

# אינפראמיציע איבער איעער טאראקוואבדאמינאל אפעראציע בי MSK קידס

די אונוויזונג ווועט איר העלפֿן זיך גרייטן פֿאר איעער טאראקוואבדאמינאל (nul-nih-DAH-mih) אפעראציע בי MSK. עס ווועט איר אויר העלפֿן פֿארשטיין וואם צו ערווארטן בשעת איעער אויסהילונג.

ניצט דעם אונוויזונג אלס א קוואל פֿון אינפראמיציע אין די טאג וואם פֿירן צו איעער אפעראציע. ברענטט עס מיט איר אויפֿן טאג פֿון איעער אפעראציע. איר צוזאמען מיט איער קעירות טיעם ווועלן זיך ווענדן צו דעם איזויי איר לערנט מער איבער איער היילונג.

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

## איבער איעער טאראקוואבדאמינאל אפעראציע

### איבער נוראובלאסטאמא

אייער אוטפאציאנט MSK קידס דיעטישען ווועט איר העלפֿן פֿירן איעער דיעטען און ערנעรองג אינמאלי איר פֿאראלאזט די שפיטאל. נארמאלי, נוראובלאסטס אנטווקלען זיך צו נערוון סעלס צו בויען איער נערוויס סוסטעם אידער איר געבעירט. נוראובלאסטאמא געשהט וווען איער נוראובלאסטס הייבן אן צו וואקסן ארוויס פֿון קאנטראל און פֿאראעמַען א געווואוקס.

באהאנדלונג פֿלענער פֿאר נוראובלאסטאמא ווענדן זיך אויף פֿיל זאכן, ארינגערעכנט וואו די געווואוקס איז איז איער קערפער. אויב עס איז איז די אויבערשטן טיל פֿון איער אבדאמען (בעל), ווועט איער דاكتער מעגליך

רעקאמענדירן טאראקוואבדאמינאל אפעראציע אלס א טיל פון אייער באהאנדLONG פלאן.

### **אייער טאראקוואבדאמינאל אפעראציע**

טאראקוואבדאמינאל אפעראציע איז אן אפט-גוטוענע סערדזשיקל באהאנדLONG פאר נוראובלאסטהמא אין די אויבערשטן טיל פון אייער אבדאמען. עס קען אויר וווען געניצט צו העלפן באהאנדלן אנדערע סартן געווואקסן, אבער דאס איז וויניגער אפט-גוטוען. אייער סערדשען ווועט רעדן מיט אייר אויב אויר דארפט האבן טאראקוואבדאמינאל אפעראציע פאר אן אנדערע סартן קענסער ווי נוראובלאסטהמא.

בשעת אייער טאראקוואבדאמינאל אפעראציע, ווועט אייער סערדשען מאכן א שיפע שנייט (סערדזשיקאל שנייד) פון די נידריגע טיל פון אייער ברוסטקהסטן (טוראקס) צו די אויבערשטען טיל פון אייער אבדאמען (זע בילד 1). דאס העלפט זי זען די פלאץ קלארעהיט כדי זי זאלן קענען אוועקגעמען די געווואקס אויף א פארזיכערטן אופן.

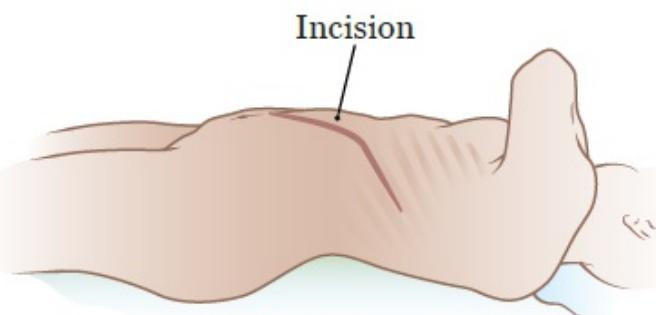


bild 1. טאראקוואבדאמינאל שנייט

אייער סערדשען און אנדערע מיטגילדער פון אייער קעיר טיעם ווועלן רעדן מיט אייר אויבר וואס צו ערווארטן אידער, בשעת, און נאר אייער אפעראציע. זי ווועלן ארינגיין אין פרטימ ווועגן די פלאן פאר אייער אפעראציע און ענטפערן סי' ווועלכע פראגעס אויר האט.

### **ווען גרייט פאר אייער טאראקוואבדאמינאל אפעראציע**

די אינפארמאציע אין דעם טיל ווועט אייר העלפן זיך גרייטן פאר אייער

אפערacists. ליינט דעם טיל וווען אײַער אפערacist איז סקעדזשולד אוון קוקט  
עס איבער וווען אײַער אפערacist דאטום קומט נענטער. עס האט וויכטיגע  
אינפארמאציע איבער וואס איר דארפט טוען אײַדער אײַער אפערacist. וווען איר  
ליינט אדורך דעם טיל, שרייבט אראפ סי' ווועלכע פראגעס וואס איר ווילט  
פרעגן אײַער העלטקהער פראוויידער.

### **ווען גרייט פאר אײַער טאראָקָאָבָָדָאָמָָינָאָל אָפָָעָרָאָכָָיָע**

איר מיט אײַער קעֵיר טיעם ווועלן ארבעטען צוזאמען צו וווען גרייט פאר אײַער  
אפערacist. עס איז וויכטיג אונז צו זאגן אויב:

- איר נעמט פרעסקריפשען אדער איבער'-קאנטער מעדייצינען אדער  
דייטישע סופלעמענטן. איר קענט מעגלייך דארפֿן אויפֿהערן נעמען אפֿאָר  
פֿון אײַער מעדעציינען אוון סופלעמענטן אײַדער אײַער אפערacist. זי' קענען  
העכערן אײַער ריזיקע פֿון שׂוועריך'יטן בשעת אײַער אפערacist. וויטאמינען  
אוון הערבל רעمعدיס זענען בישפֿילן פֿון דייטישע סופלעמענטן.
- איר האט סי' ווועלכע אלערגייס.
- איר האט געהאט פראָבלעמען מיט אַנְעַסְטְּעַזְיָע אַז דִּי פֿאָרגָאנְגָעָנְהָיִיט.

### **נוֹצֶן MyMSK**

נוֹצֶן (my.mskcc.org) איז אײַער MSK פֿאָצְיָעַנט פֿאָרטָאָל. איר קענט  
עס נוֹצֶן צו שיקן אוון ליינען מעסעדשעס פֿון אײַער קעֵיר טיעם, זעהן אײַער  
טעסֿט רעゾלטאָטָן, זעהן אײַער אַפֿוֹנְטָמָעָנָט דָּאָטוֹמָס אוון צִיְּטָן, אוון נאָר. איר  
קענט אויר אַינְלָאָדָעָנָען אײַער קעֵיר גַּעֲבָעָר צו עפֿענען זיַּעַר אַיְגָעָנָע אַקָּאָונָט  
כְּדִי זי' זאלן קענען זען אַינְפֿאָרָמָאָכָָיָע אַבָּעָר אײַער קעֵיר.

אויב איר האט נישט אַ MyMSK אַקָּאָונָט, קענט איר זיך אַיְנְשְׁרִיבָן בַּיִּ  
my.mskcc.org. איר קענט באָקָוּמָעָן אַז אַיְנְשְׁרִיבָן ID דָּוֹרָךְ רֹופְּן -646  
227-2593 אַדער אײַער דָּאָקְטָעָרָס אַפְּיס.

*How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's  
Patient Portal ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-portal))*

אויר קענט זיך אויר פארבינדן מיט די MyMSK הילפ דעסן דורך אימעל'ן אויר קענט זיך אויר פארבינדן מיט די MyMSK הילפ דעסן דורך אימעל'ן אידער רופן 800-248-0593 [mymsk@mskcc.org](mailto:mymsk@mskcc.org)

### **איבער אײַער **MyMSK** צילן צום דיסטשאָרדש טשעָק-לייסט**

נאָך אַיִּעֶר אַפְּערָאַצְּיעַ, ווּעַט אוֹיר זיך קַאנְצַעְנְטֵרִין צוֹ ווּעַרְן גַּעֲזָונְט צוֹ פַּאֲרַלְאַזְן דָּעַם שְׁפִיטָל. מִיר ווּעַלְן שִׁיקְן אֶ “צִילְן צום דִּיסְטְּשָׁאָרְדְּשׁ” טשעָק-לייסט צוֹ אַיִּעֶר MyMSK אַקְאּוֹנְט.

אויר קענט נוצן אַיִּעֶר MyMSK צילן צום דִּיסְטְּשָׁאָרְדְּשׁ טשעָק-לייסט צוֹ זָעַן דיֿ צִילְן ווּאַס אוֹיר דָּאָרְפְּט דָּעְרְגְּרִיכְן פָּאָרְן פַּאֲרַלְאַזְן דיֿ שְׁפִיטָל. אויר קענט אוֹיר אַפְּדָעִיטָן אַיִּעֶר פָּאָרְשָׁרִיט דָּוְרְכָּאָוִיס דיֿ טָאג. אַיִּעֶר אַפְּדָעִיטָס שִׁיקְן אַלְעָרְטָס צוֹ אַיִּעֶר סָוְרְדְּזְשִׁיקְל טִיעַם ווּעַגְן אַיִּעֶר פָּאָרְשָׁרִיט.

צוֹ לְעַרְנָעַן מַעַרְ, לִינְט *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)).

### **אַיִּעֶר פָּאָרְבָּעְסָעַרְטָע אַוִּיסְהַיְלָוָג נַאֲךְ אַנְ אַפְּערָאַצְּיעַ (ERAS)**

ERAS אַיז אַ פָּרָאָגְרָאָם אוֹיר צוֹ הַעַלְפָן ווּעַרְן בְּעַסְעָר שְׁנַעַלְעָר נַאֲךְ אַיִּעֶר אַפְּערָאַצְּיעַ. אַלְס אַ טִּיל פּוֹן דיֿ ERAS פָּרָאָגְרָאָם, אַיז עַס ווּיְכִתְגּ צוֹ טֻועַן גַּעֲוִיסָע זָאָכָן אַיִּדְעָר אָוֹן נַאֲךְ אַיִּעֶר אַפְּערָאַצְּיעַ. אַיִּדְעָר אַיִּעֶר אַפְּערָאַצְּיעַ, מַאֲכָט זִיכְעָר אוֹיר זָעַנְט גְּרִיטְט דָּוְרְקָטָעָן דיֿ פָּאָלְגְּנְדָע זָאָכָן:

• **לִין דָוְרָק דָעַם ווּעַגְנוּוֹיְזָעָר.** עַס ווּעַט אוֹיר הַעַלְפָן ווּיְסָן ווּאַס צוֹ עַרְוּוֹאָרטָן אַיִּדְעָר, בְּשַׁעַת, אָוֹן נַאֲךְ אַיִּעֶר אַפְּערָאַצְּיעַ. אַוְיָב אוֹיר האָט פָּרָאָגָעָס, שְׁרִיבָט זַיִּ אַרְאָפָ. אוֹיר קָעַנְטָן פְּרָעָגָן אַיִּעֶר הַעַלְטָן קְעִיר פְּרָאָוְיְדָעָר בַּיִּ אַיִּעֶר קְוּמְעַנְדִּיגָע אַפְּוִינְטָמָנָט, אַדְעָר קָעַנְטָן אוֹיר רּוֹפָן זַיִּעָר אַפְּיָס.

• **מַאֲכָט אִבוּנְגָעָן אָוֹן פָּאָלְגָט נַאֲךְ אַגְּזָוָנְטָעָן דִּיעַטָּע.** דָאַס ווּעַט הַעַלְפָן מַאֲכָן אַיִּעֶר גּוֹף גְּרִיטְט פָּאָר אַיִּעֶר אַפְּערָאַצְּיעַ.

