָן צָום דִּיסְטְּשָׁאָרְדָשׁ טְשֻׁעָקּ-לִיסְטָט צֹ זָעָן דֵי צִילָן וּוּאָסּ אַיְרּ דָּאָרְפְּטָ דָּעְגָּרִיכָּן פָּאָרְן פָּאָרְלָאָזָן דֵי שְׁפִיטָאָלּ. אַיְרּ קָעָנָטּ אָוֹרּ אַפְּדָעִיטָן אַיְעָרּ פָּאָרְשָׁרִיטָט דָּוּרְכָּאָוָסּ דֵי טָאגּ. אַיְעָרּ אַפְּדָעִיטָסּ שִׁיקָּן אַלְעָרְטָסּ צֹ אַיְעָרּ סּוּרְדְּזְשִׁיקָּלּ טִיעָםּ וּוּגָן אַיְעָרּ פָּאָרְשָׁרִיטָט.

Frequently Asked Questions About the MyMSK Goals to Discharge Checklist (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mymsk-goals-discharge-checklist).

איבער פארבעסערטע אויסהילונג נאר אן אפערצייע (ERAS)

ERAS איז א פראגראם אירץ העלפן וווערן בעסער שנעלער נאר איבער אפערצייע. אלס אטייל פון די ERAS פראגראם, איז עס וויכטיג צו טוען געוויסע זאכן אידער אונ נאר איבער אפערצייע. אידער איבער אפערצייע, מאכט זיכער איר זענט גרייט דורך טוען די פאלגנדע זאכן:

- **ליין דורך דעם וועגוויזער.** עס ווועט איר העלפן וויסן וואס צו ערווארטן אידער, בשעת, אונ נאר איבער אפערצייע. אויב איר האט פראגעס, שרייבט זי ארוף. איר קענט פרעגן איבער העלט קעירות פראוויידער בי איבער קומענדיגע אפויינטמנט, אדער קענט איר רופן זיינער אפיס.
- **מאכט איבונגגען און פאלגט נאר א געזונטע דיעטס.** דאס ווועט העלפן מאכט איבער גוף גרייט פאר איבער אפערצייע.

נאך איבער אפערצייע, העלפט איר זיך אויסהילונג שנעלאר דורך טוען די פאלגנדע זאכן:

- **ליין איבער אויסהילונג פלאן.** דאס איז א שריפטליך עדיקעשניאל קוואל וואס איבער העלטקייר פראוויידער ווועט איר געבן. עס האט צילן פאר איבער אויסהילונג אונ ווועט איר העלפן וויסן וואס צו טוען אונ וואס צו ערווארטן אויף יעדע טאג בשעת איבער אויסהילונג.
- **הויבט אונ זיך ארום ריקן וויבאלד איר קענט.** ווי פריער איר קומט ארים פון בעט און ריקט זיך, קרייכט, אדער שפאצירט, אלס שנעלער ווועט איר קענען צורוקגין צו איבער געווונטליך אקטווייטטען.

טעסTING פארן אפערצייע

איר ווועט האבן אן אפויינטמנט פאר טעסTING פארן אפערצייע (PST) אדער פידיעטראַק טעסTING פארן אפערצייע (PPST) בעפאר איבער אפערצייע. איר ווועט באקומען אדרמאנוונג פון איבער סערדזשען'ס אפיס מיט די אפויינטמנט דאטום, צייט, אונ פלאז. איר קענט עסן אונ נעמען איבער געווונליך מעדייצין(ען) די טאג פון איבער אפויינטメント.

עס איז ביהילpig צו ברענגען די פאלגנדע זאכן צו איבער אפויינטメント:

- **אלע מעדייצינען וואס איר נעמעט, אריינגערעכנט פארשריבענע אונ איבער'-קאנטער מעדייצינען, פטעשעס, אונ שמירעכэн.**
- **רעוזלטאָן פון סי' ווועלכע מעדייצינישע טעסטס וואס וווערן געטן אינדרויסן פון MSK און די פארגאנגענע יאר, אויב איר האט זי. צום ביישפיל רעזולטאָן פון א הארץ סטרעס טעסט, עקאקארדייאגראם, אדער קאראטיד דאפלער שטודיע.**

- די נאמען און טעלעפאנַן נומערן פון איינער העלט קעיר פראואַידערס.

אייר ווועט זיך טרעדן מיט פאָרגענְשְׁרִיטענע פראָקטִיק פראַואַידְּרָס (APP) דורךאָיס אַיינְר אַפְּוֹינְטְּמַעְנֵט. זי' ווועלן ארבעט נאנט צוזאָמען מיט אַיינְר אַפְּערָאַצְּיעַ טיעַם.

איינְר APP ווועט אַיבָּעְדָּקָהן אַיינְר מַעֲדִיצְּנִישׁע אַז אַפְּערָאַצְּיעַ הִיסְטָאָרִיעַ מיט אַיְר. אייר ווועט מעגלְּרַה האָבָן טעַסְטָס צו פְּלָאַנְּרָהן אַיינְר קָעֵיר, אַזְּזִי ווֹ:

- אַן עַלְעַטְּרָאָקָּרְדִּיאָגְּרָאָם (EKG) נַאֲכַזְּקָהָהן אַיינְר הָאָרֶץ רִיטָם
- אַ בְּרוֹסְטָקָאָסְטָן עַקְסָ-רָעִי
- בְּלוֹטָ טַעַסְטָס

איינְר APP קָעֵן פָּאָרְשָׁלָאָגָן אַז אייר זָאלְטָ זָעַן אַנְדָּעָרָעָה העלט קָעֵיר פראַואַידְּרָס. זי' ווועלן אוּרְעָדָן מיט אַיְר אַיבָּעָר ווּעלְּכָעָ מַעֲדִיצְּזָן(עַן) צו נָעָמָעַן דַּי צּוֹפְּרִי פון אַיינְר אַפְּערָאַצְּיעַ.

פִּידִיעָטְרִיךְ וּוּיְטָאָג אַז פָּאָלִיאָטִיוֹ קָעֵיר טִיעַם (PACT)

די PACT אַז אַטְּיעַם פון דָאָקְטוּרִים אַז APPs. מִיר שְׂטִיצְּן קִינְדָּעָר אַז פָּאָמְילִיעָס ווּאָס סְפָּרָאָוּעָן זָרָ מִיט עַרְנְסְטָעָ קְרָעָנָה בַּיִּס MSK Kids.

די צִיל פון פָּאָלִיאָטִיוֹ קָעֵיר אַז צוֹ הַעַלְפָן אַיְר אַז אַיינְר פָּאָמְילִיעָס בְּשַׁעַת אַיינְר בְּאַהֲנְדָלָוֹגָג. די PACT קָעֵן הַעַלְפָן מִיט פִּיזְּיָשׁ, גִּיסְטִישׁעָ, סָאַצְּיָאלָעָ, אַזְּרָעָלְגִּיעַזָּע שְׂוּעוּרָקִיָּטָן. מִיר קָעַנְעָן הַעַלְפָן נִשְׁתַּחַת קִין אָונְטָעָרְשִׁיךְ אַיְר עַלְטָעָר אַדְעָר שְׁטָאָפָל פון אַיינְר קְרָאָנְקָהִיטָן. מִיר קָעַנְעָן אוּרְעָה הַעַלְפָן נִשְׁתַּחַת קִין אָונְטָעָרְשִׁיךְ אַוְיבָּאָר בְּאָקוּמָט קָעֵיר אַין שְׁפִיטָאָל אַדְעָר אַלְסָן אַז אַוְיטְּפִיעָשָׁנָה. פָּאָלִיאָטִיוֹ קָעֵיר אַז וּוּיכְטִיגָּ אַז בְּיַהְיָלְפִיגָּ פָּאָר יְעַדְעָם.

די PACT שְׁעַצְּטָ אַיְרָעָ בְּאַשְׁלָוֹסָן, וּירְדָן, אַז גְּלוּבוֹנוֹגָעָן. מִיר מַוְתִּיגָּן אַיְר אַז אַיינְר פָּאָמְילִיעָס צִוְּיָהָן אַז אַמְּאָכָן בְּאַשְׁלָוֹסָן אַיבָּעָר אַיְרָעָ צִילָן אַז פָּלְעָנְעָרָה פון קָעֵיר. מִיר ווועלן ארבעטן צוזאָמען מיט אלְעָ מִיטְגָּלְדָּעָר פון אַיְרָעָ קָעֵיר טִיעַם. אָונְזָעָר צִיל אַז צִוְּיָהָן זִיכָּעָר אַז אַיְר אַז אַיְרָעָ פָּאָמְילִיעָס האָבָן די שְׁטִיצְּעָ ווּאָס אַיְרָעָ בְּרִוִּיכָּטָן צוֹ לְעַבְנָן וּוּ גּוֹטָ מעַגְּלִיר.

אִנְטָעָרְגָּרְעִיטִיָּה מַעֲדִיצְּן

MSK'ס אִנְטָעָרְגָּרְעִיטִיָּה מַעֲדִיצְּן סֻעְרָוִוִּיס שְׁטָעָלָט צִוְּיָהָן זִיךְרָ מִיטְן זִיךְרָ אָפְּרוּעָן, פָּאָרְמִינְגָּרָן אָוּמְבָּאָקָן וּוּמְלִיכִיָּטָן, אַזְּנָעָר פָּאָרְבָּעָסְעָרָן אַיְרָעָ אַלְגָּעָמִינָה גַּעַזְוָנְתָהִיטָן. אָונְזָעָר סְפָּעְצִיאָלִיסְטָן צָעָנָעָן טְרָעָנְרִית אַזְּנָעָרְגָּרְעִיטִיָּה גַּעַזְוָנְתָהִיטָן פִּירְוָנְגָּעָן אַזְּזִי ווֹ:

- מַאֲסָדָדָשָׁ טְעָרָאָפִיעָ

- מוזיק טראפיב
- טאנצ טראפיב
- יאגע
- מעדייטיעישאן
- מינד-באד פיטנעס
- אקיופאנקטשער

בשעת אייר ערשות אינטערגרעיטייז מעדעциן באזור, וועט אן אינטערגרעיטייז מעדעциן ספוציאלייסט רעדן מיט אייר. זי וועלן אויר זאגן וועגן די אינטערגרעיטייז מעדעциן סערוויסעס וואס זענען דא צו באкомען אין MSK. זי וועלן אויר רעדן מיט אייר איבער:

- אנדערע סארטן פון אינטערגרעיטייז מעדעциן און האליסטייך טעKENIKS.
- ויאזוי זיך צו באניצן מיט די טראפיבס בשעת אייר פארוילונג.
- ויאזוי זיך צו העלפון אויר און אייר פאמיליע אידער אפעראציע און בשעת אויסהילונג.

העלפט אייר גוף זיך גרייטן פאר אפעראציע

אויר קענט זיך אויסהילן שנעלער אוון גרינגער אויב אויר העלפט אייר גוף זיין און זיין בעסטע צושטאנד אידער אייר אפעראציע. די אפטילונג האט ביישפילן פון זאכן וואס אויר קענט טוען צו מאכן אייר גוף גרייט פאר אפעראציע. אייר קעיר טיעם וועט אויר העלפון באשלוסן וועלכע אקטיוויטטען זענען די בעסטע פאר אייר.

פרاكتיס אטטען and הוטן

פרاكتיס צו אטטען טיפ און הייסן אידער אייר אפעראציע. אויר קענט דאס טוען דורך:

- ארום שפאצירן אדער שפילן.
- בלازן באבעלט אדער בלазן אטישו און די לופט.
- ניצנ'ציג אייר אינסענטיזו ספיראומטען, אויב אויר קעיר טיעם האט אויר געגעבן איין.

ארומגין און זיין אקטיזו

פרובייט צו טון פיזישע אקטיוויטטען יעדן טאג. ביישפילן זענען גיין, שווימען, אדער פארן אויף א בײַק. MSK טוט אויר פארשלאגן אומזיסטער וורטואלע קלאסן פאר יעדע עלטער וואס קען אויר העלפון זיין אקטיזו. פרעגט אייר העלטקייר פראוויידער פאר מער אינפארמאציע.

פראבירט מעדייטיעישאן און מינדפולנעס (צוליגן קאף)

צוליגן קאף צו אטעמען, מעדייטיעשאן, יאנגע, רירן פראקטיס, מאסאדווש, אוון אקיופרעהור טעכנייןן קענען איר העלפן וווען איר גרייט זיך פארן אפעראציע.

אונזער אינטערגרעיטייוו מעדיצין סערוייס ווידיאוס קענען איר העלפן טרעפן די ריכטיגע אקטיוויטעטן צוצוליגן צו אײער סדר היום אידער אײער אפעראציע. באזוכט אויר באזוכן www.msk.org/integrative-medicine-multimedia צו זען אנגעפירטע מעדייטיעשאן ווידיאוס געמאכט דורך אונזער עקספערט מיח-גוף ספצעיאלייסטן.

פאלאגט נאר א געוזנטע דיעטע.

אן MSK Kids קלינישע דיעטישאן נוטרישאניסט קען רעדן מיט איר וויאזוי זיך צו גרייטן פאר אפעראציע. איר קענט געווואר וווען וויאזוי צו מאכן זיכער איז אײער ערנערונג איז די בעסטע וואס עס קען זיין.

אויב איר באקומעט קענסער טרייטמענטס פאר אײער אפעראציע, קענען זי פאראורזאכן אטויש אין די טעם פון עסן, פארלוסט פון אפעריט, און שוועריגק'יטן מיט פארדייען עסן. דאס קען עס מאכן שוווער צו עסן גענוג, וואס קען איר מאכן פארלירן וואג. אײער אוטפיעישענט MSK Kids קלינישע דיעטישאן נוטרישאניסט קען ארבעטן מיט איר צו מאכן א פלאן וואס העלפט מיט עסן פראבלעמען.