נאך אײַער אָפֿערֿאַצְיַע, הָעַלְפַּט אִין זִיר אֹוֵיסְהַיְלַן שְׁנַעַלְעַר דּוֹרֶךְ טּוֹעֵן דִּי  
פָּאַלְגְּנְדָע זָאָכָן:

- **ליין אײַער אֹוֵיסְהַיְלַונְג פְּלָאוֹן.** דָּאָס אַיז אַ שְׂרִיפְטְּלִיכָּעַ עֲדִיקָּעַשְׁנִיאָל קְוֹואָל  
וְאָס אײַער הָעַלְטָקָעֵיר פְּרָאוֹוַיְידָעֵר וְוַעַט אִין גַּעַבָּן. עַס הָאַט צִילָּן פָּאָר אַײַער  
אֹוֵיסְהַיְלַונְג אָוָן וְוַעַט אִין הָעַלְפָּן וְוַיְסָן וְוַאָס צַוְּעָן אָוָן וְוַאָס צַוְּעָרָטָן  
אַוְיָף יַעֲדָע טָאג בְּשַׁעַת אַײַער אֹוֵיסְהַיְלַונְג.
- **הָוִיבְּט אָן זִיר אַרְוֹם רִיקָּן וְוַיְבָאָלְד אַיר קַעַנְתָּ.** וְוַיְפָּרִיעָר אַיר קְוֹמֶט אַרְוִיס  
פָּוֹן בְּעַט אָוָן רִיקָּט זִיר, קְרִיכְט, אַדְעָר שְׁפָאַצְיָרָט, אַלְס שְׁנַעַלְעַר וְוַעַט אַיר  
קַעַנְעָן צְרוֹקָגִין צַוְּעָר גַּעַוּוֹעַנְטְּלִיכָּעַ אַקְטְּיוּוּיטָעָן.

### טַעַסְטִּינְג פָּאָרָן אָפֿערֿאַצְיַע

אַיר וְוַעַט הָאָבָן אָן אַפְּוִינְטָמְעָנֶט פָּאָר טַעַסְטִּינְג פָּאָרָן אָפֿערֿאַצְיַע (PST) אַדְעָר  
פִּידְיוֹטְרִיךְ טַעַסְטִּינְג פָּאָרָן אָפֿערֿאַצְיַע (PPST) בְּעַפָּאָר אַײַער אָפֿערֿאַצְיַע. אַיר  
וְוַעַט בְּאַקְוּמָעָן אַ דָּרְמָאָנוֹנָג פָּוֹן אַײַער סְעַרְדוּשָׁעָן'ס אַפִּיס מִיט דִּי אַפְּוִינְטָמְעָנֶט  
דָּאַטָּוֹם, צִיְּט, אָוָן פְּלָאָז.

אַיר קַעַנְתָּ עָסָן אָוָן נָעָמָעָן אַײַער גַּעַוּוֹעַנְטְּלִיכָּעַ מְעַדְיִצְיָן(עָנָ) דִּי טָאג פָּוֹן אַײַער  
אַפְּוִינְטָמְעָנֶט.

עָס אַיז בִּיהְיָה לִפְגִּיג צַוְּעָר בְּרַעְנְגָעָן דִּי פָּאַלְגְּנְדָע זָאָכָן צַוְּעָר אַפְּוִינְטָמְעָנֶט:

- **אַלְעַ מְעַדְיִצְיָנָעָן וְוַאָס אַיר נָעָמָט, אַרְיִינְג עַרְעַכְנָט פָּאַרְשְׁרִיבְעָנָע אָוָן אַיבָּעָר'**-  
קְאָונְטָעָר מְעַדְיִצְיָנָעָן, פָּעַטְשָׁעָס, אָוָן שְׁמִירָעָכָן.
- **רַעְזָוְלְטָאָטָן פָּוֹן סִי וְוַעַלְכָּעַ מְעַדְיִצְיָנִישָׁע טַעַסְטָס וְוַאָס וְוַעַרְן גַּעַטְוֹן אַינְדְּרוֹיסָן**  
פָּוֹן MSK אַיְן דִּי פָּאַרְגָּאָנְגָעָנָע יָאָר, אַוְיָב אַיר הָאַט זִי. צָוָם בִּיְשָׁפִיל  
רַעְזָוְלְטָאָטָן פָּוֹן אַהֲרָן סְטְרָעָס טַעַסְטָס, עַקְאָקָרְדִּיאָגְרָאָם, אַדְעָר  
קְאָרָאָטִיָּד דָּאָפְּלָעָר שְׁטוֹדִיעָ.
- **דִּי נָאָמָעָן אָוָן טַעַלְעָפָאןָ נָוְמָעָרָן פָּוֹן אַײַער הָעַלְטָקָעֵיר פְּרָאוֹוַיְידָעָרָס.**

אַיר וְוַעַט זִיר טְרָעָפָן מִיט פָּאַרְגָּעָשְׁרִיטָעָנָע פְּרָאַקְטִּיךְ פְּרָאוֹוַיְידָעָרָס (APP)

דורכאים אײַער אָפֿינְטְמַעַנְט. זי ווועלן ארבעט נאָנט צוזאָמען מיט אײַער  
אָפֿערָאַצְיָע טיעַם.

אײַער APP ווועט אַיבָּרְקָוּקָן אײַער מעדיצִינִישׁע אָוֹן אָפֿערָאַצְיָע הִיסְטָאַרְיָע מיט  
איַר. אַיר ווועט מעגְלִיךְ האָבָן טַעַסְטָס צו פְּלָאַנְיָרָן אײַער קָעֵיר, אַזְזִי ווֹ:

- אָן עַלְעַטְרָאָקָארְדִּיאָגְרָאָם (EKG) נַאֲצּוֹקָוּקָן אײַער הָאָרֶץ רִיטָם
- אָ בְּרוֹסְטָקָאָסְטָן עַקְסְ-רָעֵי
- בְּלוֹטָ טַעַסְטָס

אײַער APP קָעֵן פָּאַרְשָׁלָאָגָן אָז אַיר זָאלְטָ זָעַן אַנְדָּעָרָעָה הָעַלְטָ קָעֵיר  
פְּרָאוּוֹיְדָרָס. זי ווועלן אוֹרְ רַעַדְן מיט אַיר אַיבָּר וּוּלְכָעָ מַעְדִּיצִין(עַן) צו נַעֲמָעַ  
די צּוֹפְרִי פָּוֹן אײַער אָפֿערָאַצְיָע.

### **(PACT) פִּידִיעָטְרִיךְ וּוּיְטָאָג אָוֹן פָּאַלְיָאָטִיוֹ קָעֵיר טִיעַם**

די PACT אַיז אָטִיעַם פָּוֹן דָּאַקְטוּרִים אָוֹן APPs. מִיר שְׂטִיכָן קִינְדָּעָר אָוֹן  
פָּאַמְּילִיעָס וּוּאָס סְפָּרָאוּעָן זִיר מִיט עַרְנָסְטָעָ קְרָעָנָק בַּיִ' MSK Kids.

די צִיל פָּוֹן פָּאַלְיָאָטִיוֹ קָעֵיר אַיז צו הָעַלְפָן אַיר אָוֹן אײַער פָּאַמְּילִיעָس בְּשַׁעַת אײַער  
בָּאַהֲנְדָּלָוָג. די PACT קָעֵן הָעַלְפָן מִיט פִּיזְיָע, גִּיסְטִישָׁע, סָאַצְיָאַלָּע, אָוֹן  
רֻעְלִיגְיָעָשׁ שְׂוּעוּרָקִיְּתָן. מִיר קָעַנְעָן הָעַלְפָן נִישְׁטָ קִיְּין אָוּנְטָעָרְשִׁיךְ אָיַעַר עַלְטָעָר  
אַדְעָר שְׂטָאָפָל פָּוֹן אײַער קְרָאָנְקָהִיט. מִיר קָעַנְעָן אוֹרְ הָעַלְפָן נִישְׁטָ קִיְּין  
אָוּנְטָעָרְשִׁיךְ אַוְיבָּאָר בָּאַקְוּמָט קָעֵיר אַיְן שְׂפִיטָאָל אַדְעָר אַלְסָ אַן אַוְיטָפָעַיְשָׁעַנְתָּ.   
פָּאַלְיָאָטִיוֹ קָעֵיר אַיז וּוּיכְטִיג אָוֹן בִּיהְיָלְפִּיג פָּאָר יְעַדְעָם.

די PACT שְׂעַצְתָּ אָיַעַר בָּאַשְׁלָוָן, וּוּרְדָן, אָוֹן גְּלוּבוֹנְגָעָן. מִיר מַוטִּיגָן אַיר אָוֹן  
אײַער פָּאַמְּילִיעָס צו זִיְּן אַקְטִיוֹ אַיְן מַאֲכָן בָּאַשְׁלָוָן אַיבָּר אָיַעַר צִילָן אָוֹן פָּלָעָנָעָר  
פָּוֹן קָעֵיר. מִיר ווועלן ארבעטָן צוזאָמעָן מִיט אלָעָ מִיטְגָּלְדָעָר פָּוֹן אָיַעַר קָעֵיר  
טִיעַם. אָוּנְזָעָר צִיל אַיז צו מַאֲכָן זִיכְעָר אָז אַיר אָוֹן אָיַעַר פָּאַמְּילִיעָס הָאָבָן דַּי  
שְׂטִיכָע וּוּאָס אַיר בְּרוּיכָטָן צו לְעַבְנָן וּוֹ גּוֹטָ מעְגָלָר.

### **אָוּנְטָעָרְשִׁיךְ מַעְדִּיצִין**

MSK אינטערגרעיטייזו מעדיצין סعروויס שטעלט צו הילפ' מיטן זיך אפרוען, פארמיינער אומבאך וועליכקייט, אוון פארבעסערן אייר אלגעמיינע געזונטהייט. אונזער ספוציאלייסטן זענען טרענירט אוון סערטיפיד אין אינטערגרעיטייזו געזונטהייט פירונגגען איזוי וו:

- מאסאדייש טעראפייע
- מוזיק טעראפייע
- טאנצן טעראפייע
- יאגע
- מעדיטיעישאן
- מיינד-באדַי פיטנעס
- אקייפאנקטשער

בשעת אייר ערשתע אינטערגרעיטייזו מעדיצין באזורך, ווועט אין אינטערגרעיטייזו מעדיצין ספוציאלייסט רעדן מיט אייר. זי וועלן אייר זאגן וועגן די אינטערגרעיטייזו מעדיצין סعروויסעס וואס זענען דא צו באקומען אין MSK. זי וועלן אויר רעדן מיט אייר איבער:

- אנדערע סארטן פון אינטערגרעיטייזו מעדיצין אוון האליסטייך טעKENIKS.
- ויאזוי זיך צו באניצן מיט די טעראפייעס בשעת אייר פארוילונג.
- ויאזוי זי קענען העלפֿן אייר אוון אייר פAMILIUS איידער אפעראציע אוון בשעת אויסה היילונג.

### **העלפט אייר גוף זיך גרייטן פאר אפעראציע**

oir קענט זיך אויסה היילן שנעלער אוון גריםגער אויב אויר העלפט אייר גוף זיך אוון זיך בעסטע צוشتאנד איידער אייר אפעראציע. די אפטילונג האט ביישפֿילן פון זאכן וואס אויר קענט טוען צו מאכן אייר גוף גרייט פאר אפעראציע. אייר קער טיעם ווועט אייר העלפֿן באשלוּסן וועלכֿע אקטיוויסטען זענען די בעסטע פאר אייר.

## **פראקטיס אטעמען þame הויסטן**

פראקטיס צו אטעמען טיפ און היסן אידער איער אפעראציע. איר קענט דאס טוען דורך:

- ארום שפאצ'ירן אדער שפילן.
- בלאון באבעלס אדער בלאון אטישו אין די לופט.
- ניצנ'דיג איער אינסענטיזו ספיראומטען, אויב איער קעיר טעם האט איר געגעבן איין.

## **ארומגיין און זיין אקטיזו**

פרובירט צו טוּן פיזישע אקטיזויטען יעדן טאג. בישפילן זענען גיין, שוויימען, אדער פארן אויף א בײַק. MSK טוט אויר פארשלאגן אומזיסטען וווערטואלע קלאסן פאר יעדע עלטען וואס קען איר העלפן זיין אקטיזו. פרעגט איער העלטקעיר פראוויידער פאר מער אינפארמאציע.

## **פראבירט מעדייטישאן און מינידפולנעם (צולייגן קאָפּ)**

צולייגן קאָפּ צו אטעמען, מעדייטישאן, יוגע, רירן פראקטיס, מסאַדְזֵשׁ, און אקיופרעשר טעכניין קענטען איר העלפן וווען איר גרייט זיך פאר אן אפעראציע. אונזער אינטגרעיטיזו מעדייצין סערוויס ווידיאוס קענטען איר העלפן טרעפן די ריכטיגע אקטיזויטען צוצולייגן צו איער סדר היום אידער איער אפעראציע. באזוכט [www.msk.org/integrative-medicine-multimedia](http://www.msk.org/integrative-medicine-multimedia) צו טרעפן די ווידיאוס. איר קענט אויר באזוכט [www.msk.org/meditation](http://www.msk.org/meditation) צו זען אנגעפירות מעדייטישאן ווידיאוס געמאכט דורך אונזער עקספערט מיח-גוף ספֿעֶצְיַאלִיסְטָן.