עס קען אויר העלפן צו נאכפלאגן די אלגעמיינע אנוויזונגען:

- עסט אביסל אבער עסט אפט. צום ביישפיל, עסט א האלבע מאלציט יעדע 2 צו 3 שעה פראבירט צו האבן 6 בייז 8 קלענערע סעודות א טאג אנטשטאט 3 גראיסע מאלציטן.
- מאכט אוון פאלגט אויס א מאלציט פלאן. וויארט נישט צו עסן בייז איר זענט הונגעריג. לייגט דעם פלאן אין א פלאץ וואו יעדער קען עס זעהן.
- האלט אײער באלייבסטע עסנווארג אינדערהיהם וואו איר קענט צוקומען צו זי גראינגעראהייט.
- קויפט אינצעלע פארציעס פון עסנווארג וואס איר קענט גראינגעראהייט עסן, איזוועי יאגורת סמודי געטראנקן אדער טשייס סטייקס.
- קאכט גרעסערע סומע עסן איז איר זאלט האבן שיריים.
 - האלט אן עקסטערע פארציע אין אײער רעפרידזשערעריטאר פאר די נעקסטע טאג, אבער נישט פאר לענגער.
 - פרירט די איברגע. וווען איר זענט גרייט עס צו נוצן, לאזט עס אויף אינעם רעפרידזשערעריטאר אדער מיקרואוועייוו, אבער נישט בלוייז אויפן קאונטער. דאן הייצט

עם אן ביז עם איז קאכעדייג.

- עסט פון פארשידענע עסן גראופעם און סארטן פון עסנווארג אין אייר דיעטע, סיידן אייר דאקטער אדער קליניישע דיעטישאן נוטרישאניסט זאגט אייר אן איז איר זאלט נישט.
- אמאל קען זיין גראינגער צו טרינקן ווי צו עסן. פראבירט צו באקומען מער קאלאלרייעס פון גערטאנקן ווי פון סאליד עסנווארג. צום ביישפיל, נעטט א מילקשיעיך אדער נוטרישאנעל סופלעמענט איזוּיַיְ פִּידִיעָשָׂוֹר (Pediasure[®]) אדער קאנעישאן ברעקפֿעֶסֶט עסנשאַלְס (Carnation Breakfast Essentials[®]).
- עסן און מאלציט זאלן זיין געשמאָק, אן קײַן סטרעס. פראבירט צו עסן צוזאמען מיט פאמיליע מיטגלאַדער.
- באטראקט אייר נערונג אלס זיין פונקט איזוּ וויכטיג ווי איז איר מעדיצינען.

געדענט צו אויסוועלן עסנווארג וואס האבן אסאָר קאלאלרייעס און פראטיען. רעדט מיט איז איר MSK Kids קליניישע דיעטישאן נוטרישאניסט וועגן עסנווארג וואס ארבעט די בעסטע באזירט אויף וואס איר האט ליב אדער לייב איז איר מאלציט פלאָן.

Have a carbohydrate drink on the morning of your surgery

One of your healthcare providers will give you a bottle of CF(Preop)[®] or Ensure[®] Pre-Surgery to drink the morning of your surgery. These are carbohydrate drinks that make fasting (not eating) before surgery less stressful for your body. This helps you heal and recover better after surgery.

טרעפט זיך מיט אנדערע העלטקייר פראפעסיאַנעלן, אויב עס פעלט אויס

MSK האט פיל ערליי העלטקייר פראפעסיאַנעל וואס קענען איז העלפֿן פאר, בשעת, און נאָר איז איר קענסער טרייטמענט.

- **סאַשְׁעַל ווּאַרְקְעַרְס** קענען איז העלפֿן מיט די עמאשינאל, סאַשְׁעַל, און פִּיזְיָשׁ ווּירְקְוּנְגְּעַן פון אַקְעַנְסָעַר דִּיאֲגָנָּז. אַונְצָעַר סַאַשְׁעַל ווּאַרְקְעַרְס שְׁטוּלָן צו קָאוּנְסָעַלְינְג און פְּרָאַקְטִישָׁע הַילָּפֿן. זַיְהַלְפֿן פָּאַמְּילְיָעַס זֵיַרְסְּפָרָאּוּן מיט זַיְהַלְפֿן קִינְדְּסְ קְרָאַנְקְהִיטְ, פָּאַרְבָּעַסְעַרְן קְאַמְּנוּיקְאַצְּיעַס מיט פָּאַמְּילְיָעַ און פְּרִיְנְטַ, גַּעֲבַן אַיבָּעַר אִינְפָּאַרְמָאַצְּיעַ וועגן קְאַמְּיוֹנוּטַיְ רֻעְסָוּסָן, אַוְן הַלְפֿן זֵיַרְסְּפָגְוּזְאַוְיְנְעַן צו מְעַדְצִינְיָשׁ בְּאַהֲנְדָלָוּגְ.

- **טְשִׁילְד לִיְּפַרְסְּפָּצְיָאַלִּיסְטָן** זענען טְרַעְנִירְטָע פְּרָאַפְּעָסְיאַנְעָלָן וואס פְּאַרְשְׁטִיעָן מענטשליכע ווּאַוקְס אַוְן אַנְטְּוּוּיקְלוֹגְ. אוּבְּ אַיר זענען באַזְאָרגְט אַדער אַנְגָּעַשְׁטְרָעְגְּט וועגן אַיז אַיר פְּרָאַצְּעָדוֹר, קענען זֵיַרְסְּפָלְאַנְרַן וועגן צו זַיְהַלְפֿן מער באַקְוּעַם אַוְן רְוָאִיגְ.

MSK'ס טשיילד ליף ספוציאלייסטן האבן פארשידענע אינטערענס און ערפאָרגונג, ארינגערעהכנט עדיקעישאן, פסיכאלאגיע, קונסט וווערך, און קונסט טעראָפֿיע. אלע צוזאמען טוען אונזערע סקילס און סערטיפֿיקעישאנס צוּשטעלן אַ פֿולע רִיעַ פֿון טשיילד ליף סערוויסעס ווּאַס לערנען אוּיס אַונ פֿאָרטעָרְקָעָרְן פֿאָצְיָעָנְטָן אַונ זַיְעָרָעְ מְשֻׁפְּחָה בְּשַׁעַת אַ קְרָאָנְקָהִיט.

- **קְאָנוֹסְלָעֶרֶס אַונ טַעֲרָאָפֿיסְטָן** קְעַנְעַן זִיר טְרַעְפָּן מֵיט אַיְיר אַונ פֿאָמִילְיָע מִיטְגְּלִידָעָר אַונ צוּשטעלן קְאָנוֹסְלִינְג פֿאָר עַמְּאַצְיָאָנָלָעָר פֿרָאָבְּלָעָמָעָן פֿאָרְבִּינְדָן מֵיט זִיר סְפְּרָאוּוּעָן מֵיט קְעַנְסָעָר. MSK'ס קְאָנוֹסְלִינְג צַעַנְטָעָר הָאַט אַיְיר שְׂטִיצָע גְּרוּפָעָס ווּאַס קְוּמָעָן זִיר צַזָּאָם יְעָדָע שְׂטִיךְ צִיְּט.

איַעֲרָה הַעַלְתָּקָעָר פֿרָאָוְוִידָעָר ווּעַט אַיְיר פֿאָרְשָׁלָאָגָן אַ רְעַפְעָרָעָל פֿאָר דִּי סְעַרְוּוִיסָעָס. אַיְיר קְעַנְעַן אַיְיר בְּעַטְן אַ רְעַפְעָרָעָל אַוְיב אַיְיר זַעַנְט אַינְטְּרָעָסְרָיט.

עַרְלָעְדִּיגְן אַ פְּלָאָץ צַו אַיְנָשְׁטִין, אַוְיב נְוִוִּיטִיג

דיַ רְאַנְעָלָד מַעְקָדָאַנְעָלָד הַוִּיז (Ronald McDonald House) הָאַט צִיְּטוֹוְוִילְיָגָעָה אַזְוִינְג פֿאָר פֿידְיָעָטְרִיךְ קְעַנְסָעָר פֿאָצְיָעָנְטָן אַונ זַיְעָרָעְ פֿאָמִילְיָעָס. MSK הָאַט אַיְיר אַפְּמָאָקָן מֵיט עַטְלִיכָּעָלָאָקָלָעָה אַטְעָלָן אַונ אַזְוִינְג פֿאָסְיִילְיָטִיס ווּאַס קְעַנְעַן אַיְיר גַּעַבְן אַ סְפּוּצְיָעָלָעָ בְּילִיגְעָרָעָ פֿרִיז.

איַעֲרָה סָאַשְׁעָל ווּאַרְקָעָר קְעַנְעַן רְעַדְן מֵיט אַיְיר אַיבָּעָר אַיְעָרָעָ אַפְּצִיעָס אַונ אַיְיר הַעַלְפָּן מַאְכָּן רְעַזְעָרְוּוּעָשָׁאָנָס. אַיְיר קְעַנְעַן אַיְיר רְופָן 212-8315-6395 צַו רְעַדְן מִיטְן פֿידְיָעָטְרִיךְ פֿאָצְיָעָנְטָן סְעַרְוּוִיסָעָס קְאָאַרְדִּינְעִיטָּאָר.

פֿילְט אַוְיס אַ הַעַלְט קְעָרָר פֿרָאָקְסִי (Health Care Proxy) בּוּגְּן, אַוְיב נְוִוִּיטִיג

אַוְיב אַיְיר זַעַנְט 18 יָאָר אַדְעָר עַלְטָעָר אַונ הָאַט נַאֲכִינְשָׁט אַוְיסְגָּפִילְט אַ הַעַלְט קְעָרָר פֿרָאָקְסִי (Health Care Proxy) בּוּגְּן, רַעֲקָאָמְעַנְדִּירָן מִיר אַז אַיְיר זָאָלָט דָּאָס יְעַצְּט טָוָן. אַוְיב אַיְיר הָאַט שְׁוִין אַוְיסְגָּפִילְט אַיְינָס אַדְעָר אַיְיר הָאַט סִי ווּעַלְכָּעָ אַנְדָּעָרָעָ פֿאָרְשָׁרִיט אַנוּוּיְזָוְגָּעָן, בְּרַעֲנָגָט זַיְּ צַו אַיְעָרָעָ קְוּמְעַנְדִּיגָּעָ אַפְּוִינְטָמָעָנָט.

אַ הַעַלְט קְעָרָר פֿרָאָקְסִי אַיְז אַ לְעַגְּאָלָעָ דָאָקְוּמָעָנָט. עַס אַיְדָעָנְטִיפֿיצְרָט דָעָר מַעְנְטָשׁ ווּאַס ווּעַט רְעַדְן פֿאָר אַיְיר אַוְיב אַיְיר קְעַנְעַן נִישְׁטָן קְאָמְיָוְנִיקְיָוָן פֿאָר זִיר אַלְיָינְס. דָעָר מַעְנְטָשׁ ווּאַס אַיְיר ווּעַלְט אַוְיס ווּעַרְט אַנְגָּעָרְוָן אַיְעָרָעָלָקָעָר אַגְּעָנָט.

- צַו לְעַרְנָעָן מַעַר ווּעַגְּן הַעַלְט קְעָרָר פֿרָאָקְסִי אַונ אַנְדָּעָרָעָ עַדְוָעָנָס דִּירָעָקְטִיוֹס, לִיְנָט Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones .((www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning

• צו לערנען מער וועגן זיין א העלט קעירות אגונוט, לינוט *How to Be a Health Care Agent* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent).

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

7 טעג איזידער אייער אפעראציע פאלגט אויס אייער העלטקער פראוייזידער'ס אנוויזונגגען צו נעממען אספירין

אספירין קען פאראורזאכן בלוטיגן. אויב איר נעממען אספירין אדער א מדיצין וואס האט אספירין, קענט איר מעגלייך דארפֿן טוישן אייער דאצע אדער אויפֿהערן עס צו נעממען 7 טעג איזידער אייער אפעראציע. פאלגט אויס אייער העלטקער פראוייזידער'ס אנוויזונגגען. **הערט נישט אויף צו נעממען אספירין אויסער אויב זיין הייסן איר.**

How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil, לינוט (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

הערט אויף צו נעממען וויטאמין E, מולטיוויטאמינען, הערבל רעمعدיס, און אנדערע דיעטישע סופלעמענטן

וויטאמין E, מולטי-ויטאמינען, הערבל רעمعدיס, און אנדערע דיעטישע סופלעמענטן קענען פאראורזאכן בלוטן. הערט אויף עס צו נעממען 7 טעג פאר אייער אפעראציע. אויב איזיער העלטקער פראוייזידער גיבט איר אנדערע אנוויזונגגען, פאלגט עס אויס אנשטאט.

Herbal Remedies and Cancer Treatment, לינוט (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

מאכט אימעדזשינג סקענס, אויב עס פעלט אויס

AIR וועט דארפֿן האבן אימעדזשינג סקענס צו העלפֿן אייער העלטקער פראוייזידערס פלאנירן אייער אפעראציע. אויב איר מאכט זיין ערגאץ אנדערש אויס אין MSK, וועט אייער העלטקער פראוייזידער איר מעגלייך בעטן צו ברענגן א דיסק מיט קאפאיעס פון די אימעדזשינג סקענס צו אייער אפונטמענטן.