## **פֿאַלְגַּט נָאָר אֲ גַעְזּוֹנְטָעַ דִּיעָטָעַ.**

אן MSK Kids קלינישע דיביטישאן נוֹטְרִישָׁאַנִיסְט קען רעדן מיט איר וויאָזִי זיך צו גרייטן פאר אן אפעראציע. איר קענט געווואר וווען וויאָזִי צו מאָקָן זיכער אָז איער ערנערונג איז די בעסטע וואס עס קען זיין.

אויב איר באַקְוּמָעַט קענסער טרייטמענסט פאר איער אפעראציע, קענטע זיין

פאראורזאכן א טויש און די טעם פון עסן, פארלוסט פון אפעריט, און שווועריגק'יטן מיט פארדייען עסן. דאס קען עס מאכן שוווער צו עסן גענוג, וואס קען איר מאכן פארליין וואג. איער אוטפעישענט MSK Kids קלינישע דיבטיישאן נוטרישאניסט קען ארבעטען מיט איר צו מאכן א פלאן וואס העלפט מיט עסן פראבלעמען.

עס קען אויר העלפן צו נאכפאלגן די אלגעמיינע אנווייזונגגען:

- עסט אביסל אבער עסט אפט. צום ביישפיל, עסט א האלבע מאלציט יעדע 2 צו 3 שעה פראבירט צו האבן 6 ביז 8 קלענערע סעודות א טאג אנטשטאט 3 גרייסע מאלציטן.
- מאכט און פאלגט אויס א מאלציט פלאן. ווארט נישט צו עסן ביז אויר זענט הונגעריג. ליגט דעם פלאן אין א פלאץ וואו יעדער קען עס זעה.
- האלט איער באלייסטע עסנווארג אינדערהיים וואו אויר קענט צוקומען צו זי' גריינגרהיט.
- קויפט אינצעלע פארצייעס פון עסנווארג וואס אויר קענט גריינגרהיט עסן, איזויאו יאגורט סמודי געטראנקן אדער טשים סטיקס.
- קאכט גרעסערע סומע עסן איז אויר זאלט האבן שיריים.
  - האלט אן עקסטערע פארצייע אין איער רעפרידזשערעיטאר פאר די נעקסטע טאג, אבער נישט פאר לענגער.
  - פרירט די איברגע. וווען אויר זענט גרייט עס צו נוצן, לאזט עס אויף אינעם רעפרידזשערעיטאר אדער מייקראוועויאו, אבער נישט בלוייז אויפן קאונטער. דאן הייצט עס אן ביז עס איז קאכעדייג.
- עסט פון פארשידענע עסן גראפעס און סארטן פון עסנווארג אין איער דיבטע, סיידן איער דקטער אדער קלינישע דיבטיישאן נוטרישאניסט זאגט אויר אן איז אויר זאלט נישט.
- אמאַל קען זיין גריינגר צו טרינקן ווי צו עסן. פראבירט צו באקומווען מער קאלאריעס פון גערטאנקן ווי פון סאליד עסנווארג. צום ביישפיל, נעמת א

מילקשייק אדער נוטרישאנעל סופלעמענט איזוּי פידיעטור (®Pediasure) אדער קאנעישאן ברעכפערט עסענשאלס (Carnation Breakfast Essentials).

- עסן אוֹן מאַלצִיט זאלָן זיין געַשמאָק, אוֹן קְיַין סְטְרָעֵס. פֿראַבִּירֶט צַו עַסְן צְזָאַמְעָן מִיט פָּאָמִילְיָע מִיטְגְּלִידָעָר.

- באַטְרָאָכְט אַיְיָר נְעֻרָוְג אלָס זיין פֿוֹנְקָט אַזְוִי וּוַיכְטִיג וּוֹי אַיְיָר מַעֲדִיצִינְעָן.

געַדְעַנְקָט צַו אַיְסְוּעָלּ עַסְנוּוֹאָרג וּוֹאָס האָבָן אַסְאָר קְאַלְאָרִים אוֹן פֿרָאָטִיעָן. רַעַדְת מִיט אַיְיָר MSK Kids קלִינִישׁע דִּיְעַטְּיָשָׁאן נְוַטְּרִישָׁאָנִיסָּט וּוְעָגָן עַסְנוּוֹאָרג וּוֹאָס אַרְבָּעָט דֵּי בְּעַסְטָע בָּאַזְיָרָט אַוִּיפּ וּוֹאָס אַיְרָהָט לִיב אַדְעָר אַיְיָר מאַלְצִיט פְּלָאוֹן.

## **Have a carbohydrate drink on the morning of your surgery**

One of your healthcare providers will give you a bottle of CF(Preop)<sup>®</sup> or Ensure<sup>®</sup> 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.

## **טרעַפְט זִיר מִיט אַנְדָּעָרָע הַעַלְתָּקָעֵיר פֿרָאָפְּעָסִיאָנָעָלּ, אַוִּיב עַס פֿעַלְט אַוִּיס**

MSK האָט פִּיל עַרְלִי הַעַלְתָּקָעֵיר פֿרָאָפְּעָסִיאָנָעּ וּוֹאָס קְעַנְעָן אַיְרָהָט הַעַלְפָן פָּאָר, בְּשָׁעָת, אוֹן נָאָר אַיְיָר קְעַנְסָעָר טְרִיטְמָעָנָט.

- **סָאַשְׁעָל וּוְאַרְקָעָרָס** קְעַנְעָן אַיְרָהָט הַעַלְפָן מִיט דֵּי עַמְאַשְׁינָאָל, סָאַשְׁעָל, אוֹן פִּיזְיָשׁ וּוְירָקָונְגָעָן פָּוֹן אַקְעַנְסָעָר דִּיאָגְנָאָז. אַוְנוֹזָעָר סָאַשְׁעָל וּוְאַרְקָעָרָס שְׁטוּלָן צַו קְאָנוֹסָעָלִינְג אוֹן פֿרָאָקְטִישׁע הַילָּפּ. זַי הַעַלְפָן פָּאָמִילְיָעָס זִיר סְפָרָאוֹן מִיט זִירָעָר קִינְדְּס קְרָאָנְקָהִיט, פָּאָרְבָּעָסָעָרָן קְאָמוֹנִיקָאָצִיעָס מִיט פָּאָמִילְיָעָס אוֹן פְּרִיְינְט, גַּעֲבָן אַיְבָעָר אַיְנְפָאָרָמָאָצִיעָס וּוְעָגָן קְאָמְיוֹנִיטִי רַעֲסָוֹרָסָן, אוֹן הַעַלְפָן זִיר צְגַעְוּוֹאַוִּינְעָן צַו מַעֲדִיצִינְיָשׁ בָּאַהֲנְדָלָוָגָן.

• **טשיילד לייף ספוציאלייסטן** זענען טרערנירטע פראפעסיאנעלן וואס פארשטייען מענטשליכע וואוקס און אנטווקילונג. אויב אויר זענט באזארגט אדער אングעשטראנגט וועגן איייר פראצעדור, קענען זי' אייר העלפן פלאנירן וועגן צו זיין מער באקוועם און רואיג. MSK'ס טשיילד לייף ספוציאלייסטן האבן פארשידענע אינטערעסן און ערפאรองג, ארינגערעכנטן עדיקעישאן, פסיכאלאגיע, קונסט וווערך, און קונסט טעראפייע. אלע צוזאמען טוען אונזערע סקילס און סערטיפיקיעישאנס צושטעלן א פולע רייע פון טשיילד לייף סערויסעס וואס לערנען אויס און פארשטערקערן פאציענטן און זי'ערע משפחות בשעת א קראנקהיט.

• **קאנסלערס און טעראפייסטן** קענען זיך טרעפן מיט אייר און איייר פאמיליע מיטגילדער און צושטעלן קאנסלינג פאר עמאציאנאלאע פראבלעמען פארבינדן מיט זיך ספראווען מיט קענסער. MSK'ס קאנסלינג צענטער האט אויר שטיצע גראפעס וואס קומען זיך צוזאם יעדע שטיק צייט.

אייר העלטקייר פראויידער וועט אייר פארשלאגן א רעפערעל פאר די סערויסעס. אויר קענט אויר בעטן א רעפערעל אויב אויר זענט אינטראטיסרט.

### **ערלעדיין א פלאץ צו איינשטיין, אויב נויטיג**

די ראנעלד מוקדאנעלד הויז (Ronald McDonald House) האט ציטווויליגע האודינג פאר פידיעטריך קענסער פאציענטן און זי'ערע פאמיליעס. MSK האט אויר אפמאכן מיט עטליכע לאקלע האטעלן און האודינג פאסיליטיס וואס קענען אויר געבן א ספוציעלע ביליגערע פרייז.

אייר סאשעל וואركער קען רעדן מיט אויר איבער איייר אפצייעס און אויר העלפן מאכן רעדערוועישאנס. אויר קענט אויר רופן 5-8315-639-212 צו רעדן מיטן פידיעטריך פאציענט סערויסעס קאראדיינעיטאר.

### **פילט אויס א העלט קער פראקסיז (Health Care Proxy) בויגן, אויב נויטיג**

אויב אויר זענט 18 יאר אדער עלטער און האט נאכניישט אויסגעפלט א העלט

קעир פראקי (Health Care Proxy) ביגן, רעקאמונדירן מיר איז אויר זאלט דאס יעצט טון. אויב אויר האט שווין אויסגעפילט אײַנס אדער אויר האט ס' וועלכע אנדערע פארשראיט אנוויזונגען, ברעננט זי' צו אײַער קומענדיגע אפונטמענט.

א העלט קעир פראקי איז א לעגאלע דאַקּומענט. עס אַידענטיפֿיצְרֶט דער מענטש ווֹאָס ווֹעֵט רעדן פֿאָר אַיְר אוּבּ אוּבּ אוּבּ קענט נישט קַאַמְּיוֹנִיקְיָרִן פֿאָר זִיר אלַיְינָס. דער מענטש ווֹאָס אוּבּ אוּבּ אוּבּ אוּבּ אַנְגַּעֲרוֹפּן אַיְיָעַר העלט קעир אַגְּעַנְתּ.

- צו לערנען מער וועגן העלט קעир פראקים און אנדערע עדווינס *Advance Care Planning for Cancer Patients 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 קעир אַגְּעַנְתּ, ליינט *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)).

רעdet מיט א מעמבער פון אַיְיָעַר קעир טיעם אוּבּ אוּבּ אוּבּ פֿרָאָגָעָס ווֹעֵג אַוְיסְפִּילְן אַהֲלַט קעир פראקי פֿאָרָם.

## **7 טעג אַיְדָעָר אַיְיָעַר אַפְּעָרָאַצְיָע פֿאַלְגַּט אַוְיס אַיְיָעַר הַעֲלַטְקָעֵיר פֿרָאָוְיִדְעָרְס אַנוּזְוַנְגָּעָן צו נַעֲמָעָן אַסְפִּירִין**

אַסְפִּירִין קען פֿאָרָאוֹרָזָאָקְן בְּלוֹטִיגָּן. אוּבּ אוּבּ נַעֲמָט אַסְפִּירִין אַדְעָר אַמְּדִיצְיָן ווֹאָס האט אַסְפִּירִין, קענט אוּבּ מַעְגָּלִיךְ דָּאָרְפָּן טַוִּישָׁן אַיְיָעַר דָּאָזָע אַדְעָר אוּפְּהָעָרָן עָס צו נַעֲמָעָן 7 טעג אַיְדָעָר אַיְיָעַר אַפְּעָרָאַצְיָע. פֿאַלְגַּט אַוְיס אַיְיָעַר הַעֲלַטְקָעֵיר פֿרָאָוְיִדְעָרְס אַנוּזְוַנְגָּעָן. **הָעָרָט נַיְשָׁט אַוְיס צו נַעֲמָעָן אַסְפִּירִין אַוְיסְעָר אַוְיבּ זַיְהִיָּס אַיְרָ.**

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

([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)).

## **הרט אויף צו נעמן וויטמין E, מולטיוויטמיןין, הערבל רעמדיס, און אנדרע דיעטישע סופלעמענטן**

וויטמין E, מולטי-וויטמיןין, הערבל רעמדיס, און אנדרע דיעטישע סופלעמענטן קענען פאראורזאכן בלוטן. הרט אויף עס צו נעמן 7 טיג פאר אייר אפערacists. אויב אייר העלטקער פראוויידער גיבט אייר אנדרע אנוויזונגען, פאלגט עס אויס אנשטאט.