2 טעג איזידער איעיר אפעראציע

הערט אויף נעמון נאנסטעראודאל אנט-אינפלאםמאתורי דראגס (NSAIDs)

טיגונגן NSAIDs, וו איבופראפען (Advil[®] אוון Motrin[®]) אוון געפראקסען (Aleve[®]), קען פאראורזאכן בלוטיגונג. הערט אויף עס צו נעמון 2 טעג פאר איזידער אפעראציע. אויב איזידער העלטקער פראוויידער גיבט איז אנדערע אנוויזונגונגן, פאלגט עס אויס אנטשטאט.

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).

1 טאג איזידער איעיר אפעראציע מערכת די ציט פון איעיר אפעראציע

א שטאב מיטגילדער פונעם אדמיטיניג אפיס ווועט איז רופן נאר 2 איזיגער נאכמיטאג די טאג פאר איזידער אפעראציע. אויב איזידער אפעראציע ווועט פארקומען מאנטאג, וועלן זי איז רופן די פרײטאג פארדעם. אויב מען רופט איז נישט ביז 4 איזיגער נאכמיטאג, רופט 2-7002-639-212.

די שטאב מיטגילדער ווועט איז זאגן וויפיל איזיגער צו זיין אין שפיטאל פאר איזידער אפעראציע. זי וועלן איז איז דערמאגען וואו צו גיין. פאר אינפארמאציע ווועגן MSK'ס לאקאציעס, ארינגערכנט וווגויזונגונגן אוון פארקינג אפצייעס, באזוכט אונזער [לאקאציעס דירעקטאר](#).

באדט זיך אדער שאווערט מיט 4% קלאראהעקסידין גלאוקאנטייט (CHG) סאלושען אנטיסעפטיק הויט ריביניגער (איזווו Hibiclens[®])

4% CHG סאלושען איז א הויט ריביניגער וואס הריג'עט באצילן פאר 24 שעה נאר איז נוצט עס. שאווערן אדער זיך באדט מיט עס פאר איזידער אפעראציע ווועט העלפֿן פארמינערן די ריזיקע פון אינפאקצייע נאכן אפעראציע.

איזידער העלטקער פראוויידערס ווועט איז געבן א פלאש פון 4% CHG סאלושען בי אינגער פון איזידער אפינטמענטס פארן אפעראציע. איז קענטע עס איז קויפֿן בי איזידער לאקאלע אפטיקן אן א פרעסקריפשן. שאווערט אדער באדט זיך מיט עס די נאכט פאר אדער אינדערפרי פון איזידער אפעראציע.

1. נוצט איזידער נארמאלו שעטפו צו וואשן איזידער האר. שווענקט גוט איזידער קאף.
2. נוצט איזידער נארמאלו זיך צו וואשן איזידער פנים אוון פריוויאטע ערטרער. שווענקט גוט איזידער

גוף מיט ווארעם וואסער.

3. עפענט די 4% CHG סאלושאן פלאש. גיסט אריין אביסל אין אייער האנט אדער א רייןע וואש טיכל. מישט עס נישט מיט וואסער.

4. ריקט זיר אוועק פונעם שאוווער שטראמ אדער שטייט אויף איינעם וואנע. ריבט די 4% CHG סאלושען לייכטערהיט איבער אייער גוף פון אייער האלדז ביז צו די פיס. ליגט עס נישט אויף אייער פנים אדער פריוויאטע ערטאער.

5. שוועקנט אפ די 4% CHG סאלושאן מיט ווארעם וואסער.

נאך אייער שאוווער אדער באד, טרייקענט זיר אפ מיט א רייןע האנטוור. טוט אן רייןע פידזשאמאס אדער קליידער. ליגט נישט קיין שום שמירעכץ, זאלב, דעדעראנט, מעיקאופ, פאודער, פארפום, אדער קאלאן.

Instructions for eating and drinking before your surgery

.Stop eating 8 hours before your arrival time •

Your healthcare provider may tell you to stop eating
earlier. If they do, follow their instructions

hours before your arrival time, do not eat or drink 8
anything except these clear liquids



.Water ◦

.Soda ◦

Clear juices, such as lemonade, apple, and cranberry
juices. Do not drink orange juice or juices with pulp

Black coffee or tea (without any type of milk or
(creamer

.[®]Sports drinks, such as Gatorade ◦

.[®]Gelatin, such as Jell-O ◦

You can keep having these until 2 hours before your
arrival time

אין דערפרוי, דען טאג פון אייער אפעראציע

אנטיזונגען פאר טרינקן אידער איער אפעראציע

אייר קענט טרינקן פארמולע, מאמעס מילך, אוון קלארע פלייסיגקייטן בייז האלבע נאכט. פאלגט אויס די אנטיזונגען אינעם טאול אונטן. אייר קענט פוצן איער ציין אוון נעמען איער מעדיצין מיט א קליען ביסל וואסער.

סארט פלייסיגקייט	ווען צו אויפהערן	ווען צו טרינקן
בעיבי פארמולע	הערט אויף טרינקען פארמולע 6 שעה פאר די צייט וואס איר דארפט אנקזומען.	• וויפיל מען וויל
מאמעס מילך	הערט אויף טרינקען מאמעס מילך 4 שעה פאר די צייט וואס איר דארפט אנקזומען.	• וויפיל מען וויל
קלארע פלייסיגקייטן אוויויז וואסער, פרוכט זאפט אן שטייקלער, געטראנקען מיט גאז, טי' אן מילך אוון קאווע אן מילך	הערט אויף טרינקען קלארע פלייסיגקייטן 2 שעה פאר די צייט וואס איר דארפט אנקזומען.	<ul style="list-style-type: none"> • 0 בייז 3 יאר אלט: בייז 4 אונסעס (120 מיליליטר) • 4 בייז 8 יאר אלט: בייז 6 אונסעס (180 מיליליטר) • 9 בייז 13 יאר אלט: בייז 8 אונסעס (240 מיליליטר) • 13 יאר אוון העכער: בייז 12 אונסעס (360 מיליליטר)

אנטיזונגען פאר טרינקן אידער איער אפעראציע

ענדיגט די קארבאהיידראיט געטראנק וואס איער העטלקער פראוויידער האט איר געגעבן **2 שעה** פאר די צייט וואס איר דארפט אנקזומען. איער העטלקער פראוויידער ווועט איר זאגן וויפיל צו טרינקען.



טרינקט גארנישט אין די לעצעט **2 שעה** אידער די צייט וואס איר דארפט אנקזומען. דאס שליסט אין פארמולע, מאמעס מילך, וואסער, אוון אנדערע קלארע פלייסיגקייטן.

נעמט איער מעדייצינען ווי געהיסן

א מיטגלאיד פון איער קעיר טיעם ווועט איר זאגן וועלכע מעדעציינען צו נעמען די צופרי פון איער אפעראציע. נעמט נאר די מעדעציינען מיט א שלינג וואסער. געוואנדן אויף וואס איר נעמט געווונליר, קען דאס זיין אלע, עטלייכע, אדער קיין אינע פון איער געווונליכע צופרי מעדעציינען.

אֵיר זָלֶט גַּעֲדָעַנְקָעַן דָּזִיקָעַ זָאָכָן

- אוייב איר טראגט קאנטאקט לענסעס, טראגט אנשטייט אייער ברילן. טראגן קאנטאקט לענדיעס בשעת אן אפעראציע קען שעדיין אייערע אויגן.
- איר זאלט נישט טראגן קיין מעתאלגע אביעקטען. נעמת אראפ אלע צירונגגען, אינשליסלער קערפער פיערסינטס. די געצייג וואס וווען גענוצט בשעת אייער אפעראציע קענען אפרבריען אויב זי רין אן אייזן.
- שמירט נישט קיין שמירעכץ, זאלבן, דעדעראנט, מעיקאף, פאודער, פארפום אדער קאלאן.

וואס צו ברענגן

- 1 באראיגונג ארטיקל (אוזווי א צודעך אדער בערעלע).
- 1 אדער 2 עלעקטראנייש דעוויסעס (אוזווי א סמארטפאון, טאבלט, אדער MP3) און זייער טשאדרזשער(ס).
- אלע מעדיצין וואס איר נעמת, אריינגערכנט פרעסקריפשן און איבער-די-קאנטער מעדיצינען, סופלעמענטס, פטעשעס, און שמירעכץן.
- אייער אינסענטיוו ספירהמעטער, אויב איר האט איינס.
- אייער העלטקייר פראקסி בויגן און אנדער אווואנסירטע אנווייזונגגען, אויב איר האט זי אויסגעפולט.
- דעם וועגוייזער. אייער קעיר טיעם ווועט עס נוצן איר צו אויסלערנען זיאזוי צו קuir געמען פון זיך נאכן אפעראציע.

איינמאַל אֵיר זענַט אַין שְׁפִיטָאַל

ווען איר קומט אַין שְׁפִיטָאַל, נעמת די **B** עלעוויטאר צו די 9טע שטאק. שריבט זיך אַין בַּיִם טישל אַין די PSC ווֹאַרט צִימָעָר.

פַּיל שְׁטָבָּא מִיטְגָּלִידָעָר וּוְעָלָן אֵיר בְּעָטָן צו זָאָגָן אוֹן אַוְיסְהָרִיבָן אֵיר נָאָמָעָן אוֹן גַּעֲבָוָרטָס דָּאָטָוּמָן. דָּאָס אִיז פָּאָר אֵיר זִיכְעָרְקִיתָ. מַעֲנְטָשָׁן מִיטָּדִי זַעֲלָבָע אַדָּעָר עַנְדְּלִיכָּעָן נָאָמָעָן קָעָנָעָן הָאָבָן אַן אָפָעָרָאַצְיָע אַין די זַעֲלָבָע טָאגָן.

ווען עס אִיז צִיְּטָ פָּאָר אֵיר אָפָעָרָאַצְיָע, ווּוְעָט אֵיר באַקּוּמָעָן אַ שְׁפִיטָאַל קְלִיָּד, רָאָקָן, אוֹן זָאָקָן צו טְרָאָגָן.

Meet with a nurse

You'll meet with a nurse before surgery. Tell them the dose of any medicines you took after midnight (12 a.m.) and the time you took them. Make sure to include prescription and over-the-counter medicines, patches, and creams.

Your nurse may place an intravenous (IV) line in one of your veins, usually in your arm or hand. If your nurse does not place the IV, your anesthesiologist (A-nes-THEE-zee-AH-loh-jist) will do it in the operating room.

טרעפט זיר מיט אן אונעסטיזיאלעדזישיסט

אир ווועט זיר אויר טרעפן מיט אן אונעסטיזיאלעדזישיסט פארן אפעראציע. זי ווועלן:

- איבערשמעסן אײַער מעדעציינישע פארגאנגענהייט מיט אײַר.
- אײַר פרעגן אויב איר האט געהאט פראבלעמען מיט אונעסטיזיע אין די פארגאנגענהייט. דאס רעכנט אריין איבולונג (געלפלון פון ברעכן) אדער וויטאג.
- רעדן מיט אײַר ווועגן אײַער באקווומיליכקייט אונ זיכערהייט בשעת אײַער אפעראציע.
- רעדן מיט אײַר ווועגן די סארט אונעסטיזיע איר ווועט באקומען.
- ענטפערן פראגעס וואס איר האט ווועגן אונעסטיזיע.

מאכט זיר גרייט פאר אײַער אפעראציע

ווען עס איז צייט פאר אײַער אפעראציע, ווועט איר אדער אריינשפאצ'ירן אינעם אפעראציע צימער, אדער ווועט א שטאָב מיטגלידער אײַר אריינפֿירן אויף א סטרעטשער. א מיטגלידער פונעם אפעראציע צימער טיעם ווועט אײַר העלפֿן אַרְבִּיגְּרִין צום אפערירן בעטל.

איינמאָל איר זענט באקווום, ווועט אײַער אונעסטיזיאלעדזישיסט אײַר געבן אונעסטיזיע אונ איר ווועט אַינְשַׁלָּףֵן. איר ווועט אויר באקומען פְּלִיסְיְקִיטִין דורך אײַער אַרְיְנְגַּעְלִיגְּט פֿאַרט, CVC, אדער IV לִיְּן דּוֹרְכָּאוֹס אונ נאָך אײַער אפעראציע.

בשעת אײַער אפעראציע

נאָך איר זענט אַינְגָּאנְצֵן אַנְטְּשָׁלָּףֵן, ווועט אַנְטְּשָׁלָּףֵן טּוֹאָב וווען אַרְיְנְגַּעְלִיגְּט אַיְר צוֹ העלפֿן אַטְעָמָעָן. מען ווועט אויר אַרְיְנְלִיגְּן אַוְרִינְעָרִי (Foley) קָאַטְעָטָעָר צוֹ אַרְיְסָנְעָמָעָן ווּאַסְעָר פֿוֹן אַיְעָר בְּלָעְדָּעָר.

איינמאָל אײַער אפעראציע איז פְּאַרְעַנְדִּיגְּט, ווועלן אײַער שְׁנִית(ז) וווען פְּאַרְמָאַכְּט מיט סְוֶטְשָׁוָּס (סְטִיטְשָׁעָס), אַדְעָר TM Steri-Strips (סִירּוֹגִישׁע קְלֻעְבָּעָץ), אַדְעָר Dermabond (דִּינְעָה שְׁטִיקְלָעָר).

פונ כירורגיישע טעיף). זי וווען אויר וווען באדיעקט מיט א דראסינג.