צו לערנען מער, לינט *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 אימעדזינג סקענס, אויב עס פעלט אויס**

איך ווועט דארפן האבן אימעדזינג סקענס צו העלפֿן אייר העלטקער פראוויידערס פלאנירן אייר אפערacists. אויב איך מאכט זי ערגעץ אנדרעוש אויס אין MSK, ווועט אייר העלטקער פראוויידער אייר מעגליין בעטן צו ברענגן א דיסק מיט קאפיקס פון די אימעדזינג סקענס צו אייר אפונטמענטן.

## **2 טיג איידער אייר אפערacists**

### **הרט אויף נעמן נאנטערואודאל אנט-אינפלאםמאתרי דראגס (NSAIDs)**

NSAIDs, וו איבופראפֿן (Advil<sup>®</sup>) אוון מוטרין (Motrin<sup>®</sup>) אוון נעפראקסען (Aleve<sup>®</sup>) קען פאראורזאכן בלוטיגונג. הרט אויף עס צו נעמן 2 טיג פאר אייר אפערacists. אויב אייר העלטקער פראוויידער גיבט אייר אנדרע אנוויזונגען, פאלגט עס אויס אנשטאט.

צו לערנען מער, לינט *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)).

## [medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids](#).

### **1 טאג איזידער איער אפעראציע מערכת די צייט פון איער אפעראציע**

א שטאב מיטגילדער פונעם אדמיטיניג אפיס ווועט איזר רופן נאר 2 איזיגער נאכמיטאג די טאג פאר איער אפעראציע. אויב איער אפעראציע ווועט פארקומען מאנטאג, ווועלן זי איזר רופן די פרייטאג פארדען. אויב מען רופט איזר נישט ביז 4 איזיגער נאכמיטאג, רופט 2002-7007-639-212.

די שטאב מיטגילדער ווועט איזר זאגן וויפיל איזיגער צו זיין אין שפיטאל פאר איער אפעראציע. זי ווועלן איזר אויר דערמאנען וואו צו גיין. פאר אינפארמאציע ווועגן MSK'ס לאקציעס, ארינגערכנט וועגוויזונגען און פארקינג אפזיעס, באזוכט אונזער [לאקציעס דירעקטאר](#).

### **באדט זיך אדער שאווערט מיט 4% קלארהעקסידין גלוקאנעיט (CHG) סאלושען אנטיסעפטיק הויט רײניגער (אוזווי Hibiclens®)**

4% CHG סאלושען איז א הויט רײניגער וואס הריג'עט באצילן פאר 24 שעה נאר איזר נוצט עס. שאווערן אדער זיך באדן מיט עס פאר איער אפעראציע ווועט העלפֿן פארמינערן די רײזיקע פון אינפאקצייע נאכן אפעראציע.

איער העלטקייר פראוויידערס ווועט איזר געבן א פלאש פון 4% CHG סאלושען בי אינער פון איער אפונטמענטס פארן אפעראציע. איזר קענט עס אויר קויפֿן בי איער לאקאלע אפטיק אן א פרעסקריפשן. שאווערט אדער באדט זיך מיט עס די נאכט פאר אדער אינדרפרי פון איער אפעראציע.

1. נוצט איער נארמאלו שעטפו צו וואשן איער האר. שווונקעט גוט איער קאָפּ.

2. נוצט איער נארמאלו זייפֿ צו וואשן איער פנימ און פריוואטער ערטרער. שווונקעט גוט איער גוף מיט ווארעם וואסער.

3. עפנען די 4% CHG סאלושאן פלאש. גיסט ארין אביסל אין איער האנט

אדעָר אַ רִינְעַ וּוֹאַשׁ טִיכָּל. מִישְׁטַ עַס נִישְׁטַ מֵיטַ וּוֹאַסְעַר.

4. רִיקְטַ זִיר אַוּוֹעַק פּוֹנוּעַמַ שָׂאוּעַר שְׁטְרָאַם אַדְעָר שְׁטִיטַ אַוִּיפַ אַיְנָעַמַ וּוֹאַנְעַ.

רִיבְטַ דִי 4% CHG סַאלּוֹשָׁעַן לַיְכְטָעָרְהַיִט אַיְבָעַר אַיְעָרַ גּוֹפַ פּוֹן אַיְעָרַ האַלְזַז בִּזְ צַוְ דִי פִּיס. לַיְגַט עַס נִישְׁטַ אַוִּיפַ אַיְעָרַ פְּנִים אַדְעָר פְּרִיאַוָאַטָעַ עַרְטָעַר.

5. שְׂוּעָקָנְטַ אַפְ דִי 4% CHG סַאלּוֹשָׁעַן מֵיטַ וּוֹאַרְעַמַ וּוֹאַסְעַר.

נַאֲךְ אַיְעָרַ שָׂאוּעַר אַדְעָר בָּאָדֶ, טְרִיקָעָנְטַ זִיר אַפְ מֵיטַ אַ רִינְעַן הַאנְטוֹר. טָוָט אַנְזָן רִינְעַן פִּידְזָשָׁאַמָּאַס אַדְעָר קְלִיְדָעַר. לַיְגַט נִישְׁטַ קְיַיְן שֻׁוְם שְׁמִירָעָכָץ, זָאַלְבַ, דְעַדְעָרָאַנְט, מְעַיקָאָפַ, פָאַודָעַר, פָאַרְפּוּם, אַדְעָר קְאַלְאָן.

## **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 8 •

:drink 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 ○

ClearFast CF(Preop)® or Ensure® Pre-Surgery ○

.clear carbohydrate drink

◦ .<sup>®</sup>Gelatin, such as Jell-O

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

### **אין דערפרוי, דעם טאג פון אייער אפעראציע אנזיזונגען פאר טרינקן איידער אייער אפעראציע**

איך קענט טרינקן פאר מולע, מאמעס מילך, אוון קלארע פלייסיגקייטן ביז האלבע נאכט. פאלגט אויס די אנזיזונגען אינעם טאואל אונטן. איך קענט פוצן אייער ציין אוון נעמען אייער מעדיצין מיט א קליאן ביסל וואסער.

סארט פלייסיגקייט	ווען צו אויפהערן	וויפיל צו טרינקן
<b>בעיבי פארמולע</b>	הערט אויף טרינקען פאר מולע <b>6 שעה</b> פאר די צייט וואס איך דארפט אנקומען.	• וויפיל מען וויל
<b>מאמעס מילך</b>	הערט אויף טרינקען מאמעס מילך <b>4 שעה</b> פאר די צייט וואס איך דארפט אנקומען.	• וויפיל מען וויל
<b>קלארע פלייסיגקייטן איזויאו</b>	הערט אויף טרינקען קלארע פלייסיגקייטן <b>2 שעה</b> פאר די צייט וואס איך דארפט אנקומען.	<ul style="list-style-type: none"><li>• 0 ביז 3 יאר אלט: ביז <b>4 אונסטעס</b> (120 מיליליטער)</li><li>• 4 ביז 8 יאר אלט: ביז <b>6 אונסטעס</b> (180 מיליליטער)</li><li>• 9 ביז 13 יאר אלט: ביז <b>8 אונסטעס</b> (240 מיליליטער)</li><li>• 13 יאר און העכער: ביז <b>12 אונסטעס</b> (360 מיליליטער)</li></ul>

### **אנזיזונגען פאר טרינקן איידער אייער אפעראציע**

**ענדיגט די קארבאהיידראיס געטראנק וואס אייער**

**העלטקער פראוויידער האט איך געגעבן **2 שעה** פאר די**

**ציט וואס איך דארפט אנקומען.** אייער העלטקער פראוויידער



וועט איר זאגן וויפיל צו טרינקען.

**טרינקט גארנישט אין די לעצעט 2 שעה אידער די ציט וואס איר דארפט אנקומען.** דאס שליסט אין פארמולע, מאמעס מילך, וואסער, און אנדעראָע קלארע פלייסיגקייטן.

### **געמט אַיערע מעדיצינען ווי געהיין**

א מיטגלאַיד פון אַיער קעֵיר טיעם וועט איר זאגן וועלכע מעדיצינען צו נעמען די צופרי פון אַיער אָפעראַציע. נעמט נאר די מעדיצינען מיט אַשליינְג וואסער. געוואנְדן אויף וואס אַיר נעמט געווונלִיךְ, קעַן דאס זִין אלע, עטליכּע, אַדער קִין אַיְנע פון אַיער געווונלִיךְ צופרי מעדיצינען.

### **אַיר זָאלֶט געדענְקען דָּאָזִיקָע זָאָכָן**

- אֹיבָאַיר טְרָאָגֶט קָאנְטָאָקֶט לְעַנְסָעָס, טְרָאָגֶט אַנְשָׁטָאָט אַיעָר בְּרִילְן. טְרָאָגֶט קָאנְטָאָקֶט לְעַנְזָעָס בְּשָׁעָת אָן אָפָערְאַצְיעָ קָעַן שְׁעַדְגָּן אַיעָרָע אָוִיגָן.
- אַיר זָאלֶט נִישְׁטָט טְרָאָגֶן קִין מַעֲטָאָלְנָע אַבְּיַעַקְטָן. נעמט אַרְאָפָּאָלָע צִירְוָנְגָעָן, אַינְשָׁלִיסְלָעָר קָעַרְפָּעָר פִּיעָרְסִינְגָס. די גַּעַצְיִיג ווָאָס ווָעָרָן גַּעַנוֹצָט בְּשָׁעָת אַיעָר אָפָערְאַצְיעָ קָעַנְעָן אָפְּבָרְיָעָן אֹיבָזִי רִין אָן אַיְזָן.
- שְׁמִירָת נִישְׁטָט קִין שְׁמִירָעָכָץ, זָאָלָבָן, דָּעָדָעָרָאָנְט, מַעְיָקָאָפָּ, פָּאוֹדָעָר, פָּאָרְפּוֹם אַדְעָר קָאָלָאָן.

### **וְאָס צַו בְּרֻעְנָגָן**

- 1 באָרוֹאִיגָּוָג אַרְטִיקָּל (אַזְוּיוֹ אַ צּוֹדָעָק אַדְעָר בְּעַרְעַלְעָ).  
• 1 אַדְעָר 2 עַלְקָטְרָאַנְשָׁע דָּעָוִיָּסָעָס (אַזְוּיוֹ אַ סְמָאַרְטְּפָאָוָן, טָאָבְלָעָט, אַדְעָר MP3) אָוָן זַיְעָרָע טָשָׁאָרְדְּזָשְׁעָר(ס).
- אלע מעדיצִין וואס אַיר נעמט, אַרְיִינְגְּעָרְעָכָנְט פְּרָעָסְקְּרִיפְּשָׁאָן אָוָן אַיבָּעָר-די-קָאָונְטָעָר מַעְדִּיצִינְעָן, סּוֹפְּלָעְמָעָנְטָס, פָּעָטְשָׁעָס, אָוָן שְׁמִירָעָכָן.
- אַיעָר אַינְסָעָנְטִיוֹ סְפִּירָאָמְעָטָעָר, אֹיבָאַיר הָאָט אַיְנָס.

- אײַער העלטֿקעֵיר פֿראָקְסִי בּוֹיגַן אָוֹן אַנְדַּעַרַע אַוְאָאנְסִירַטַע אַנוֹזְיַזְוְגָעַן, אַוְיבַּ  
איַר האַט זַי אַיסְגֶּפְולַט.
- דַּעַם וּוּגְזּוּזְעָר. אַיְיָעַר קְעֵיר טִיעַם וּוּעַט עַס נַזְכַּן אַיְיר צַו אַוְיסְלַעֲרַנְעַן וּוּיאָזוּן.  
צַו קְעֵיר נַעֲמַען פּוֹן זַיְר נַאֲכַן אַפְּעָרָאַצְיַע.

### **איַנְמָאַל אַיְר זַעַנְתַּ אַיְן שְׁפִיטָאַל**

וּעַן אַיְר קְוּמַט אָוֹן אַיְן שְׁפִיטָאַל, נַעֲמַט דַּי B עַלְעֲוֹוּעַטָּאָר צַו דַּי 6 טַע שְׁטָאָק.  
שְׁרַיְבַּט זַיְר אַיְין בִּים טִישֵּׁל אָוֹן דַּי PSC וּוּאָրְטַ צִימָעָר.

פִּיל שְׁטָאָב מִיטְגְּלִידָעַר וּוּלְעַן אַיְר בְּעַטַּן צַו זָגַן אָוֹן אַוְיסְשְׁרַיְבַּן אַיְיָעַר נַעֲמַען אָוֹן  
גַּעֲבּוּרְטָס דָּאָטוּמַן. דָּאָס אַיְז פְּאָר אַיְיָעַר זִיכְעַרְקִיְּטַן. מַעֲנַטְשַׁן מִיטַּדַּי זַעֲלַבַּע אַדְעָר  
עַנְדְּלִיכְעַ נַעֲמַען קְעַנְעַן הַאֲבָן אָוֹן אַפְּעָרָאַצְיַע אָוֹן דַּי זַעֲלַבַּע טָאגַן.

וּעַן עַס אַיְז צִיְּטַ פָּאָר אַיְיָעַר אַפְּעָרָאַצְיַע, וּוּעַט אַיְר בְּאַקְוּמַעַן אַיְן שְׁפִיטָאַל קְלִיְּדַן  
רָאָקַן, אָוֹן זַאֲקַן צַו טְרָאָגַן.

### **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

### **טרֻפַּט זַיְר מִיטַּן אַנְעַסְטִיזְיָאלְעַדְזִישִׁיסְט**

איַר וּוּעַט זַיְר אַוְיר טְרֻפַּן מִיטַּן אַנְעַסְטִיזְיָאלְעַדְזִישִׁיסְט פָּאָרָן אַפְּעָרָאַצְיַע. זַיְר  
וּוּלְעַן:

- אַבְּעַרְשְׁמוּעַסְן אַיְיָעַר מַעְדְּצִינִישַׁע פָּאָרְגָּאָנְגָּעָנְהַיִּט מִיטַּן אַיְר.

• איר פרעגן אויב אויר האט געהאט פראבלעמען מיט אנעסטיזיע אין די פאראגאנגענהייט. דאס רעכנט אריין איבלונג (געפילן פון ברען) אדער וויאטאג.

• רעדן מיט איר וועגן איער באקוועמליכק'יט און זיכערהייט בשעת איער אפעראציע.

• רעדן מיט איר וועגן די סארט אנעסטיזיע אויר וועט באקוומען.

• ענטפערן פראגס וואס אויר האט וועגן אנעסטיזיע.

### **מאכט זיך גרייט פאר איער אפעראציע**

ווען עס איז צייט פאר איער אפעראציע, וועט אויר אדער ארײַנשפאצ'ין אינעם אפעראציע צימער, אדער וועט א שטאב מיטגלידער אויר ארײַנפֿרֿין אויף א סטרעטשער. א מיטגלידער פונעם אפעראציע צימער טיעם וועט אויר העלפֿן אריבעריגין צום אפערין בעטל.

איינמאָל אויר זענט באקוועם, וועט איער אנעסטיזיאלאַדזשיסט איר געבן אנעסטיזיע און אויר וועט אינשלאָפֿן. אויר וועט אויר באקוומען פלייסיגק'יטן דורר איער ארײַנגעלְיגט פארט, CVC, אדער VII ליין דורךאָיס און נאָר איער אפעראציע.

### **בשעת איער אפעראציע**

נאָר אויר זענט אינגןץן אנטשלאָפֿן, וועט אַן אַטְעַמְעַן טֹאָב ווּרָן ארײַנגעלְיגט אויר צו העלפֿן אַטְעַמְעַן. מען וועט אויר ארײַנְלִיְגָן אַיְרָנְעָרִי (Foley) קאָטְעַטְעַר צו אַרְוִיסְנֶעְמָעַן ווּאַסְעַר פֿוּן אַיְעָר בְּלַעֲדַדְעָר.

איינמאָל אויר אפעראציע איז פָּאַרְעַנְדִּיגְט, וועלְן אַיְעָר שְׁנִית(ן) ווּרָן פָּאַרְמָאָכְט מֵיט סּוֹטְשָׁוֹרָס (סְטִיטְשָׁעָס), <sup>®</sup>Dermabond (כִּירּוֹגִישׁע קְלֻעְבָּעֵץ), אַדְעָר <sup>™</sup>Steri-Strips (דִּינְעַ שְׁטִיקְלָעַר פֿוּן כִּירּוֹגִישׁע טְעֵיפָ). זַיְיַ וועלְן אויר ווּרָן באָדָעָקְט מֵיט אַדְרָעְסִינְג.

### **נאָר אַיְעָר טָאָרָאָקְ אַוְבְּדָאָמִינָאָל אַפְּעַרְאַצְיָע**

די אינפארמיציע אין דעם טיל ווועט איר זאג וואס צו ערווארטן נאך איער אפעראציע, סי' בשעת איער שפיטאל פארוילונג און נאך איר פארלאזט דעם שפיטאל. איר ווועט לערנען וויאזוי זיך צו אויסהיילן פון איער אפעראציע זיכערעהייט.

ווען איר ליינט אדורך דעם טיל, שרייבט אראפ סי' וועלכע פראגעס וואס איר ווילט פרעגן איער העלטק עיר פראווידער.

## 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

### معدיצינען פאר וויטאג

באלד נאך איער אפעראציע, ווועט איר איר באקומען VII וויטאג מעדיצין דורך איער ארינגעלייגט פארט, CVC, אדער אינטראוינוס ליין. איר ווועט מעגליר באקומען עקסטער וויטאג מעדיצין דורך אן עפידורעל קאטטער אדער פעריפערעל נערוּן קאטטער (נערוּן בלאָק). זאגט פאר אינער פון איער העלטק עיר פראווידערס אויב איער וויטאג איז נישט קאנטראלייט.

איר ווועט קענען קאנטראליין איער וויטאג מעדיצין דורך נוצן א קנעפל אנגערופן א פאציענט-קאנטראליירט אnalgesic (Patient-controlled analgesia) PCA (analgesia - PCA). פאר מער אינפארמיציע, ליינט דעם רעסורים 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)).

## **טואבס און דראינס**

איך ווועט האבן 1 אדער מער פון די פאלגנדע טואבס און דראינס נאר אײַער אפעראציע. אײַער קעיר טיעם ווועט אײַר זאגן ווּאָס צו ערווארטן.

- אָ ברוסטקאסטען טואב. דאס ווועט העלפֿן אָרוּיסְצִיעַן לוּפֿט אָונְ פְּלִיסְיגְּקִיטַּ פָּוּן די פְּלָאַץ אָרוּם אָייַעַר לָוְנָג.
- בָּוֵיר דְּרָעִין. דאס ווועט העלפֿן אָז פְּלִיסְיגְּקִיטַּ פָּוּן אָייַעַר בָּוֵיר זָאַל אָרוּיסְרִינְעָן. זַי ווּעָלָן אָרוּיסְקּוּמָעָן פָּוּן אָייַעַר שְׁנָוֹת אָונְ זִיְּן אָרִינְגְּגָעָנִיתַּ צַו בְּלִיבָּן אִין פְּלָאַץ.
- אָן עָסָן טואב (פִּידִינְג טואב). דאס ווועט ווּעָרָן גַּעֲנוֹצֶטְ אָיר צַו גַּעַבְּן עַרְנְעָרוֹנָג.
- אָן אַטְעָמָעָן טואב. דאס ווועט אִירַעַתְּ העלפֿן אַטְעָמָעָן.
- אָן אַדְעָר לִינְיָע. דאס ווועט מְעֻסְטָן אָייַעַר בְּלָוטַּ דְּרוּקָה.
- אָ יְוִינְעָרִי קְאַטְעָטָעָר. דאס ווועט אָרוּיסְפִּירַן יְוִינְעָרִי פָּוּן אָייַעַר בְּלָעְדָּעָר. דאס העלפֿט אָייַעַר קָעִיר טִיעָם הָאלְטָן חַשְׁבּוֹן פָּוּן וּוּפִילְיָוִינְעָרִי אִירַעַתְּ.

אָייַעַר הָעַלְטָקָעִיר פְּרָאוּיְידָעָרָס וּוּעָלָן נְעַמְּעָן קָעִירַעַתְּ פָּוּן אָייַעַרְעָטְ אָונְ דְּרָעִינְס וּוּעָן אִירַעַתְּ אִין שְׁפִּיטָאַל. רֹובְּ מְעַנְּטָשָׁן הָאָבָּן נִישְׁטָּ קִיְּן טְוָאָבְּס אָונְ דְּרָעִינְס וּוּעָן זַיְּ זְעַנְּעָן גְּרִיטַּ צַו אַהֲיְמָגִּיןַּ פָּוּן שְׁפִּיטָאַל. אֹיְבָּ אִירַעַתְּ נְעַמְּעָן נָאָרְ הָאָבָּן אָטְאָבְּ אַדְעָר דְּרָעִין וּוּעָן אִירַעַתְּ פְּאַרְלָאַזְטַּ דָּעַם שְׁפִּיטָאַל, וּוּעָלָן אָייַעַרְעָטְ הָעַלְטָקָעִיר פְּרָאוּיְידָעָרָס אִירַעַתְּ וּוּיְזָן וּוּאַזְיָן צַו קָעִירַעַתְּ נְעַמְּעָן דָּעַרְפָּוּן אַינְדָּעָרָהִים. זַיְּ וּוּעָלָן אִירַעַתְּ זִיכְּעָרָמָאָקָן אֶזְ אִירַעַתְּ דַּיְ גַּעַצְיָג וּוּאָס אִירַעַתְּ דָּאַרְפָּטַּ.

### **פִּיזְיָשׁ טְעָרָאָפִּיעַ אָונְ אַקְיּוּפְּעִישָׁאָנָעָלְ טְעָרָאָפִּיעַ**

אֹיְבָּ אִירַעַתְּ דָּאַרְפָּטַּ הַילְּפָן זִירַעַתְּ רַיְקָן, קְרִיכָן, וּוּאַקָּן, שְׁפִּילָן, אַדְעָרַעַתְּ זְעַלְבָּסְטַּ- קָעִירַעַתְּ פְּלִיכְטָן נָאָרְ אָייַעַרְ אָפְּעָרָאָצִיעַ, וּוּעָטַּ אַפְּיְזִיקָּלְ טְעָרָאָפִּיסְטַּ (PT) אַדְעָרַעַתְּ אַקְיּוּפְּעִישָׁאָנָעָלְ טְעָרָאָפִּיסְטַּ (OT) אַדְעָרַעַתְּ בִּיְדָעַתְּ מְעַגְּןַ אִירַעַתְּ בָּאָזְוּקָן.

- אָייַעַר PT קָעָן אִירַעַתְּ העלפֿן זִירַעַתְּ בָּאוּוּגָן אָונְ פְּוּנְקְצִיאָנִירַעַתְּ בְּעַסְעָרַעַתְּ נָאָרְ אָייַעַרְ אָפְּעָרָאָצִיעַ. זַיְּ וּוּעָלָן אִירַעַתְּ העלפֿן צְרוּיקָבָאַקְוּמָעָן דַּיְ כּוֹחָותַּ, בָּאַלְאָנָסַּ, אָונְ קְאַרְדִּינְאָצִיעַ וּוּאָס אִירַעַתְּ דָּאַרְפָּטַּ צַוְּעַן זָאָכָן וּוּיְ קְרִיכָן, שְׁפָאַצְיָרָן, גַּיְיָן שְׁטִיגָן, שְׁפִּילָן, אַדְעָרַעַתְּ שְׁפִּילָן סְפָאַרְטָסַּ.

- אַיִיר T0 קען אַיִר הָעַלְפָן פָּאַרְבָּעֵסֶעָרָן סְקִילָס וְאַס אַיִר דָּאָרְפָּט צֹ טֻועַן וַיַּכְתִּיגַע טָאָג-טָעָגְלִיכָע אֲקְטִיווֹוִיטָעָטָן. זַי וּוּעָלָן אַיִר הָעַלְפָן אַוִיב עַס אַיִר שְׂוּעָר צֹ קָעִיר נַעֲמָעַן פּוֹן זַיְר (לִמְשָׁל זַיְר אַנְטוּעָן אָוָן פּוֹצָן דַי צִיָּן), שְׁפִילָן אֲקְטִיווֹוִיטָעָטָן, אַדְעָר סְקִילָס וְאַס אַיִר דָּאָרְפָּט פָּאָר שְׁוֹלָע אַדְעָר אַרְבָּעָט.
- אַיִיר PT אָוָן T0 וּוּעָלָן רָעַדְן מִיט אַיִר אַיְבָּעָר וַיַּאַפְט אַיִר וַיַּעַט הָאָבָן פִּיזְיָשׁ טָעָרָאָפְיָע, אֲקְיָוּפְּעִישָׁאָנָעָל טָעָרָאָפְיָע, אַדְעָר בִּיְדָע. פָּאָר מָעָר אִינְפָּאָרָמָאָצְיָע, *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)).