נאך אײַער טא֬ראָק אָזְבָּד אַמִּינָּאל אָפְּעָרָאַצְּיָע

די אַינְפָּאַרְמָאַצְּיָע אֵין דעם טִיל ווועט אַיִּיר זָגָן ווֹאָס צָו עֲרוֹוָאַרְטָן נָאָך אַיִּער אָפְּעָרָאַצְּיָע, סִי
בְּשֻׁתְּ אַיִּער שְׁפִיטָאָל פָּאַרְוּוַיְלוֹנְג אָוּן נָאָך אַיִּיר פָּאַרְלָאָזֶט דַּעַם שְׁפִיטָאָל. אַיִּיר ווועט לְעָרְנָעָן
וּוְיאָזוּן זִיר צָו אַוִּיסְהָיְלָן פּוֹן אַיִּער אָפְּעָרָאַצְּיָע זִיכְעָרָהִיט.

וּוֹעֵן אַיִּיר לִיְנַט אַדְוָרָך דַּעַם טִיל, שְׁרִיבָּט אַרְאָפְּ סִי ווּעַלְכָּעַ פְּרָאָגָעָס ווֹאָס אַיִּיר ווּילָט פְּרָעָגָן
אַיִּער הַעַלְטָקָעִיר פְּרָאַוְוִידָעָר.

In the Pediatric Intensive Care Unit (PICU) or Post-(Anesthesia Care Unit (PACU)

When you wake up after your surgery, you'll be in the PICU or PACU. If you're in the PACU, a staff member will bring you to the PICU as soon as a .bed is ready

A nurse will be keeping track of your temperature, pulse, blood pressure, and oxygen levels. You may still have a breathing tube. If you don't, you may get oxygen through a thin tube that rests below your nose or a mask that .covers your nose and mouth

מעְדִיצִינָעַ פָּאָר ווּוִיטָאָג

בָּאָלָד נָאָך אַיִּער אָפְּעָרָאַצְּיָע, ווֹעֵט אַיִּיר אוֹיר בָּאָקוּמוּן IV ווּוִיטָאָג מַעְדִּיצִין דָּוָרָךְ אַיִּער אַרְיְנְגָעְלִיְגְּנָטָע פָּאָרָט, CVC, אַדְוָר אַינְטְּרָעְוִוִּינָס לְיִינְס. אַיִּיר ווֹעֵט מַעְגָּלִיךְ בָּאָקוּמוּן עַקְסְטָעָרָע
וּוִיטָאָג מַעְדִּיצִין דָּוָרָךְ אָן עַפְּיְדוּרָעָל קָאָטָעָטָעָר אַדְוָר פָּעָרִיפָּעָרָעָל נָעָרָוּ קָאָטָעָטָעָר (נָעָרָוּן
בְּלָאָקְ). זָאָגָט פָּאָר אַיְנָעָר פּוֹן אַיִּער הַעַלְטָקָעִיר פְּרָאַוְוִידָעָר אַוְבָּאָיִיר ווּוִיטָאָג אִיז נִשְׁתַּחַת
קָאָנְטָרָאַלִּירָט.

אַיִּיר ווֹעֵט קָעָנָעַן קָאָנְטָרָאַלִּירָט אַיִּיר ווּוִיטָאָג מַעְדִּיצִין דָּוָרָךְ נַצְּחָן אַקְנְעָפָל אַנְגָּעָרָופָן אַ
פָּאָצִיעָנְט-קָאָנְטָרָאַלִּירָט אַנְגָּעָסִיָּע (PCA - Patient-controlled analgesia (PCA) דָעָוָוִיסָס.
פָּאָר מַעַר אַינְפָּאַרְמָאַצְּיָע, לִיְנַט דַּעַם רַעֲסָוָרָס (Patient-Controlled Analgesia (PCA) (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca).

טוֹאָבָס אָוּן דְּרָעִינָס

איך ווועט האבן 1 אדער מעיר פון די פאלגנדע טואבס אונ דרعينס נאר איער אפעראציע. איער קער טיעם ווועט איר זאגן וואס צו ערווארטן.

- א ברוסטקאסטן טואב. דאס ווועט העלפן ארוייסציגן לופט אונ פלייסיגקיט פון די פלאז ארכום איער לונג.
- בויר דרuin. דאס ווועט העלפן איז פלייסיגקיט פון איער בויר זאל ארוייסרינען. זי וועלן ארוייסקהומען פון איער שנוט אונ זיין ארײַנְגָּעָנִיט צו בלײַבָּן אֵין פלאז.
- אן עסן טואב (פידינג טואב). דאס ווועט וווען גענוצט איר צו געבן ערנעונג.
- אן אטעמען טואב. דאס ווועט איר העלפן אטעמען.
- אן אטעמען ליניע. דאס ווועט מעסטען איער בלוט דראָק.
- א יוריינער קאטעטער. דאס ווועט ארוייספּֿרּֿוּן יוריּן פון איער בלעדער. דאס העלפט איער קער טיעם האלטן חשבוּן פון וויפּֿילּֿוּן איר מאָכָּט.

איער העלטקייר פראֹוּיְּדָּרָּס וועלן נעמען קער פון איער טואב אונ דרعينס ווען איר זענט אין שפיטאל. רוב מענטשן האבן נישט קיין טואב אונ דרعينס ווען זי זענען גרייט צו אהימגין פון שפיטאל. אויב איר ווועט נאר האבן א טואב אדער דרuin ווען איר פאָרְלָאָזֶט דעם שפיטאל, וועלן איער העלטקייר פראֹוּיְּדָּרָּס איר וויאַזְּן וויאַזְּן צו קער נעמַען דערפּֿוּן אַינְדָּעָרָהָיִם. זי וועלן אויר זיכער מאָכָּן אֵץ איר האט די געציג וואס איר דארפּֿט.

פִּזְיָשׁ טֻרָּאָפִּיעַ אֵן אֲקִיּוּפְּעִישָׁאָנוּל טֻרָּאָפִּיעַ

אויב איר דארפּֿט הילְּפּֿ זיך צו ריקן, קריּיקן, וואָקָן, שפּֿילְּן, אדער טוען זעלבָּסְטָּ-קָער פּֿלִיכְּטָּן נאר איער אפעראציע, ווועט א פּֿיזְּקָעָל טֻרָּאָפִּיסְטָּ (PT) אדער אֲקִיּוּפְּעִישָׁאָנוּל טֻרָּאָפִּיסְטָּ (TO) אדער בִּידָּע מְעָגָן אֵיר באָזָּקָן.

- איער PT קען איר העלפן זיך באָוועגן אונ פונקציינירן בעסער נאר איער אפעראציע. זי וועלן איר העלפן צוריק באָקָומָעָן די כוחות, באָלאָנס, אונ קאָאָרְדִּינָאָצִיעָ וואס איר דארפּֿט צו טוען זאָקָן ווּ קְרִיכְּקָן, שפּֿאָצְּרָן, גִּינְּ שְׂטִיגְּן, שפּֿילְּן, אדער שפּֿילְּן סְפָּאָרָטָּס.
- איער TO קען איר העלפן פָּאָרְבָּעָסְטָּרָן סְקִילָּס וואס איר דארפּֿט צו טוען ווּיכְּתִּיגְּעַ טָאָגָן טָעָגְּלִיכְּעַ אַקְטִיוּוּיטָעָטָן. זי וועלן איר העלפן אויב עס איז איר שְׂוּעוּר צו קער נעמַען פון זיך (למשל זיך אַנְטוּעָן אונ פּוֹצְּן די צִיּוּן), שפּֿילְּן אַקְטִיוּוּיטָעָטָן, אדער סְקִילָּס וואס איר דארפּֿט פָּאָר שְׂוּלָּע אדער אַרְבָּעָט.

איער PT און TO וועלן רעדן מיט איר איבער ווּ אַפְּט אֵיר ווועט האבן פִּזְיָשׁ טֻרָּאָפִּיעַ, אֲקִיּוּפְּעִישָׁאָנוּל טֻרָּאָפִּיעַ, אדער בִּידָּע. פָּאָר מעָר אַינְפָּאָרְמָאָצִיעָ, לִינְט דָּעַם רַעֲסָאָרָס

אריבערגין צו אײַעֶר שפֿיטאָל צִימָעָר

וּ לְאַנְג אַיְר וּוּעַט בְּלֵיבָן אִינְעָם PICU וּוּנְדָט זִיר אֹוִיף וּוּיאָזוּי אַיְר פִּילְט. רֹוב מֻעְנְטָשָׁן בְּלֵיבָן פָּאַר 1 בִּז 2 טָעַג. אַיְר וּוּעַט בְּלֵיבָן אֵין דַי PICU בִּז:

- אַיְעֶר אַטְעַמְּעָן טָוָב אָז אֲדָעָר לִנְיָעָן וּוּעָרָן אַרְוִיסְגָּעָנוּמָעָן, אַוְיב אַיְר הָאָט גַּעַהָאָט.
- אַיְר קָעָנָט אַרְוִיסְקָוּמָעָן פּוֹן בָּעַט אָז אַבְּיָסָל אַרְוָמְגָיִן.
- אַיְר קָעָנָט טָוָעָן אַטְעַמְּעָן עַקְסָעָרְסִיְז (אַזְוּיוּי נָוְצָן אַיְעֶר אַינְסָעָנְטִיְוּ סְפִּירָאָמְעָטָעָר אֲדָעָר פִּינְוּוֹיל).
- אַיְעֶר וּוּיְטָעַל סִינְס זָעָנָעָן אֵין אֲגָוטָע גָּמָעָ.

אַיְנְמָאָל אַיְר זָעָנָט גְּרִיטִיט, וּוּעַט אֲשָׁתָּאָב מִיטְגְּלִידָעָר אַיְר נָעַמָּעָן צו אַיְעֶר אַינְפָּאַצְּיָעָנָט שְׁפֿיטָאָל צִימָעָר.

אֵין אַיְעֶר שְׁפֿיטָאָל צִימָעָר

וּ לְאַנְג אַיְר וּוּעַט בְּלֵיבָן אֵין שְׁפֿיטָאָל נָאָר אַיְעֶר אַפְּעָרָאַצְּיָע וּוּנְדָט זִיר אֹוִיף אַיְעֶר עַרְהַוְילָוָג אָז אַיְעֶר אַינְדְּיוּידָוָעָלָעָ בְּאַהֲנְדָלוָג פְּלָאָן. אַיְעֶר קָעָיר טִיעָם וּוּעַט אַיְר זָאגָן וּוּאָס צו עַרְוּוֹאָרְטָן.

וּעַן אַיְר וּוּרְט גַּעַנְוּמָעָן צו אַיְעֶר שְׁפֿיטָאָל צִימָעָר, וּוּעַט אַיְר זִיר טְרָעָפָן מִיט אַיְנְעָר פּוֹן דַי נָוְרָסָעָס וּוּאָס וּוּעָלָן זִיר אַפְּגָעָבָן מִיט אַיְר וּעַן אַיְר זָעָנָט אֵין שְׁפֿיטָאָל. דָעָרוֹוִיל וּוּאָס אַיְר זָעָנָט אֵין שְׁפֿיטָאָל, וּוּעָלָן אַיְעֶר הַעֲלַטְקָעִיר פְּרָאוֹוִיְדָעָרָס אַיְר אַוְיסְלָעָרָנָעָן וּוּיאָזוּי צו נָעַמָּעָן קָעָיר פּוֹן זִיר אַלְיָין בְּשָׁעַת אַיְר עַרְהַוְילָט זִיר פּוֹן אַיְעֶר אַפְּעָרָאַצְּיָע.

אַיְר קָעָנָט זִיר הַעֲלָפָן אַוְיסְהַיְילָן שְׁנָעַלְעָר דּוֹרָךְ טָוָעָן דַי פָּאַלְגָּנְדָע זָאָכָן:

- **ליַין אַיְעֶר אַוְיסְהַיְילָוג פְּלָאָן.** אַיְעֶר הַעֲלַטְקָעִיר פְּרָאוֹוִיְדָעָר וּוּעַט אַיְר גָּעָבָן אֲפָלָאָן מִיט צִילָן פָּאָר אַיְעֶר עַרְהַוְילָוָג אַוְיב אַיְר הָאָט נָאָכְנִישָׁת. עָס וּוּעַט אַיְר הַעֲלָפָן וּוּיסָן וּוּאָס צו טָוָעָן אָז וּוּאָס צו עַרְוּוֹאָרְטָן יְעַדְעָ טָג בְּשָׁעַת אַיְעֶר אַוְיסְהַיְילָוג.
- **הַוִּיבְט אֲז זִיר אַרְוָם רִיקָן וּוּבָאַלְד אַיְר קָעָנָט.** וּי פְּרִיעָר אַיְר קָוָמָט אַרְוָיס פּוֹן בָּעַט אָז רִיקָט זִיר, קְרִיכָט, אֲדָעָר שְׁפָאַצְּיָרָט, אַלְס שְׁנָעַלְעָר וּוּעַט אַיְר קָעָנָעָן צְרוּקָגִיָּן צו אַיְעֶר גַּעַוְעַנְטָלִיכָע אַקְטִיוּוּיטָעָטָן.
- **אַרְבָּעַט אָוִיס אַיְעָרָע לְוָנְגָעָן.** נָצַט אַיְעֶר אַינְסָעָנְטִיְוּ סְפִּירָאָמְעָטָעָר אֲדָעָר פִּינְוּוֹיל צו

העלפן אײַערע לונגגען זיך אַנְפּוֹלָן אַינְגָאנֶצָן. דאס העלפן פֿאַרְמִידֵן נִיּוֹמָאַנְיָע (לונגגען אַינְפּעַקְצִיעַ).