### **אַרְבָּעָרְגִּיָּן צֹ אַיִיר שְׁפִיטָל צִימָעָר**

וַיַּאַנְג אַיִר וַיַּעַט בְּלִיְבָן אַיְנָעָם CICU וַיַּעַנדְט זַיְר אֲוֹיפָה וַיַּאַזְהֵן אַיִר פִּילְט. רֹוב מַעֲנְטָשָׁן בְּלִיְבָן פָּאָר 1 בַּיַּז 2 טָעָג. אַיִר וַיַּעַט בְּלִיְבָן אַיִן דַי CICU בַּיַּז:

- אַיִיר אַטְעָמָעָן טָוָב אָוָן אַדְעָר לִנְיָע וּוּעָרָן אַרְוִיסְגָּעָנוּמוּן, אַוִיב אַיִר הָאָט גַּעַהָאָט.
- אַיִר קָעָנָט אַרְוִיסְקָוּמוּן פּוֹן בָּעַט אָוָן אַבִּיסָל אַרְוּמָגִיאָן.
- אַיִר קָעָנָט טֻועַן אַטְעָמָעָן עַקְסָעָרָסִיאָז (אֲזָהָוִי נַוצָּן אַיִיר אִינְסָעָנְטִיאָוּס פְּרָאָמָעָטָעָר אַדְעָר פִּינְוֹוֵיל).
- אַיִיר וַיַּיְטָעַל סִינְס זָעָנָעָן אַיִן אַגּוּט גַּאֲמָעָ.

אַיִנְמָאָל אַיִר זָעָנָט גְּרִיטִיט, וַיַּעַט אַשְׁטָאָב מִיטְגְּלִידָעָר אַיִר נַעֲמָעָן צֹ אַיִיר אִינְפָּאָצְיָעָנָט שְׁפִיטָל צִימָעָר.

### **אַיִן אַיִיר שְׁפִיטָל צִימָעָר**

וַיַּאַנְג אַיִר וַיַּעַט בְּלִיְבָן אַיִן שְׁפִיטָל נַאֲך אַיִיר אַפְּעָרָאָצְיָע וַיַּעַנדְט זַיְר אֲוֹיפָה אַיִיר עַרְהֹוִילָוָג אָוָן אַיִיר אַינְדִּיוֹוְדָוָעָלָעָבָאָהָאָנְדָלָוָג פָּלָאָן. אַיִיר קָעִיר טִיעָם וַיַּעַט אַיִר זָאָגָן וְאָס צֹ עַרְוּוֹאָרָטָן.

וְעַן אַיִר וּוּרְתָ גַּעַנְוּמָעָן צֹ אַיִיר שְׁפִיטָל צִימָעָר, וַיַּעַט אַיִר זַיְר טְרָעָפָן מִיט

איינער פון די נורסעס וואס וועלן זיך אפגעבן מיט אייר ווען איר זענט אין שפיטאל. דערויל וואס איר זענט אין שפיטאל, וועלן אייער העטקער פראויידערס אייר אויסלערנען וויאזוי צו נעמען קעריר פון זיך אליען בשעת איר ערהיילט זיך פון אייער אפעראציע.

איר קענט זיך העלפֿן אויסהילונג שנעלער דורך טוען די פאלגנדע זאכן:

- **ליין אייער אויסהילונג פלאן.** אייער העטקער פראויידער וועט אייר געבן א פלאן מיט צילן פאר אייער ערהיילונג אויב איר האט נאכニישט. עס וועט אייר העלפֿן וויסן וואס צו טוען און וואס צו ערווארטן יעדע טאג בשעת אייער אויסהילונג.
- **הויבט אן זיך ארום ריקן וויבאלד איר קענט.** ווי פריער איר קומט ארוס פון בעט און ריקט זיך, קרייכט, אדער שפאצירט, אלס שנעלער וועט איר קענען צורוקגין צו אייער געגענטליך אקטיזויטען.
- **ארבעט אויס אייער לונגען.** נוצט אייער אינסענטיזו ספיראמעטער אדער פינוויל צו העלפֿן אייער לונגען זיך אנטולן אינגןאנצן. דאס העלפט פארמיידן נiomanius (לונגן אינפאקטזיע).
- **איבונגען פאר אייער קערפער.** אייער פיזיקעל און אקיופעישאנעל טעראפיקן וועלן איר אויסלערנען אקטיזויטען און איבונגען איר צו העלפֿן ווערן שטערקער.

איר קענט נוצן אייער MyMSK צילן צום דיסטשארדש טשעך-לייסט צו נאכגין אייער פארשריט דורכאויס ערהיילונג. פאר מער אינפארמאציע, ליינט דעם *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)).

אייער קעריר טיעם וועט איר העלפֿן האלטן חשבון פון וויפיל פלייסיגקייט דראעינינג פון אייער טשעסט טואב און בויר טואב. אינמאל עס איז גענוג וויניג וועלן זיך אריסגעמען די טואב אדער דראען.

## **מענעדזש'ן אײַער וווײַטאג**

אַיר ווועט האבן אַבִּיסְל וווײַטאג נאָר אַיַּעַר אָפֶערָאַצְיַע. אַיַּעַר הַעלְטָקָעֵיר פֿרָאוּוַיְידָעֵר ווועט מאָכָן אַ וווײַטאג פֿלָאן פֿאָר אַיַּר אַז אַיר זָאלָט זַיִן ווֹי באָקוּוּעַם מעגְליַר.

- אַיר ווועט באָקוּמוּן אַן אַפְּיאָוד (אַוִּיר אַנְגָּעָרוֹפָן נַאֲרַקְאַטִּיג) וווײַטאג מַעְדִּיצְיַן פֿאָר אַ קְוַרְצָע צִיְּט צַו באַהֲאנְדָלָעָן דַּי וווײַטאג פֿוֹן אַיַּעַר אָפֶערָאַצְיַע. אַיר ווועט באָקוּמוּן דַּי נַיְדְּרִיגְסְּטוּ דָּאַזְע אָוָן עַס נַעַמְעַן פֿאָר דַּי קְוַרְצָטָע גַּעֲבָרְוִיכְטָע צִיְּט.
- אַיר ווועט באָקוּמוּן עַטְלִיכְע אַנְדָּעָרָע סַאַרְטָן וווײַטאג מַעְדִּיצְיַן צַו מאָכָן זִיכָּעָר אַיר זָעַנְת באָקוּוּעַם אָוָן אַז אַיר זָאלָט קְעַנְעַן נַעַמְעַן ווַיְינְגָעָר פֿוֹן דַּי אַפְּיאָוד מַעְדִּיצְיַן.
- אַיר ווועט מעגְליַר אַוִּיר באָקוּמוּן אַן עַפְּיַדְרָעֵל אַדְעָר נַעַרְוָן בְּלָאַק.  
די פֿיְדִיעְטְּרִיך וווײַטאג אָוָן פֿאַלְיְאַטְיַוּ קְעֵיר טַיְעַם אָוָן אַיַּעַר אַנְעַסְטִיזְיאַל אַדְזְשִׁיסְט ווּלְן רָעַדְן מִיט אַיר ווּגַן אַיַּעַר וווײַטאג פֿלָאן אָוָן עַנְטְּפָעָר אַיַּעַר פֿרָאָגָעָס.  
אַיַּעַר הַעלְטָקָעֵיר פֿרָאוּוַיְידָעָרָס ווּלְן אַיר באַזְוָן יְעָדָן טָג צַו מאָכָן זִיכָּעָר אַיַּעַר וווײַטאג אַיז גּוֹט קְאַנְטְּרָאַלִּירַט ווֹי ווּגַן מעגְליַר. זָאָגֶט פֿאָר אַיְנָעָר פֿוֹן אַיַּעַר הַעלְטָקָעֵיר פֿרָאוּוַיְידָעָרָס אַוִּיב אַיר הַאֲט וווײַטאג. עַס אַיז ווַיְיכְטִיג צַו קְאַנְטְּרָאַלִּירַן אַיַּעַר וווײַטאג אַז אַיר זָאלָט קְעַנְעַן טֻועָן אַיַּעַר אַטְעַמְעַן אַיבּוֹנְגָעָן אָוָן זִיר אַרְוּמְרִיךְן. קְאַנְטְּרָאַלִּירַן אַיַּעַר וווײַטאג ווועט אַיר הַעַלְפָּן זִיר עַרְהֹוְילַן בעסְעָר.  
אַיר ווועט באָקוּמוּן אַ פרָּעֵסְקְּרִיפְשָׁאָן פֿאָר וווײַטאג מַעְדִּיצְיַן צַו נַעַמְעַן מִיט דַּי מַוְיל (וווײַטאג מַעְדִּיצְיַן ווֹאָס אַיר שְׁלִינְגְּט) אַיְדָעָר אַיר פֿאַרְלָאַזְט דָּעַם שְׁפִיטָאַל. רָעַדְט מִיט אַיַּעַר הַעלְטָקָעֵיר פֿרָאוּוַיְידָעָר ווּגַן מַעְגְּלִיכְע זַיְתִּיגָּע אַפְּעַקְטָן אָוָן ווּעָן צַו אַנְהָוִיבָן אַרְבָּעָרְגִּין צַו אַיבּעָר-דִּי-קְאַונְטָעָר וווײַטאג מַעְדִּיצְיַן. בְּרָעַנְגָּט אַיַּעַר פֿרָאָגְרִיפְשָׁאָן וווײַטאג מַעְדִּיצְיַן מִיט זִיר צַו אַיַּעַר פֿאַלְאָו-אָפ באַזְוָן אַינְעָם קְלִינְיַיךְ.

## **מענעדזש'ען אַיַּעַר וווײַטאג דּוֹרָך אַינְטְּגָרְעָטִישׂוּ מַעְדִּיצְיַן**

אונצער אינטערגרעיטייזו מעדיצין ספוציאלייסטן קענען אויר העלפן אויב אויר האט וויטאג נאר אויר אפעראציע. מיר קענען אויר העלפן פראבירן מיינדפולנעם אוון מעדיטיעישאן דורך אטערמען עקסערסיזעס, מיינדפול ריקן, אוון נוצן גידיעד אימעדזשורי (אנגעפירותע פארשטעלן). מסאזר טעכנייקן אוון מוזיך טעראפייע קענען אויר מאכן מער באקווום. ארומשפילן דורך טאנצן קען טוישן אויר געמייט אוון אוועקנעם דיב' מחשבות פון די וויטאג. אויב אויר זענט אינטראסירט צו מענדזשען אויר וויטאג דורך אינטערגרעיטייזו מעדיצין, קענט אויר בעטן א מיטגילדער פון אויר קעיר טיעם פאר אן אינטערגרעיטייזו מעדיצין קאנסולט.

### **זיך ריקן אוון שפאצ'רין**

זיך ארומרייקן אוון שפאצ'רין העלפן נידערן אויר ריזיקע פאר בלוט קלאטס אוון ניאמניעעס ווועט אויר העלפן אנהויבן ארוייסגעבן גאץ אוון גיין אין בית הכסא (גדולים) נאכאמאל. אויר ווועט דארפֿן גיין אין בית הכסא (גדולים) פאר אויר וווערט דיסטשארדזשט פון שפיטאל.

אויר קענט זיך ארומרייקן דורך גיין צום סיינק אדער בית הכסא אדער ארום די יוניט. אויר נורס, פיזיקעל טעראפיקט, אדער אקיופיעישאנעל טעראפיקט ווועט אויר העלפן זיך ארומרייקן, אויבעס פעלט אויס. אויר קענט אויר באקומווען מיינדפול ריקן טעראפיקס, איזויזי טאנצן טעראפיקע, טיי טשי, אוון יאוגע, זענען אויר אוועילאל. אויב אויר זענט אינטראסירט אוון מיינדפול ריקן טעראפיקס, קענט אויר בעטן א מיטגילדער פון אויר קעיר טיעם פאר אן אינטערגרעיטייזו מעדיצין קאנסולט.

### **אויסארבעטן אוירע לונגגען**

עס איז וויכטיג צו אויסארבעטן אוירע לונגגען איז זי זאלן זיך אינגןאנצן אויפבלאון. דאס העלפט פָּאַרְמִידְן נiomאַנְיַע.