- **אַיבּוֹנְגָעַן פֿאַר אַיְעָר קֻרְפָּעַר.** אַיְעָר פֿיַזְיַיקָל אָוֹן אַקְיוֹפּעַשָּׁאַנְגָּעַל טַעֲרָאָפִיסָן וּוּלְן אַיְעָר אַוְיסְלָעָרְבָּעַן אַקְטִיוֹוּטָעַן אָוֹן אַיבּוֹנְגָעַן אַיְעָר צַו הַעַלְפָן וּוּרְעַן שְׁטַעַרְקָעַר.

אייר קענטט נוצן אַיְעָר MyMSK צִילְן צָום דִּיסְטָשָׁאָרְדָּשׁ טַשְׁעָקְ-לִיסְטָ צַו נַאֲכָגִין אַיְעָר פֿאַרְשָׁרִיט דָּוּרְכָּאִיס עַרְהַוְילָונְג. פֿאַר מַעַר אַינְפּאַרְמָאַצִּיעַ, לִינְטְּ דָעַם רִיסְאוֹרָס *Frequently Asked Questions About the MyMSK Goals to Discharge Checklist* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mymsk-goals-discharge-checklist).

אַיְעָר קֻעְיָר טִיעַם וּוּעַט אַיְעָר הַאלְטָן חַשְׁבָּוֹן פֿוֹן וּוּפִילְ פֿלִיסְיַגְקִיטְ דְּרַעְיִנְיָג פֿוֹן אַיְעָר טַשְׁעַסְטָ טַוָּב אָוֹן בּוֹירְ טַוָּב. אַיְנְמָאַל עַס אַיְזָ גַּעַנְגָּו וּוּינְגָּו וּוּלְן זַיְ אַרְוִיסְנָעָמָעָן דִּי טַוָּב אַדְעָר דְּרַעְיָן.

מענְדָּזְשָׁן אַיְעָר וּוּיְטָאג

אייר וּוּעַט האַבָּן אַבְּיסָל וּוּיְטָאג נַאֲך אַיְעָר אַפְּעַרְאַצִּיעַ. אַיְעָר הַעַלְטָקָעָר פֿרָאַוְוִידָעָר וּוּעַט מַאֲכָן אַוּיְטָאג פֿלָאַן פֿאַר אַיְר אַז אַיְר זָאַלְט זַיְן וּוּי באַקְוּוּעָם מַעְגָּלִיר.

- אַיְר וּוּעַט באַקְוּמָעָן אַז אַפְּיאָוד (אוֹיר אַנְגָּעָרוֹפָן נַאֲרָקָאַטִּיג) וּוּיְטָאג מַעְדִּיצִין פֿאַר אַקְרַצְעַ צִיְּטָ צַו באַהֲנְדָלָעָן דִּי וּוּיְטָאג פֿוֹן אַיְעָר אַפְּעַרְאַצִּיעַ. אַיְר וּוּעַט באַקְוּמָעָן דִּי נִידְרִיגְסְטָעַ דָּאָזָע אָוֹן עַס נַעַמְעָן פֿאַר דִּי קַוְרְצָטָעַ גַּעֲבָרְוִיכְטָעַ צִיְּטָ.
- אַיְר וּוּעַט באַקְוּמָעָן עַטְלִיכָע אַנְדָעָרָע סָאָרְטָן וּוּיְטָאג מַעְדִּיצִין צַו מַאֲכָן זִיכָעָר אַיְר זַעַנְטָ באַקְוּוּעָם אָוֹן אַז אַיְר זָאַלְט קַעַנְגָעָן נַעַמְעָן וּוּינְגָעָר פֿוֹן דִּי אַפְּיאָוד מַעְדִּיצִין.
- אַיְר וּוּעַט באַקְוּמָעָן אַז אַיְר זָאַלְט קַעַנְגָעָן נַעַמְעָן וּוּינְגָעָר פֿוֹן דִּי אַפְּיאָוד מַעְדִּיצִין.

די פֿידְיַעַטְרִיךְ וּוּיְטָאג אָוֹן פֿאַלְיַאְטָ� קֻעְיָר טִיעַם אָוֹן אַיְעָר אַנְעַסְטִיזְיאַלְאַדְזִישִׁיסְט וּוּלְן רַעַד מִיט אַיְר וּוּגָן אַיְעָר וּוּיְטָאג פֿלָאַן אָוֹן עַנְטָפָעָר אַיְעָר פֿרָאַגָּעָס.

אַיְעָר הַעַלְטָקָעָר פֿרָאַוְוִידָעָרָס וּוּלְן אַיְר באַזְוָן יְעַדְן טָאג צַו מַאֲכָן זִיכָעָר אַיְעָר וּוּיְטָאג אַז גּוֹט קַאְנְטָרָאַלִּירָט וּוּיְטָאג אַז מַעְגָּלִיר. זָאַגְט פֿאַר אַיְנָעָר פֿוֹן אַיְעָר הַעַלְטָקָעָר פֿרָאַוְוִידָעָרָס אַוְיב אַיְר הַאֲט וּוּיְטָאג. עַס אַיְזָ וּוּיכְטִיגָּ צַו קַאְנְטָרָאַלִּירָן אַיְעָר וּוּיְטָאג אַז אַיְר זָאַלְט קַעַנְגָעָן טַוָּעָן אַיְעָר אַטְעַמְעָן אַבּוֹנְגָעָן אָוֹן זַיְ אַרְוּמְרִיךְן. קַאְנְטָרָאַלִּירָן אַיְעָר וּוּיְטָאג וּוּעַט אַיְר הַעַלְפָן זַיְ עַרְהַוְילָן בעסְעָר.

אייר וּוּעַט באַקְוּמָעָן אַפְּרָעָסְקְרִיפְשָׁאַן פֿאַר וּוּיְטָאג מַעְדִּיצִין צַו נַעַמְעָן מִיט דִּי מַוְיל (וּוּיְטָאג

معدיצין וואס איר שלינגט) אידער איר פארלאזט דעם שפיטאל. רעדט מיט איער העתקער
פראוויידער וועגן מעגליכע זיטיגע אפקטן אוון ווען צו אנהייבן אריבערגין צו איבער-די-
קאנטער וויטאג מעדיצין. ברונגט איער פרעסקריפשאן וויטאג מעדיצין מיט זיך צו איער
פאלאו-אף באזוז אינעם קליניק.

מענדיזש'ען איער וויטאג דורך אינטגרעיטיוו מעדיצין

אונזער אינטגרעיטיוו מעדיצין ספוציאלייטן קענען איר העלפן אויב איר האט וויטאג נאר
אייער אפעראציע. מיר קענען איר העלפן פרابرין מיינדפולנעם אוון מעדייטישאן דורך
אטעמען עקסערסיזעס, מיינדפול ריקן, אוון נוצן גידוד אימעדזער (אנגעפירותע
פארשטעלן). מסאזרט טעכניין אוון מוזיק טעראפייע קענען אויר מאכן מער באקוועם.
ארומשיילן דורך טאנצן קען טוישן איער געמייט אוון אוועקנעם די מחשבות פון די וויטאג.
אויב איר זענט אינטרעסיט צו מענדיזשען איער וויטאג דורך אינטגרעיטיוו מעדיצין, קענט
איר בעטן א מיטגילדער פון איער טיעם פאר אן אינטגרעיטיוו מעדיצין קאנסולט.

זיך ריקן אוון שפאצ'ין

זיך אرومריין אוון שפאצ'ין העלפן נידערן איער ריזיקע פאר בלוט קלאטס אוון ניוםאניע עס
וועט איר אויר העלפן אנהייבן אroiסגעבן גاز אוון גיין אין בית הכסא (גדולים) נאכאמאל. איר
וועט דארפן גיין אין בית הכסא (גדולים) פאר איר וווערט דיסטשאראדזשט פון שפיטאל.

איר קענט זיך ארוםריין דורך גיין צום סינק אדער בית הכסא אדער ארום די יוניט. איער נורס,
פיזיקעל טעראפיקט, אדער אקיופיעשאנעל טעראפיקט וועט איר העלפן זיך ארוםריין, אויב
עס פעלט אויס. איר קענט אויר באקומוון מיינדפול ריקן טעראפיקט, איזוו טאנצן טעראפיקט,
טי טשי, אוון יאוגע, זענען אויר אוועילאלבל. אויב איר זענט אינטרעסיט אין מיינדפול ריקן
טעראפיקט, קענט איר בעטן א מיטגילדער פון איער קען טיעם פאר אן אינטגרעיטיוו
معدיצין קאנסולט.

אויסארבעטן איער לונגגען

עס איז וויכטיג צו אויסארבעטן איער לונגגען איז זיך זאלן זיך אינגןאנצן אויפבלאון. דאס העלפט
פֿאַרְמִידָן נוּמָאַנְיָע.

- נוצץ איער אינסענטיוו ספיראמעטער אדער פינוקיל 10 מל יעדע שעה וואס איר זענט
אויף. פאר מער אינפארמאציע, לינט Spirometer, *How To Use Your Incentive Spirometer*
www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer.

- הוסט אוון מאקט טיפע אטעמען איבונגגען. א מיטגילדער פון איער קען טיעם וועט איר
ויזן וויזן. עס איז גוט צו טווען די איבונגגען קורץ נאכן געמען איער וויטאג מעדיצין. עס

קען העלפֿן צו האלטן אײַער קישן איבער אײַער שנייט בשעת איר טוט עס.

איינע פון MSK'ס אינטערגרעיטיזו מעדיצין פראואֹידערס קענען אײַר אויר העלפֿן אויסאָרבעטען אײַערע לונגען דורך אײַר באָגְליַיטן מיט אײַער אַטְעַמְעַן טעכניַקן אַדער מעדיצין.

עסן אָונ טְרִינְקֶע

אַיר ווועט גָּארְנִישֶׁט קענען עסן אַדער טְרִינְקֶן פָּאָרְ כָּאָטְשׁ 3 טָעַג נָאָךְ אַיר אַפְּעָרָאַצְיָע. אַיר ווועט באָקּוּמָעַן אלְעַ אַיר עֲרֵנְעַרְוָנְגֶג פָּוֹן פְּלִיסְגֶּעָ פָּאָרְמְוָלָעָ דָּורך אַיר פִּידְיָנְג טָוָב. דָּער פָּאָרְמְוָלָע אִזְגְּרִינְג פָּאָרְ אַיר גּוֹף צוֹ פָּאָרְדִּיְעַן אָונְ אַיְנְזָאָפָּן. עַס האָט אלְעַ נּוֹטְרִיעַנְטָס ווּאָס אַיר גּוֹף דָּאָרָף.

פִּידְיָנְג טָוָב נָאָךְ אַנְ אַפְּעָרָאַצְיָע

אַיר טָוָב פִּידְיָנְג רָאָטָע אִזְדִּי צָאָל פָּאָרְמְוָלָע ווּאָס אַיר ווועט באָקּוּמָעַן דָּורך אַיר פִּידְיָנְג טָוָב יְעַדְעַ שָׁעה. עַס ווּעָרְטַ גַּעַמְאָסְטָן אַיְן מִילִימִיטָעָרָס (Lm) פָּעָר שָׁעה.

אַיר צִיל פִּידְיָנְג סְקָעְדִּיּוֹל אִזְדִּי טָוָב פִּידְיָנְג רָאָטָע אָונְדִּי צָאָל שָׁעוֹת ווּאָס גַּעַבְטַ אַיר דִּי רִיכְטִיגְעַ צָאָל קָאָלָאָרִיעָס, פְּרָאָטִיעָן, אָונְ פְּלִיסְגֶּקְיִיטָן.

אַיר אַינְפָאַצְיָעָנְטָן MSK קִידְסָ דִּיעַטְיִישָׁאָן ווּעַט אַוְיסְרַעְכְּנָעָעָן אַיר צִיל פִּידְיָנְג סְקָעְדִּיּוֹל בָּאָזִירָת אָוִיפָּן וְהַוֵּיר אַיר זָעַנְטָ אָונְ וְוִיפְּלִיל אַיר ווּעַגְטַן. אַיְן אַנְהָוִיב, ווּעַט אַיר האָבָן אַנְדְּרִיגְעַ טָוָב פִּידְיָנְג רָאָטָע. אַיר טָוָב פִּידְיָנְג רָאָטָע ווּעַט צּוּבִּסְלָעָרָ פָּאָרְהָעַכְעָרָט ווּעַרְן צוֹ אַיר צִיל רָאָטָע אַדער סְקָעְדִּיּוֹל.

אַיר קָעַנְטַ נָאָךְ באָקּוּמָעַן אַבְּיסָל עֲרֵנְעַרְוָנְג פָּוֹנוּם פִּידְיָנְג טָוָב ווּעַן אַיר ווּעָרְטַ דִּיסְטְּשָׁאָרְדְּזָשָׁט פָּוֹן שְׁפִּיטָאָל. אָוִיב אָזְזִי, ווּעַט אַיר אַינְפָאַצְיָעָנְטָן MSK קִידְסָ דִּיעַטְיִישָׁאָן נּוֹטְרִישָׁאַנִּיסָּט זָגָן פָּאָר אַיר קָעִיסָּ מְעֻנְעַדְזָשָׁעָר ווּעַלְכָּעָרָ פָּאָרְמְוָלָעָ אָונְ גַּעַצְיָג אַיר דָּאָרְפָּטָהָבָן אַנְדְּעָרָהָיִם. אַיר קָעִיסָּ מְעֻנְעַדְזָשָׁעָר ווּעַט אַרְבָּעָטָן מִיטָּאָהָוָם קְעִירָ פִּירְמָעָ צוֹ שִׁיקָּן אַיר טָוָב פִּידְיָנְג פָּאָרְמְוָלָעָ אָונְ גַּעַצְיָג צוֹ אַיר שְׁטוּב.

אָוִיב אַיר ווּעַט האָבָן טָוָב פִּידְיָנְגָס נָאָךְ דִּיסְטְּשָׁאָרְדְּזָשָׁט, ווּעַט אַיר זִיךְרָ לְעַרְנָעָן ווְיאָזִי צוֹ נָצָן אַיר טָוָב פִּידְיָנְג פָּאָמָפָּן ווּעַן אַיר זָעַנְטָ נָאָךְ אַיְן שְׁפִּיטָאָל. מָאָכָט זִיכְעָרָ אַיר זָעַנְטָ באָקּוּמָעַן מִיטָּאָהָוָם נָצָן פָּאָר אַיר ווּעָרְטַ דִּיסְטְּשָׁאָרְדְּזָשָׁט.

עסְנָאָכְן אַפְּעָרָאַצְיָע

אַיר אַפְּעָרָאַצְיָע טִיעָם ווּעַט אַיר זִאגְן ווּעַן אַיר קָעַנְטַ אַנְהָוִיבָן עַסְן אָונְ טְרִינְקֶן. דָּאָס אִז גַּעַוְוָעַנְטָלִיךְ עַטְלִיכָּעָרָ טָעַג נָאָכְן אַפְּעָרָאַצְיָע. אַיְן אַנְהָוִיב ווּעַט אַיר נָאָר טְרִינְקֶן פְּלִיסְגֶּקְיִיטָן. דָּעַרְנָאָכְן ווּעַט אַיר צּוּבִּסְלָעָרָ אַנְהָוִיבָן עַסְן סָאָלִיךְ עַסְן ווּעַן אַיר קָעַנְטַ שְׁוִין אַרְיְנְגָנְעָמָעָן מָעָרָ.

אייער אינפאצינט MSK קידס דיעטישאן וועט זיר טרעפַן מיט אויר צו רעדן וועגן וועלכע עסנווארג צו ארינליגן איינאייער דיעטע נאכן אפעראציע. עס איז די בעסטע צו אויסוועלאן עסנווארג מיט אסאך פראטיען איז אייער גוף זאל האבן די נוטריינטן וואס עס דארף זיר צו ערהיילן נאכן אפעראציע. איינמאל אויר הוייט אן צו עסן מער סאליד עסנווארג, וועט אייער אינפאצינט MSK קידס דיעטישאן רעדן מיט אויר. אויר וועט מאכן ארײַגעמען צילן און רעדן וועגן וויפיל קאלארייס צו עסן צו נידערן אייער טואב פידס.

זיר ספראווען מיט טוישונגען ביימ גיין אין בית הכלא

טייל מענטשן האבן דייער (שלשול - לוייע אדער וואסעריגע אפפאל) ווען זי' זענען אי שפיטאל נאך אן אפעראציע. אויב דאס פאסירט צו אויר, וועט אייער קעירות טיעם אויר העלפן זיר ספראון דערמיט.

שאועערן

וואשט אייער פנים, פוצט די ציין, און טוישט אייער קלידער יעדן טאג. זאגט פאר אינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס אויב אויר דארפט הילפַּ דערמיט.

אויר וועט זיר קענען שאועערן מיט הילפַּ 48 שעה (2 טאג) נאך אייער לעצטע טואב אדער דרעין ווערט ארויסגענומען.

באקומען כעמאטעראפייע

אויב אויר באקומט כעמאטעראפייע אלס טייל פון אייער קענסער באהאנדלונג, קען זי' איז אויר וועט האבן א כעמאטעראפייע טרייטמענט ווען אויר זענט און שפיטאל. אייער קעירות טיעם וועט רעדן מיט אויר איבער וואס צו ערווארטן. אויב אייער קעירות טיעם פון פריער באונעט זיר מיט אייער כעמאטעראפייע, וועט אייער MSK טיעם ארבעטען מיט זי' צו פלאנירן און מענדזשן אייער טרייטמענט.

פארלאזן דעם שפיטאל

ווען עס איז צייט צו פארלאזן די שפיטאל, וועט אייער שנייט שוין האבן אングעהויבן זיר צו אויסהיילן. פאר אויר פארלאזט די שפיטאל, קוקט אויף אייער שנייט מיט אייער קעירגעבער און אינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס. וויסן וויאזוי עס זעהט אויב וועט אויר העלפן באמערkan ס"י וועלכע טוישונגען שפערטער.

פאר אויר ווערט דיסטשרדזט, וועט אייער העלטקעיר פראוויידער שריבן אייער דיסטשרדזט באפעל און פרעסקריפשאנס. אויר וועט אויר באקומען שריפטליך דיסטשרדזש אנוויזונגען. אינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס וועט איבערגיין די אנוויזונגען מיט אויר.

אין דעם הים

אויספולן אײַער רעקאָווערי טרעהָער

מיר ווילן וויסן וויאזוי איר שפירת זיך נאך איר פארלאזט דעם שפיטאל. אונז צו העלפן קעירות פאר אײַר, ווועלן מיר אײַר שיקון פראגעס צו אײַער MyMSK אַקָּוֹנְט. מיר ווועלן עס שיקון יעדן טאג פאר 10 טאג נאך וואס אײַר וווערט אַרְיִסְגָּעָלָזֶט. די' פראגעס וווערן אַנגָעָרוֹפָן אײַער רעקאָווערי טרעהָער.

פִּילְט אָוִס אײַער רעקאָווערי טרעהָער יעדן טאג אַיְדָעָר האַלְבָּנָאָכֶט (12:00 am). עס נעמט בלויז 2 צו 3 מינוט צו אויספולן. אַיעָרָע ענטפֿערָס צו די' פראגעס ווועלן אונז העלפן פָּאַרְשָׁטִין וויאזוי איר שפירת זיך און וואס אײַר ברויכט.

באזרט אָוִיף אַיעָרָע ענטפֿערָס, ווועלן מיר זיך מעגליין פָּאַרְבִּינְדָּן מיט אַיְר פָּאַר מֵעָר אַינְפָּאַרְמָאַצְּיָע. פּוֹן מָאַל צו מָאַל, קענען מיר אײַר בעטן צו רופָּן אײַער דָּאַקְּטוּרָס אָפִיס. אַיְר קענט זיך אלעמאָל פָּאַרְבִּינְדָּן מיט אײַער סָוְרְדָּזְשָׁאָןְס אָפִיס אַוְיב אַיְר האָט סִי ווועלכָּעַ פראגעס.

צו לערנען מֵעָר, לִינְט *About Your Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker).

מענעדזשן אײַער ווַיְיטָאג

יעדע מענטש האָט ווַיְיטָאג אַדָּעָר אַומְבָּאַקְּוּוּעַמְלִיכְיָיט פָּאַר אָן אַנדָעָרָע צִיט אַפְּשָׁנִיט. עס קען זיין אַיְר ווּעָט נאָר האָבָּן אַבְּיסָל ווַיְיטָאג ווּעָן אַיְר גִּיט אֲהֵיָם אָון ווּעָט ווַאֲרְשִׁינְלִיךְ נָעָמָען ווַיְיטָאג מְעַדְּצִין. טַיֵּל מענטשן האָבָּן אַומְבָּאַקְּוּוּעַמְלִיכְיָיט, צָאַמְגַעְצִיגְנְקִיָּיט, אַדָּעָר מָוָסְקָל ווַיְיטָאג אַרְוּם זַיְעָר שְׁנִית פָּאַר 1-2 חְדָשִׁים. דָּאַס מִינְטָן נִשְׁתָּאַת אָז עס אַיז דָּא אַפְּרָאַבְּלָעָם.

פאַלְגַּט אָוִס די אַנוּזְיַוְנְגָעָן אָונְטָן אַיְר צו הַעַלְפָּן זיך סְפָּרָאָוָן מיט די ווַיְיטָאג אַינְדָּעָרָהָיִם.

- נעמט אַיעָרָע מְעַדְּצִינְעָן ווַיְיטָאג פָּאַרְגָּעָשְׁרִיבָן אָון לְוִיט ווַיְיטָאג דָּאַרְפָּט.
- רופָּט אַיעָרָע הַעַלְטָקָעָיר פָּרָאַוְוִידָעָר אַוְיב די פָּאַרְשָׁרְבָּעָנָע מְעַדְּצִין מָאָכֶט נִשְׁתָּאַת אַיעָרָע ווַיְיטָאג בעסער.
- ווַיְיטָאג שְׁנִית עַרְהַוְילָט זיך, ווּעָט אַיְר האָבָּן ווַיְינְגָעָר ווַיְיטָאג אָון דָּאַרְפָּן ווַיְינְגָעָר ווַיְיטָאג מְעַדְּצִין. אָן אַיבָּעָר-די-קָאָונְטָעָר ווַיְיטָאג מְעַדְּצִין אַזְיוֹן אַסְטְּעוּמִינְאָפָעָן (Ibuprofen[®]) אַדָּעָר אַיְבָּוְפְּרָאָפָעָן (Advil[®]) ווּעָט הַעַלְפָּן פָּאַרְבָּעָסָעָר ווַיְיטָאג.
- פָּאַלְגַּט אָוִס אַיעָרָע הַעַלְטָקָעָיר פָּרָאַוְוִידָעָרָס אַנוּזְיַוְנְגָעָן פָּאַר אַוְיפָּהָעָרָן צו נָעָמָען פָּרָעָסְקָרִיפְּשָׁאָן ווַיְיטָאג מְעַדְּצִין.

וּ נעמט נישט מער פון סיי וועלכע מעדיצין ווי דאס וואס איז פארשראיבן אויפן קלעבעצעטל אדער לoit די אנוויזונגגען פון אייער העלטקער פראוויידער.

וּ ליינט די צעטלאער פון אלע מעדיצינען וואס איר נעמט, ספעציעל ווען איר נעמט אסיטעמעניאפען. אסיטעמעניאפען איז א באשטאנדטייל אין אסאך איבער-די-קאנטער אוונ פרענסקייפשאן מעדיצינען. אבער, נעמען צופיל דערפונ קען שעדיין אייער לעבער. נעמט נישט מער ווי 1 מעדיצין וואס האט אסיטעמעניאפען אן רעדן מיט א מיטגילדער פון אייער העלטקער טיעם.

וּ וויטאג מעדיצין דארף איר העלפֿן צוריקגין צו אייער נארמאלאע אקטיוויטטען. נעמט גענונג מעדיצין צו קענען טוען אייער אקטיוויטטען אוון איבונגגען באקוועמעהיט. עס איז נארמאלאז איז אייער וויטאג זאל ווערן אביסל ערגער ווען איר ווערט עטווואס מער אקטיוו.

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

טיל פרענסקייפשאן מעדיצינען (אוזווי אפיאודס) קענען פאראורזאכן קאנסטייפעישאן (אריסגין אין בית הכסא וויניגער ווי געוווענלייך).

פארמיידן אוון מענעדזשן עצירות.

רעדט מיט אייער העלטקער פראוויידער איבער וויאזו צו פארמיידן אוון זיך באגין מיט עצירות. איר קענט אויך אויספאלאגן די אנוויזונגגען אונטן.

וּ גיט אין בית הכסא יעדן טאג אין די זעלבע צייט. אייער גוף וועט ווערן צוגעוואוינט צו גיין אין ענען צייט. אויב איר פילט אבער איז איר דארפט גיין, האלט זיך נישט צוריך.

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

וּ זיין פיזיש אקטיוו, אויב איר קענט.

וּ רעדט מיט אייער קליניקעל דיבטיישאן נוטרישאניסט איבער וויפיל פלייסיגקייט איר זאלט טרינקן יעדן טאג. פראבירט צו טרינקן אוזיפיל יעדן טאג, אויב איר קענט.

וּ וועלט אויס פלייסיגקייטן אוזווי וואסער, זאפטן (אוזווי פלוימען, טריבן, אדער בארן זאפט), זופ, אוון איז קרים שעיקס.

וּ מיידט אויס פלייסיגקייטן מיט קאפאיען (אוזווי קאווע און סאודע). קאפאיען קען אריסציען פלייסיגקייטן פון אייער גוף.

- פארםערט צובייסלעך פיבער אין איער דיעטע. רעדט מיט איער קליניקעל דיעטישאן נוּטְרִישָׁנִיסְט איבער ווּפִיל פיבער צוֹ עַדְן טָגֶג. אֹוֵב אַיר הָאָט אָן אַסְטָאָמִי אֲדָעָר הָאָט לְעַצְתָּנָס גַּעַת אַבּוּעַל אַפּוּרָאַצְיָע, רַעַדְטַ מִיט אַיעַר הַעַלְתָּקָעָר פְּרָאוּיְידָעָר פָּאָר אַיר מַאֲכָת סִי וּוּלְכָע טַוְשָׁנוּגָעָן צַוְּ אַיעַר דִּיעַטְעָ.