- נוצט אויר אינסענטיזו ספיראמעטער אדער פינויל 10 מל יעדע שעה וואס אויר זענט אויף. פאר מער אינפארמאציע, לײַנט *How To Use Your Incentive Spirometer* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-)

## [\(education/how-use-your-incentive-spirometer](#)

- הוסט און מאכט טיפע אטערמן איבונגען. א מיטגילדער פון אייער קער טיעם ווועט אייר וויאזוי. עס איז גוט צו טוען די איבונגען קורץ נאכן נעמען אייער וויאטאג מעדייצין. עס קען העלפֿן צו האלטן אייער קישן איבער אייער שנייט בשעת איר טוט עס.

איינע פון MSK'ס אינטערגרעיטייוו מעדייצין פראוויידערס קענען אייר אויר העלפֿן אויסארבעטן אייער לונגגען דורך אייר באגלייטן מיט אייער אטערמן טעכניון אדער מעדייצין.

### **עסן און טרינקען**

אייר ווועט גארנישט קענען עסן אדער טרינקן פאר קטש 3 טאג נאך אייער אפעראציע. אייר ווועט באקומען אלע אייער ערנערונג פון פלייסיג פארמולע דורך אייער פידינג טואב. דער פארמולע איז גראנג פאר אייער גוף צו פארדיינן און איינזא芬. עס האט אלע נוטריינטס וואס אייער גוף דארף.

### **פידינג טואב נאך אן אפעראציע**

אייער טואב פידינג ראטע איז די צאל פארמולע וואס אייר ווועט באקומען דורך אייער פידינג טואב יעדע שעה. עס וווערט געמאסטן אין מילימיטערס ( $L^m$ ) פער שעה.

אייער ציל פידינג סקעדיול איז די טואב פידינג ראטע און די צאל שעות וואס געבט אייר די ריכטיגע צאל קאלאריעס, פראטיען, און פלייסיגקייטן.

אייער אינפאציענט MSK קידס דיעטישאן ווועט אויסרכנען אייער ציל פידינג סקעדיול באזירט אויף ווי הoir איר זענט און וויפיל איר וווגט. אין אנהויב, ווועט איר האבן א נידרגע טואב פידינג ראטע. אייער טואב פידינג ראטע ווועט צוביסלעך פארהעכערט וווערט צו אייער ציל ראטע אדער סקעדיול.

אייר קענט נאך באקומען אביסל ערנערונג פונעם פידינג טואב וווען אייר וווערט דיסטשרדזשט פון שפיטאל. אויב איזוי, ווועט אייער אינפאציענט MSK קידס דיעטישאן נוטרישאניסט זאגן פאר אייער קעיס מענדזשער וועלכע פארמולע

און געציג איר דארפט האבן אינדרהיהם. איער קuis מענעדזער ווועט ארבעטן מיט האום קעיר פירמע צו שיקן איער טואב פידינג פארמולע און געציג צו איער שטוב.

אובי איר ווועט האבן טואב פידינגס נאר דיסטשארדזש, ווועט איר זיך לערנען וויאזוי צו נוצן איער טואב פידינג פאמפ וווען איר זענט נאר אין שפיטאל. מאכט זיכער איר זענט באקווועם מיט עס נוצן פאר איר וווערט דיסטשארדזשט.

## עסן נאכן אפעראציע

איער אפעראציע טיעם ווועט איר זאגן וווען איר קענטן אנהייבן עסן און טרינקן. דאס איז געוונטליר עטליכע טאג נאכן אפעראציע. אין אנהייב ווועט איר נאר טרינקן פלייגקיטן. דערנאך ווועט איר צובייסלער אנהייבן עסן סאליד עסן וווען איר קענטן שיין ארײַנגעטען מער.

איער אינפאציענט MSK קידס דיעטישאן ווועט זיך טרעפן מיט איר צו רעדן ווועגן ווועלכע עסנווארג צו ארײַנלייגן אין איער דיעטע נאכן אפעראציע. עס איז די בעסטע צו אויסוועלן עסנווארג מיט אסאך פראטייען איז איער גוף זאל האבן די נוטריינטן ווואס עס דארף זיך צו ערהורילן נאכן אפעראציע. אײַנמאָל איר הויבט אן צו עסן מער סאליד עסנווארג, ווועט איער אינפאציענט MSK קידס דיעטישאן רעדן מיט איר. איר ווועט מאכן ארײַנגעטען צילן און רעדן ווועגן וויפיל קאלאריעס צו עסן צו נידערן איער טواب פידס.

## זיך ספראווען מיט טוישונגען ביים גיין אין בית הכסא

טיל מענטשן האבן דיערע (שלשול - לויזע אדער וואסעריגע אפפאל) וווען זיך זענען אין שפיטאל נאר אין אפעראציע. אובי דאס פאסירט צו איר, ווועט איער קעריר טיעם איר העלפּן זיך ספראוון דערמיט.

## שאודערן

וואشت איער פנים, פוצט די ציין, און טוישט איער קלידער יעדן טאג. זאגט פאר אײַנער פון איער העטקהער פראוויזערים אובי איר דארפט הילפּ דערמיט.

איר ווועט זיך קענען שאודערן מיט הילפּ 48 שעה (2 טאג) נאר איער לעצעטע

טואב אדער דריען וווערט ארכיסגענומען.

## **באקזומען כעמאטעראפאיע**

אויב אויר באקזומט כעמאטעראפאיע אלס טיל פון אייער קענסער באהאנדלוגג, קען זיין אוז אויר ווועט האבן א כעמאטעראפאיע טרייטמענט וווען אויר זענט אין שפיטאל. אייער קעיר טיעם ווועט רעדן מיט אויר איבער וואס צו ערווארטן. אויב אייער קעיר טיעם פון פריער באגעט זיך מיט אויר כעמאטעראפאיע, ווועט אויר MSK טיעם ארבעטן מיט זיך צו פלאנירן אוונ מענדזשן אייער טרייטמענט.

## **פארלאזן דעם שפיטאל**

ווען עס אויז צייט צו פארלאזן די שפיטאל, ווועט אויר שניט שווין האבן אנגעהויבן זיך צו אויסהילן. פאר אויר פארלאזט די שפיטאל, קוקט אויף אויר שניט מיט אויר קעיגעבער אוון איינער פון אייער העלטקעיר פראואידיידערס. וויסן וויאזוי עס זעהט אויב ווועט אויר העלפֿן באמערקען סי' וועלכע טוישונגען שפטער.

פאר אויר וווערט דיסטשארדזשט, ווועט אויר העלטקעיר פראואידיידער שריבן אויר דיסטשארדזש באפעל אוון פרעסקריפשאנס. אויר ווועט אויר באקזומען שריפטיליכע דיסטשארדזש אנוויזונגען. איינער פון אייער העלטקעיר פראואידיידערס ווועט איבערגיין די אנוויזונגען מיט אויר.

## **אין דעם הימ**

### **אויספולן אייער רעקאווירי טרעקער**

מיר ווילן וויסן וויאזוי אויר שפירט זיך נאך אויר פארלאזט דעם שפיטאל. אונז צו העלפֿן קעירן פאר אויר, וועלן מיר אויר שיקן פראגעס צו אויר MyMSK אקאונט. מיר ווילן עס שיקן יעדן טאג פאר 10 טאג נאך וואס אויר וווערט אריסגעלאזט. די פראגעס וווען אנגערופֿן אייער רעקאווירי טרעקער.

פילט אויס אויר רעקאווירי טרעקער יעדן טאג איזידער האלבנאקט (00:12 am). עס נעמט בלוייז 2 צו 3 מינוט צו אויספולן. אייער ענטפערס צו די פראגעס ווילן אונז העלפֿן פארשטיין וויאזוי אויר שפירט זיך אוון וואס אויר ברויכט.

באזרט אויף איער ענטפערס, וועלן מיר זיך מעגליך פארבינדן מיט אויר פאר מער אינפארמאציע. פון מאל צו מאל, קענען מיר אויר בעטן צו רופן איער דאקטערס אפיס. אויר קענט זיך אלעמאל פארבינדן מיט איער סורדזשאנס אפיס אויב אויר האט סי' וועלכע פראגעס.

זו לערנען מער, לינט *About Your Recovery Tracker* ( [www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker) ).

### **מענדזשן איער וויטאג**

יעדע מענטש האט וויטאג אדער אומבאקווועמליכקייט פאר אן אנדרען ציט אפשנט. עס קען זיין איז אויר וועט נאך האבן אביסל וויטאג ווען אויר גיט אהימ און וועט ווארשינלייך נעמון וויטאג מעדייצין. טיל מענטשן האבן אומבאקווועמליכקייט, צאמגעציגגנקייט, אדער מוסקל וויען ארום זיער שנייט פאר 2-1 חדשם. דאס מיינט נישט איז עס איז דא א פראבלעם.

فالגט אויס די אנוויזונגען אונטן אויר צו העלפן זיך ספראון מיט די וויטאג אינדערהיהם.

- נעמט איער מעדייצינען ווי פארגעשריבן און לoit ווי אויר דארפט.
- רופט איער העטלקער פראואידער אויב די פארשריבגען מעדייצין מאכט נישט איער וויטאג בעסער.
- ווי איער שנייט ערהיילט זיך, וועט אויר האבן וויניגער וויטאג און דארפן וויניגער וויטאג מעדייצין. אן איבער-די-קאונטער וויטאג מעדייצין איזויאי אסיטעמיןאפען (Tylenol<sup>®</sup>) אדער איבופראפאפען (Advil<sup>®</sup>) וועט העלפן פארבעסערן וויטאג.
- فالגט אויס איער העטלקער פראואידערס אנוויזונגען פאר אויפהערן צו נעמען פרעסקריפשן וויטאג מעדייצין.
- נעמט נישט מער פון סי' וועלכע מעדייצין ווי דאס וואס איז פארשריבן אויפן קלעבעצעטל אדער לoit די אנוויזונגען פון איער העטלקער פראואידער.

וּליינט די צעטלער פון אלע מעדיצינען וואס איר נעמט, ספוציעל ווען איר נעמט אסיטעמעניאפערן. אסיטעמעניאפערן איז א באשטאנדטיל אין אסאָר איבער-די-קאנטער און פרעסֿקֿרֿיפֿשֿאָן מעדיצינען. אבער, נעמען צופיל דערפונ קען שעדיין אײַער לעבער. נעמט נישט מער ווי 1 מעדיצין וואס האט אסיטעמעניאפערן אן רעדן מיט א מיטגלאַידער פון אײַער העלטקיִיר טיעם.

- ווֹיְטָאָגּ מַעֲדִיצִין דָּאָרָף אֵיר הַעֲלָפּן צּוֹרִיקְגִּין צַוְּ אֵיר נַאֲרָמָאַלָּעָאָקְטִיוֹוּטָעָן. נַעֲמֶת גַּעֲנוֹגּ מַעֲדִיצִין צַוְּ קַעַנְעָן טֻוְּן אֵיר אַקְטִיוֹוּטָעָן אָוָן אַיְבָּוּגָעָן בָּאַקְטִיוֹוּמָהָיִיט. עַס אַיְזָ נַאֲרָמָאַל אַז אֵיר ווֹיְטָאָגּ זָאָל ווּעָרָן אַבְּיסָל עַרְגָּעָר ווּעָן אֵיר ווּעָרָט עַטְוֹוָאָס מֻעָר אַקְטִיוֹוּ.
- הַאַלְטָה חַשְׁבָּוּן פָּוּן ווּעָן אֵיר נַעֲמֶת אֵיר ווֹיְטָאָגּ מַעֲדִיצִין. עַס אַרְבָּעֶת די בְּעַסְטָע 30 בִּיז 45 מִינְוט נָאָר אֵיר נַעֲמֶת עַס. עַס אַיְזָ בְּעַסְטָר עַס צַוְּ נַעֲמֶן ווּעָן אֵיר הַוִּיבְּט אָן צַוְּ הַאֲבָן ווֹיְטָאָגּ ווּי אַיְדָעָר ווּעָן די ווֹיְטָאָגּ ווּעָרָט שְׂוִין עַרְגָּעָר.

טַיִּילּ פְּרַעְסֿקֿרֿיפֿשֿאָן מַעֲדִיצִין (אַזְוֹוּיּ אַפְּיָאוֹדָס) קַעַנְעָן פָּאַרְאָוּרְזָאָכּ קְאַנְסְטִיפֿעִישָׁאָן (אַרְוִיסְגִּין אֵין בֵּית הַכְּסָא וּוּנְיִגְעָר וּיְגַעְוּעַנְלִיּ).