עַדְן מִיט אַסְאָר פִּיבָּעָר שְׁלִיסָן אֵין:

- בְּרָעָן אֲדָעָר אַנְדָּעָרָה האָל וּוּיט קְרֻעָקָעָרָס אֲדָעָר סְנַעַקָּס
- האָל-גְּרָעָיְן סִירְיָעָלָס אָוֹן בְּרוּיטָן
- אָוְמָגָעְשִׁילְטָעָ פְּרוֹכָט אָוֹן גְּרִינְסָן
- סָאַלָּאָט גְּרִינְס
- טְרוֹקָעָנָע אַפְּרִיקָאָטָס, פִּיגָּן, אָוֹן רָאַזְשִׁינְקָעָס
- בִּידְעָ אַיבָּעָר-דִּי-קָאָונְטָעָר אָוֹן פְּרָעָסְקְּרִיפְּשָׁאָן מַעְדִּיצְיָן קְעַנְעָן הַעַלְפָן מִיט קְאַנְסְטִיפְּעִישָׁאָן. רַעַדְטַ מִיט אַיעַר הַעַלְתָּקָעָר פְּרָאוּיְידָעָר פָּאָר אַיר נַעַמְתַ סִי וּוּלְכָע מַעְדִּיצְיָן פָּאָר עַצְירָות, סְפָעָצִיעָל אֹוֵב אַיר הָאָט אָן אַסְטָאָמִי אֲדָעָר הָאָט גַּעַת אַבּוּעַל אַפּוּרָאַצְיָע.

בְּאַהֲנְדָלָעָן אַיעַר שְׁבִיָּת

אַיעַר שְׁנִית וּוּעַט וּוּרָעָן אַיבָּעָר גְּדָעָקָט מִיט אַכְּרוֹגִישָׁעָ קְלָעְבָּעָץ אַנְגָּעוּרָופָן Dermabond[®]. רִירָתָ נִשְׁתָּאָן אָוֹן נַעַמְתַ נִשְׁתָּאָרָפָ דִּי דָעָרָמְעָבָאנָד. עָס וּוּעַט אַלְיָן אַרְאָפָפָאלָן.

אֹוֵב אַיעַר דָּרָעָן אִיז אַרְוִיסְגָּעָנוּמָעָן גַּעַוְוָאָרָן הָאָרָט פָּאָר אַיר זַעַנְתָּ אַרְוִיסָ פֿוֹן שְׁפִיטָאָל, קְעַנְתָּ אַיר הָאָבָן אַבָּאָנְדָאָזָש אַיבָּעָר עָס. אַיר זַעַנְתָּ אַרְאָפָנְעָמָעָן דִּי בְּאַנְדָאָזָש נָאָר 24 בֵּיז 48 שָׁעָה (1-2 טָעָג). פָּאַלְגָט אָוַיס אַיעַר הַעַלְתָּקָעָר פְּרָאוּיְידָעָרָס אַנוּזְיָזְגָעָן.

רַופָט אַיעַר פְּרָאוּיְידָעָרָס אַפִּיס אֹוֵב:

- דִּי הָוִיט אַרְוּם אַיעַר שְׁנִית אִיז זַיְעָר רְוִיט.
- דִּי הָוִיט אַרְוּם אַיעַר שְׁנִית וּוּעָרָט מַעַר רְוִיט.
- אַיר זַעַהָט פְּלִיסְגְּקִיט וּוּאָס זַעַהָט אָוַיס וּוּאַיְטָעָר (דִּיק אָוֹן וּוּיְסָלָעָר).
- אַיעַר שְׁנִית שְׁמַעַקָּט נִשְׁתָּאָר גּוֹט.

זִיכָר בָּאָדָעָר שְׁאָוּוּרָן

אַיר זַעַנְתָּ מַאֲכָן אַגְּנוּוּעַטְלִיכָע שְׁאָוּוּרָן, סִידְן אַיר זַעַנְתָּ אַרְוִיסָ פֿוֹן שְׁפִיטָאָל מִיט אַדָּרָעָן. אֹוֵב אַיר הָאָט אַנְדָּרָעָן, שְׁאָוּוּרָט נִשְׁתָּאָר בֵּיז עָס וּוּעָרָט אַרְוִיסְגָּעָנוּמָעָן.

לאזט נישט אײַער שנט גיין אונטער ווּאסער (אָזְיוֹן אֵין אַ וְּאֶנוּ אֲדָעָר שְׂוִים בְּאַסְיַן) פָּאַר 14
טעג נאָך אײַער אֲפֿערָאַצְיַע.

עַסְן אָן טְּרִינְקָעַן

אײַער אֲוטְּפָאַצְיַעַנט MSK קִידָס דִּיעַטְּשָׁעַן וּוּעַט אֵיר הַעֲלָפָן פִּירָן אײַער דִּיעַטָּע אָן עַרְנָעָרָונְג
איַנְמָאַל אֵיר פָּאָרְלָאַזְטַּדְּ שְׁפִּיטָּאַל. זַיְיָ וּוּעַלְן רָעַדְן מִיט אֵיר וּוּעַגְן עַסְנוּוֹאָרג צָו אַרְיָנוּעָבָן אֵין
אײַער דִּיעַטָּע זַיְיָ צָו הַעֲלָפָן עַרְהָוִילְן נאָך אײַער אֲפֿערָאַצְיַע, צְוַעַמְעָן וּוּאָגְ, אֲדָעָר בִּיְדָע. אַוְיב
אֵיר באָקוּמוּט עַסְן דּוֹרָךְ אָפִידְינְג טְוָאָב, וּוּעַלְן זַיְיָ רָעַדְן מִיט אֵיר וּוּעַגְן אײַער טְוָאָב פִּידְינְג
סְקָעְדִּיּוֹל אָן רָאָטוּ.

רוֹפֵט אײַער הַעֲלָטְקָעֵיר פֿרָאַוְוִידָעָר אַוְיב אײַער אֲפֿעַטִּיט אִיז נִישְׁט צְרוּיקָן צָו נָאָרָמָאַל בֵּיז אָפָּאָר
טעג אֲדָעָר אַוְיב אֵיר הַוִּיבֶּט אָן בְּרָעָכְן.

פִּזְיָשׁ אַקְטִיוּוּיטָעַט אָן גִּימְנָאַסְטִּיךְ

אֵיר קָעַנְתָּ צְרוּיקְגַּיְן צָו טּוֹעַן רּוֹב פּוֹן אײַער גַּעַוְעַנְטָלִיכָּעָ אַקְטִיוּוּיטָעַטְן אַיְנָמָאַל אֵיר זָעַנְתָּ
אַיְנָדָעָרְהָיִם. פָּאָרְמִיְּדַט קָאָנְטָאָקְט סְפָּאָרְטָס אָן וּוּלְדָעְרִיְּ פָּאָר בָּעָרָךְ 6 וּוּאָכָן נאָך אײַער
אֲפֿערָאַצְיַע. עַס נָעַמְתָּ בָּעָרָךְ אָזְיָ לְאָנְגָּ פָּאָר אײַער שְׁנִית זַיְיָ צָו אַוִּיסְהָיִלְן.

צְרוּיקְגַּיְן אֵין שְׁוּלָעָן

אֵיר קָעַנְתָּ צְרוּיקְבַּיְן צָו שְׁוּלָעָן וּוּי נאָך אֵיר פִּילְטָ זַיְיָ גְּרִיטָ.

רִיאַזְן

רּוֹב מַעֲנְטָשָׁן דָּאָרְפָּן נִשְׁטָ אַוִּיסְפָּאָלְגָן סְפָּעַצְיָעַלְעָ אַנוֹזְיָזָנְגָעָן בַּיִּים רִיאַזְן. אֵיר מַעֲגָט פָּאָרְן אַוְיב
אָן עַרְאָפְּלָאָן.

פָּאָלָאָוּ-אָפְּ אֲפֿוֹינְטָמְעָנְטָס

אײַער סְוַרְדְּזָשָׁאָןְס אָפִיס קָעַן סְקָעְדִּיּוֹלְעָן אײַער פָּאָלָאָוּ-אָפְּ אֲפֿוֹינְטָמְעָנְטָס פָּאָר אֵיר וּוּעָרט
דִּיסְטָשָׁאָרְדָּזָשָׁט פּוֹן שְׁפִּיטָּאַל. אֲדָעָר, קָעַנְעַן זַיְיָ אֵיר רּוֹפָן עַס צָו סְקָעְדִּיּוֹלְעָן וּוּעַן אֵיר זָעַנְתָּ שְׁוִין
אַיְנָדָעָרְהָיִם. אײַער פָּאָלָאָוּ-אָפְּ אֲפֿוֹינְטָמְעָנְטָס קָעַן פָּאָרְקָוּמָעָן פָּעָרְזָעְנְלִיךְ אֲדָעָר דּוֹרָךְ
טְּעֻלְעַמְעַדְּצִין.

וּוּן צָו רּוֹפֵן אײַער הַעֲלָטְקָעֵיר פֿרָאַוְוִידָעָר

רוֹפֵט אײַער הַעֲלָטְקָעֵיר פֿרָאַוְוִידָעָר אַוְיב:

- אײַער שְׁנִית הַוִּיבֶּט אָן צָו אַוִּיסְזָעָן רְוִיטָ.
- דִּי רְוִיטְקִיּוֹט אַרְוּמָ אַיְיָר שְׁנִית וּוּעָרט עַרְגָּעָר.

- עס קומט פלייסיגקייט פון איינער שניט.
- ארכום איינער שניט וווערט געשוואלן.
- די געשוואלענקייט ארכום איינער שניט וווערט ערגער.
- איר פארלירט די אפערטייט (וילט נישט עסן).
- איר ברעכט.
- איר האט סי' ווועלכע פראגעס אדער זארגן.

קאנטאקט אינפארמאציע

מאנטאג ביז פרייטאג, פון 9 איזיגער אינדעראפרி ביז 5 איזיגער נאכמייטהג, רופט איינער העטלקעיר פראואידיידערס אפיס.

נאך 5 איזיגער נאכמייטהג, ענדע ווואר, אונ אויף האלידיעס, רופט 2000-639-212. בעט צו רעדן מיט דער מענטש וואס הויבט אויף פאר איינער העטלקעיר פראואידיידער.

סופארט סערוויסעס

די טיל האט אל ליסטע פון סופארט סערוויסעס. זי' קענען איר העלפן זיך גרייטן פאר איינער אפעראציע אונ זיך אויסהילן נאך די אפעראציע.

ווען איר לינט אדורך דעם טיל, שרייבט אראפ סי' ווועלכע פראגעס וואס איר ווילט פרעגן איינער העטלקעיר פראואידיידער.

MSK שטיצנדע סערוויסעס

באזוכט די קענסער סארטן אפטילונג פון MSK'ס ווועבזיטל אויף פאר מער אינפארמאציע.

אדמיטיניג אפיס

212-7606-7639

רופא אובי איר האט פראגעס איבער איינער שפיטאל אדמישאן, איזוויי בעטן פאר א פריויאטט צימער.

אנעסטיזשיע

212-6840-639

רופא אובי איר האט פראגעס איבער [אנעסטיזשיע](#).

בלוט ביישטיירר צימער

212-639-7643

רופא פאר אינפארמאציע אויב איר זענט אינטראסירט אין **ביישטיירן בלוט אדער פלעיטלעטס.**

באבסט אינטערנאציאナルער צענטער

888-675-7722

מיר פריען זיך צו אויפגעמען פאציענטן פון ארום די גאנצע וועלט און **שטעלן צו אסאך סערוייסס** צו העלפן. אויב איר זענט אין אינטערנאציאנאעלע פאציענט, רופט פאר הילפ צו ערלעדיין אייער קעירות.

קאונסעלינג צענטער

www.msk.org/counseling

646-888-0200

אסאך מענטשן זאגן איז קאונסעלינג העלפט זי. אונזער קאונסעלינג צענטער שטעלט צו קאונסעלינג פאר מענטשן, פארפעלקער, פאמיליעס, אוון גראפעס. מיר קענען אויך פארשריבן מעדיצינען אויב איר שפירט זיך אנגעציגן אדער טרייערג. צו מאכן אין אפונטמענט, פרעגט אייער העלטקייר פראואידיידער פאר א רעפערל אדער רופט די נומער אויבן.

עסנווארג פענטרי פרוגראם

646-888-8055

מיר שטעלן צו עסן פאר מענטשן וואס דארפֿן בשעת זייער קענסער באהאנדלונג. פאר מער אינפארמאציע, רעדט מיט אייער העלטקייר פראואידיידער אדער רופט די נומער אויבן.

אינטגרטיביטו מעדיצין סערוייס

www.msk.org/integrativemedicine

אונזער אינטגרטיביטו מעדיצין סערוייס שטעלט צו פילע סערוייסעס צו ארבעטן צוזאמען (גין אינאיינעם) מיט טראדיציאנאעלע מעדיצינישע קעירות, אריינגעראכנט מזוק טראפאיע, מיח/גוף טראפאיעס, טאנצן און באוועגונג טראפאיע, יאנא, און אנטאפן טראפאיע. צו סקעדזושעלן אין אפונטמענט פאר די סערוייסעס, רופט 1010-449-646.

oir קענט אויך סקעדזושעלן אַ קאנסולטאציע מיט אַ העלטקייר פראואידיידער אין די אינטגרטיביטו מעדיצין סערוייס. זי וועלן ארבעטן מיט אויך אויפצוקומען מיט אַ פלאן צו זאמשטעלן אַ געזונטע לעבנטשטייגער און מענדזשן זיטיגע ווירקונגגען. צו מאכן אין אפונטמענט, רופט 8550-808-646.

MSK ליברי

איך קענט באזוכן אונצער ל'יבער ווועבעזיטל אדער רעדן מיט די ל'יבער רעלפערענס שטאב.
דאס קען איך העלפֿן טרעפֿן מער אינפארמאציע איבער אײַער ספֿעצייפֿישׂ סארט קענסער.
איך קענט אויך באזוכן די ל'יבער פֿאצְיָעָנֶט און הּעַלְתּ קְעִיר קְאָנְסּוּמּעַר עַדְיוֹקְעִישָׁאָן וּוּגְגּוֹיְזָעָר.

פאצְיָעָנֶט און קְעִירגְעַבָּעָר עַדְיוֹקְעִישָׁאָן

www.msk.org/pe

באזוכט אונצער פֿאצְיָעָנֶט און קְעִירגְעַבָּעָר עַדְיוֹקְעִישָׁאָן וּוּגְגּוֹיְזָעָר צו אויפֿזוכן עַדְיוֹקְעִישָׁעָנָאל
רישאָרָעָס, וּוֹידָעָס, און אַנְלֵיָין פרָאָגְרָאָמָעָן.

פאצְיָעָנֶט בִּילִינְג

646-227-3378

רופאּ אויב איך האט פרָאָגָעָס וּוֹעֲגָן פְּרִי-אוּטָאָרִיזָאָצִיעָ מיט אַיִּעָר אַינְשּׁוּרָעָנָס פִּירָמָע. דָּאַס אַיז
אויך גַּעַרְופּן פְּרָעָאָפְּרָאָוְאָל.

פאצְיָעָנֶט פָּאָרְטְּרָעְטָעָר אָפִיס

212-639-7202

רופאּ אויב איך האט פרָאָגָעָס אַיבָּעָר די הּעַלְתּ קְעִיר פְּרָאָקָסִי בוּגָן אַדְעָר אויב איך האט זָאָרגָן
וּוֹעֲגָן אַיִּעָר קְעִיר.

פֻּרְאִיאָפְּרָאָטְיָו נָוָס לְיעִזָּאָן

212-639-5935

רופאּ אויב איך האט פרָאָגָעָס וּוֹעֲגָן MSK אַרְוִיסְגָּעָבָן סִיּוּ וּוּלְכָעָ אַינְפָאָרָמָאָצִיעָ וּוֹעֲגָן איך האט
אַן אָפְּרָאָצִיעָ.

פְּרִיּוֹאָטָעָ דּוֹטִי נָוָסָעָס אָוָן בָּאָגְלִיְיטָעָר

917-862-6373

איך קענט בעטן פְּרִיּוֹאָטָעָ נָוָסָעָס אַדְעָר בָּאָגְלִיְיטָעָר צו קְעִיר נָעָמָעָן פָּוּ אַיִּר אַין שְׁפִיטָאָל אַוְן
אַינְדָּעָרָהָיִם. רָפָאָט פָּאָר מָעָר אַינְפָאָרָמָאָצִיעָ.

רָעַסָּוּרְסָעָס פָּאָר לְעַבָּן נָאָר קְעַנְסָעָר (- RLAC) פָּרָאָגָרָאָם

646-888-8106

בַּיִּי MSK, קְעִיר עַנְדִּיגְט זִיר נִשְׁטָן נָאָר אַיִּעָר בָּאָהָנְדָלָנוּג. דָּעַר RLAC פָּרָאָגָרָאָם אַיז פָּאָר

פאציענטן אוון זי'ערע משפחות וואס האבן פארענדיגט די באהאנדלונג.

די פראגראם האט אסאך סערוויסעס. מיר שטעלן צו סעמעינארן, ווארקשאפס, הילפ גראפעס, אוון קאונסעלינג איבער לעבן נאך באהאנדלונג. מיר קענען אויר העלפן מיט אינשורענס אוון ארבעט פראבלעמען.

סאושעל ווארק

www.msk.org/socialwork

212-639-7020

סאושעל ווארקערס העלפן פאציענטן, פאמיליע, אוון פרײנט זיך ספראווען מיט פראבלעמען וואס מאכן זיך אפט בי מענטשן וואס האבן קענסער. זי' שטעלן צו אינדיווידועלע קאונסעלינג אוון הילפ גראפעס דורךאיס אײַער באהאנדלונג. זי' קענען אויר העלפן קאמיאוניקירן מיט קינדער אוון אנדערע פאמיליע מיטגילדער.

אונזערע סאושעל ווארקערס קענען אויר אויר רעפערירן צו קאמיאוניטי אגענטוון אוון פראגראםען. זי' האבן אויר אינפארמאכיע איבער פינאנציילע ריסאorzעס, אויב אויר האט פראבלעמען מיט באצאלן אײַערע בילס.

גייסטיישע קעיר

212-639-5982

אונזערע טשאפלעינס (גייסטיישע קאונסעלארס) זענען גרייט אויר צו אויסהערן, העלפן שטיצן פאמיליע מיטגילדער, אוון דאועענען. זי' קענען זיך פארבינדן מיט קאמיאוניטי קלערגי אדער גלייבונג גראפעס, אדער בלוייז זיין א באגלייטער וואס באחרואיגט אויר אוון געבט א גייסטיישע אנוועענהייט. יעדער אינער קען בעטן פאר **גייסטיישע שטיצע**. אויר מוזט נישט האבן א רעליגיעד גראפע (האבן פארבינדונג מיט א רעליגיע).

MSK אינטערפטייט טשאפלע איז נעבן די מעמאריעל שפיטאל'ס הויפט לאבי. עס איז אף 24 שעה א טאג. אויר האט אן ערדרזשענסי, רופט 2000-639-212. בעט פאר דער טשאפלעין וואס איז יעצט פאראנטווארטלייר.

וירטואול פראגראםען

www.msk.org/vp

אונזערע וירטואול פראגראםען שטעלן צו אנליין עדיקעישאן אוון שטיצע פאר פאציענטן אוון קעירגעבערס. דאס זענען ריכטיגע סעסיעס וואו אויר קענט רעדן אדער בלוייז אויסהערן. אויר זיך לערנען איבער אײַער דיאגנائز, וואס צו ערווארטן בי' באהאנדלונג, אוון וויאזוי זיך צוגרייטן פאר אײַער קענסער קעיר.

סעסיעס זעבען פריזואט, פריי פון אפツאל, און אינפארמאציע דורך עקספערטן. באזוכט אונזער ווועבעדיטל פאר מער אינפארמאציע איבער ווירטועל פראגראמען אדעך זיך אינצושרייבן.

דריסנ'דע שטייננדע סערוייסעס

Access-A-Ride

web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm

877-337-2017

אין ני יארק סייטי, טוט די MTA פארשלאגן א מיטגעטילטע רייד, טיר-צז-טיר סערוייס פאר מענטשן מיט דיסאביליטיס וועלכע קענען נישט נעמען די פאבליק באס אדעך סאבוועי.

Air Charity Network

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

שטעטל צו טרועל צו באהאנדלונג צענטערן.

(American Cancer Society (ACS

www.cancer.org

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

טוט פארשלאגן אן אויסואל פון אינפארמאציע און סערוייסעס, ארינגעראענט Hoop Lodge (הויפ לאדזש), אן אומזיסטע פלאץ פאר פאציענטן און קעירגעהבערטס צו פארוילן דורךאים קענסער באהאנדלונג.

Cancer and Careers

www.cancerandcareers.org 646-929-8032

א הילפסמייל פאר עדוקעישאן, געציג, און צאמקומען פאר אינגעשטעלטע מיט קענסער.

CancerCare

www.cancercare.org

800-813-4673

(Seventh Avenue (Between West 25th & 26th Streets 275
New York, NY 10001

שטעטל צו קאונסעלינג, שטיצע גראפעס, עדוקעישאנאל וואركשאפס, אויסנגבאעס, און פינאנצייאנאַלע הילפ.

Cancer Support Community

www.cancersupportcommunity.org

שטעטלט צו שטיצע און עדיקעישאן צו מענטשן אפערקטירט דורך קענסער.

Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org

800-896-3650

שטעטלט צו עדיקעישאן און שטיצע פאר מענטשן וועלכע באהאנדלען נאנטע מיט א קראנישע קראנקהיט אדער דיסאוביליטי.

Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

טוט פארשלאגן אומזיסטע טרעווול צו באהאנדלונג איבערן לאנד ניצנ'ציג ליידיגע זיך פלעצער אויפ ביזנעס דזשעטס.

Good Days

www.mygooddays.org

877-968-7233

טוט פארשלאגן פינאנציאלייל הילף צו צאלן פאר קאו-פאימענטס בשעת באהאנדלונג. פאציענטן מוזן האבן מעדצעינישע אינשורענס, נאכק'ומען די איינקונפט פאדערונגען, און זיין פארשריבן מעדצעינען וואס זענען א טײיל פון די גוד דעיס פארמולערי.

HealthWell Foundation

www.healthwellfoundation.org

800-675-8416

שטעטלט צו פינאנציאלייל הילף צו דעקן קא-פאימענטס, העלט קעיר פרימיוםס, און דידאקטUBLIS פאר געוויסע מעדצעינען אוון טעראפייעס.

Joe's House

www.joeshouse.org

877-563-7468

שטעטלט צו א ליסטע פון פלעצער צו פארוילן נבען באהאנדלונג צענטערן פאר מענטשן מיט קענסער און זייר פאמיליעס.

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

שטעטלט צו שטיצע און אדיאאקסי פאר די LGBT קאמיניטי, ארינגעראעכנט אונליין שטיצע

גראופעס און א דאטאבעיס פון LGBT פרײינטלייכע קלינישע פראבעס.

-LIVESTRONG Fertility www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services
855-744-7777

שטעטלツ צו רעדראדוקטיווע אינפארמאציע און שטיצע צו קענסער פאציענטן און איבערלעבערס ווועמען'ס מעדעציינישע באהאנדלוונגגען האבן ריזיקעס פארבידן מיט אינפערטיליטי.

Look Good Feel Better Program

(www.lookgoodfeelbetter.org 800-395-LOOK (800-395-5665
די פראגראם טוט פארשלאגן וואركשאפס צו לערנען זאכן וואס איר קענט טוען איר צו העלא פילן בעסער איבער אויסזעהן. פאר מער אינפארמאציע אדער זיך צו אינשריבן פאר א וואركשאף, רוף די נומער אויבנדערמאנט אדער באזיכט די פראגראם'ס וועבסיט.

National Cancer Institute

www.cancer.gov
(CANCER (800-422-6237-800-4

National LGBT Cancer Network

www.cancer-network.org

שטעטלツ צו עדזוקעישאן, טרענינג, און אדוואקאסי פאר LGBT קענסער איבערלעבערס און די וואס האבן א ריזיקע דערפונ.

Needy Meds

www.needymeds.org

עכנט אויס פאציענט הילפ פראגראמען פאר בראנד און דזשענעריך נאמען מעדעציינען.

NYRx

www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm

שטעטלツ צו פרעסקריפשען בענעליפטן צו בארכטיגטע אינגעשטעלט און ריטי'עריס פון פאבליק סעקטאר ארבטעטסגעבערס אין ניו יארק סטטייט.

(Patient Access Network(PAN Foundation)www.panfoundation.org

866-316-7263

שטעלט צו הילפ' מיט קא-פאציאונטס פארפאציאונטן מיט אינשורענס.

Patient Advocate Foundation

www.patientadvocate.org

800-532-5274

שטעלט צו צוטרייט צו קעיר, פינאנציאלייע הילפ', אינשורענס הילפ', ארבעט אנהאלטונג הילפ',
און צוטרייט צו די נאציאנאלע אנדער איןשורד ריסארס דירעקטארו.

Professional Prescription Advice

www.pparx.org

888-477-2669

העלפט בארכטיגטט פאציאונטן און פרעסקריפשען דראג דעהונג באקומען אומזיסטע אדער
ביליגע מעדעציינען.

רוייטע טיר קאמיוונייטי (פריער באקאנט אלס גילדאָס קלאב)

212-647-9700

www.reddoorcommunity.org

א פלאץ וואו מענטשן וואס לעבן מיט קענסער טרעפּן סאציאלייע און עמאציאנאלע שטייצע
דורך נטעוואָרְקִינְג, ווֹאַרְקְשָׁאָפּס, לְעַקְצִיעָס, אָוֹן סאציאלייע אַקְטְּיוּוּיטְעִיטְעַן.

RxHope

www.rxhope.com

877-267-0517

שטעלט צו הילפ' צו העלפּן מענטשן באקומען מעדעציינען וואס די האבן שווועריך'יטן צו
באצאלן.

Triage Cancer

www.triagelcancer.org, שטעלט צו לעגאלע, מעדעציינישע, און פינאנציעלע

איןפארמאציע און ריסאורים פאר קענסער פאציאונטן און זיינערע קעירגעבערטס.

עדיקעישאנעל ריסאורים

די אפטילונג האט די עדיקעישאנעל ריסאורים אוייסגערטענט און דעם וועגוויזער. זי' וועלן
אייר העלפּן זיך גרייטן פאר איינער אפעראציע און זיך אויסהיילן נאר די אפעראציע.

ווען אייר ליינט אדורק די ריסאורים, שריביט אראפּ ס"י וועלכע פראגעס וואס אייר ווילט פרעגן

- Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* •
((www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning
- 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)
- Herbal Remedies and Cancer Treatment* (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)
- How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* •
([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-\(patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-(patient-portal))
- How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- Frequently Asked Questions About the MyMSK Goals to Discharge Checklist* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-\(mymsk-goals-discharge-checklist](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-(mymsk-goals-discharge-checklist))
- Patient-Controlled Analgesia (PCA)* (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

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call .212-639-2000

פאר מער ריסאorzעם, באזוכט www.mskcc.org/pe צו דורךקוקן אונצער ווירטואלע לייברער.

About Your Thoracoabdominal Surgery at MSK Kids - Last updated on March 4, 2024
אלע רעכטן וווערן געאייגנט און רעדערווירט דורך מעמארייל סלאון קעטעריניג קענסער צענטער



Memorial Sloan Kettering
Cancer Center