### **פָּאַרְמִיְּדָן אָוּן מַעֲנַדְצָשָׁן עַצְירָות.**

רַעַדְטָ מִיט אֵיר הַעַלְטָקִיּוּרָה פְּרָאַוְוִיְּדָעָר אַיְבָּעָר ווּיאַזְוּ צַוְּ פָּאַרְמִיְּדָן אָוּן זִיר בָּאֲגִינְן מִיט עַצְירָות. אֵיר קַעַנְטָ אָוּיר אַוְיסְפָּאַלְגָּן די אַנוּוֹזְיָוּגָעָן אַוְנָטָן.

- גַּיִּיט אֵין בֵּית הַכְּסָא יְעַדְן טָאג אֵין די זַעַלְבָּעָ צִיּּוֹת. אֵיר גּוֹפָּה ווּעָט ווּעָרָן צַוְּגָעָוָאָוִינְט צַוְּ גִּינְן אֵין יְעַנְעָ צִיּּוֹת. אֹוְיבּ אֵיר פִּילְטָ אַבָּעָר אַז אֵיר דָּאָרְפָּט גִּינְן, הַאַלְטָה זִיר נִשְׁטָּה צּוֹרִיךּ.
- פְּרָאַבְּיָרָט צַוְּ גִּינְן אֵין בֵּית הַכְּסָא 15-5 מִינְוט נָאָכָן עַסְטָן. נָאָר פְּרִישְׁטָאָג אַיְזָ אַגְּטָעָ צִיּּוֹת צַוְּ גִּינְן. דָּאָס אַיְזָ ווּעָן די רִיפְלָעְקָסָעָס אֵין אֵיר קִישְׁקָעָ זַעַנְעָן די שְׁטָעְרָקְסָטָעָ.
- זִינְן פִּיזְשָׁ אַקְטִיוֹוּ, אֹוְיבּ אֵיר קַעַנְטָ.

- רעדת מיט אייר קליניקעל דיבוטישאן נוטרישאניסט איבער וויפיל פלייסיגקייט איר זאלט טרינקן יעדן טאג. פראבירט צו טרינקן אוזיפיל יעדן טאג, אויב איר קענט.
- וועלט אויס פלייסיגקייטן איזוויו וואסער, זאפטן (איזוויו פלוימען, טריבן, אדער בארן זאפט), זופ, און אייז קרים שעיקס.
- מיידט אויס פלייסיגקייטן מיט קאפאיען (איזוויו קאווע און סאודע). קאפאיען קען ארוייסציאן פלייסיגקייטן פון אייר גוף.
- פארםערט צובייסלער פיבער אין אייר דיעטע. רעדת מיט אייר קליניקעל דיבוטישאן נוטרישאניסט איבער וויפיל פיבער צו עסן יעדן טאג. אויב איר האט אן אסטאמי אדער האט לעצטנס געהאט א באוועל אפעראציע, רעדת מיט אייר העלטקהיר פראויידער פאר איר מאכט סי' וועלכע טוישונגען צו אייר דיעטע.

עסן מיט אסאך פיבער שליסן איין:

- ברען אדער אנדערע האול וויט קראקערס אדער סנעלקס
- האול-גרען סיריעלט און ברויטן
- אומגעשילטע פרוכט און גרינסן
- סאלאט גרינס
- טרוקענע אפריקאטעס, פיגן, און ראנשינקעס
- בידע איבער-די-קאנטער און פרעסקרייפשאן מעדייצין קענען העלפן מיט קאנסטייפעישאן. רעדת מיט אייר העלטקהיר פראויידער פאר איר נעמט סי' וועלכע מעדייצין פאר עצירות, ספצעיציאל אויב איר האט אן אסטאמי אדער האט געהאט א באוועל אפעראציע.

### **באאנדליךן אייר שניית**

אייר שניית ווועט וווען איבער געדעקט מיט א כירורגישע קלעבעכץ אנגערופן <sup>®</sup>Dermabond. רירט נישט און נעמט נישט אראפ די דערמעבן. עס ווועט

אלין אראפפאן.

אויב אייער דרעין איז אroiסגענומען געוווארן הארט פאר אויר זענט אroiס פון שפיטאל, קענט אויר האבן א באנדאץש איבער עס. אויר קענט אראפנעמען די באנדאץש נאר 24 ביז 48 שעה (2-1 טאג). פאלגט אויס אייער העלטקייר פראוויידערס אנוויזונגען.

רופא אייער פראוויידערס אפיס אויב:

- די הויט ארום אייער שנייט איז זיער רויט.
- די הויט ארום אייער שנייט וווערט מער רויט.
- אויר זעהט פלייסיגקיט וואס זעהט אויס ווי איטער (דיק און וויסלער).
- אייער שנייט שמוקט נישט גוט.

### **זיך באדן אדער שאווערן**

אויר קענט מאכן א גענומעטליכע שאווערן, סיידן אויר זענט אroiס פון שפיטאל מיט א דרעין. אויב אויר האט אן דרעין, שאווערט נישט ביז עס וווערט אroiסגענומען.

לאזט נישט אייער שנייט גיין אונטער וואסער (אוזווי אין א וואנע אדער שוויים באסין) פאר 14 טאג נאר אייער אפעראציע.

### **עסן און טרינקען**

אייער אוטפאציאנט MSK קידס דיינטישען ווועט אויר העלפון פירן אייער דיעטע און ערנערונג אינמאַל אויר פארלאזט די שפיטאל. זי וועלן רעדן מיט אויר ווועגן עסנוווארג צו ארײַנוועבען אין אייער דיעטע זיך צו העלפון ערהיילן נאר אייער אפעראציע, צונעמען וואג, אדער ביידע. אויב אויר באקומט עסן דורך א פידינג טואב, וועלן זי רעדן מיט אויר ווועגן אייער טואב פידינג סקעדייל און ראטע.

רופא אייער העלטקייר פראוויידער אויב אויר אפערט איז נישט צורייך צו נארמאָל ביז אפאר טאג אדער אויב אויר הוייט אן ברען.

## **פיזישע אקטואויתעט אוון גימנאסטיק**

איך קענט צוריקגין צו טוען רוב פון איער געווגענטליךע אקטואויתעטן איינמאָל איך זענט אינדערהײַם. פארמיידט קאנטאָקט ספארטס אוון ווילדערַי פאר בערַ 6 וואָכן נאָר איער אָפעראָצְיע. עס נעמט בערַק אָזּוֹ לאָנג פאר איער שנייט זיך צו אַיסְהַיְלַן.

## **צוריַקְגִּיְן אֵין שָׁולָע**

איך קענט צוריַקְבִּין צו שָׁולָע ווי נאָר איך פִּילְט זיך גְּרִיט.

## **ריַזְן**

רוב מענטשן דארפֿן נישט אַוְיסְפָּאַלְגַּן סְפָּעַצְיַעַלְעַ אַנוֹוַיְזְוָנְגָעַן בַּיִּמְּ רַיְזְן. איך מעגט פָּאָר אַוְיף אַן עַרְאָפְּלָאָן.

## **פָּאָלָאָ-אָפְּ אַפְּוִינְטְּמַעְנְטָס**

איער סּוֹרְדְּזָשָׂאָןְס אַפְּיס קָעַן סְקָעְדְּיוֹלְעַן אַיְעָר פָּאָלָאָ-אָפְּ אַפְּוִינְטְּמַעְנְטָס פָּאָר איך ווּרְטַ דִּיסְטְּשָׂאָרְדְּזַשְׁטַ פָּוּן שְׁפִּיטָּאָל. אַדְעָר, קָעְנָעַן זַיְ אַיְרָ רָופָּן עָס צַו סְקָעְדְּיוֹלְעַן ווּעַן איך זענט שְׁוִין אַינְדְּעָרְהָיִם. אַיְעָר פָּאָלָאָ-אָפְּ אַפְּוִינְטְּמַעְנְטָס קָעַן פָּאָרְקְוּמָעַן פֻּרְזָעְנְלִיר אַדְעָר דָּוְרָךְ טַעַלְעַמְעַדְצִיּוֹן.

## **וּעַן צַו רָופָּן אַיְעָר הַעַלְתְּקָעֵיר פְּרָאוּוַיְידָעָר**

רָופָּט אַיְעָר הַעַלְתְּקָעֵיר פְּרָאוּוַיְידָעָר אַוְיבָּ:

- אַיְעָר שְׁנִית הַוִּיבֶּט אַן צַו אַוְיסְעַן רְוִיט.
- דַיְ רְוִיטְקִיְיט אַרְומָ אַיְעָר שְׁנִית ווּרְטַ עַרְגָּעָר.
- עָס קְוּמָט פְּלִיסְיַגְקִיְיט פָּוּן אַיְעָר שְׁנִית.
- אַרְומָ אַיְעָר שְׁנִית ווּרְטַ גַּעַשְׂוֹאָלָן.
- דַי גַּעַשְׂוֹאָלְעַנְקִיְיט אַרְומָ אַיְעָר שְׁנִית ווּרְטַ עַרְגָּעָר.
- איך פָּאָרְלִירַט דַי אַפְּעַטִּיט (וּוִילְט נִשְׁטַ עַסְנָ).
- איך בְּרַעֲכַט.
- איך האַט סַיְיַ ווּלְכַעְ פְּרָאָגָעָס אַדְעָר זָאָרגָן.

## **קאנטאקט אינפארמאציע**

מאנטאג ביז פרייטאג, פון 9 איזיגער אינדערפרוי ביז 5 איזיגער נאכמיטאג, רופט איזער העלטקעיר פראווינידערס אפיס.

נאך 5 איזיגער נאכמיטאג, ענדע ווואר, אוון אויף האליידיעיס, רופט - 212-639-2000. בעט צו רעדן מיט דער מענטש וואס הויבט אויף פאר איזער העלטקעיר פראווינידער.

## **סופארט סعروויסעס**

די טיל האט לא ליסטע פון סופארט סعروויסעס. זי' קענען איזר העלפֿן זיך גרייטן פאר איזער אפעראציע אוון זיך אויסהילן נאך די אפעראציע.

ווען איזר ליינט אדורך דעם טיל, שרייבט אראפֿ סי' וועלכע פראגעס וואס איזר ווילט פרעגן איזער העלטקעיר פראווינידער.

## **MSK שטיצנדע סعروויסעס**

באזוכט די קענסער סארטן אפטילונג פון MSK'ס וועבעזיטל אויף [www.msk.org/types](http://www.msk.org/types) פאר מער אינפארמאציע.

### **אדמיטיניג אפיס**

212-639-7606

רופא אובי איזר האט פראגעס איבער איזער שפיטאל אדמישאן, איזוועי בעטן פאר א פריוואטער צימער.

### **אנעסטיזישיע**

212-639-6840

רופא אובי איזר האט פראגעס איבער [אנעסטיזישיע](#).

### **בלוט ביישטייערער צימער**

212-639-7643

רופא פאר אינפארמאציע אובי איזר זענט אינטרעסירט אין [ביישטייערן בלוט אדרער פלעיטלעטס](#).

## **באבסט אינטערנאציאנאלאער צענטער**

888-675-7722

מיר פרײַען זיך צו אויפֿנעמען פֿאצְיעַנטַן פֿוֹן אַרְומַן דֵי גָאנַצַּע וּוּעלְט אָוֹן **שְׁטָעַלְן** צָו  
**אסָאָר סֻעָּרוּוֹיסָעָס** צָו הַעֲלָפָן. אָוִיב אִיר זְעַנְתָּן אָן אַינְטְּעַרְנָאַצְּיָאַנְעָלָעָ פֿאַצְּעַנְתָּן,  
רֹופָט פָּאָר הַילְּפָן צָו עַרְלְּעָדִיגָן אִיעָרָ קְעִיר.

## **קְאָנוֹסָעָלִינְג צָעַנְטָעָר**

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

646-888-0200

אסָאָר מְעַנְתְּשָׁן זָאָגָן אֶזְ קְאָנוֹסָעָלִינְג הַעֲלָפָט זַיִ. אָונְזָעָר קְאָנוֹסָעָלִינְג צָעַנְטָעָר  
שְׁטָעַלְטָן צָו קְאָנוֹסָעָלִינְג פָּאָר מְעַנְתְּשָׁן, פָּאַרְפָּאַלְקָעָר, פָּאַמְּיָילִיעָס, אָוֹן גְּרוּפָעָס.  
מיר קְעַנְעָן אָוִיר פָּאַרְשָׁרְיִיבָן מְעַדְּצִינְעָן אָוִיב אִיר שְׁפִירַט זַיִ אַנְגָּעָצְיוֹגָן אֶדְעָר  
טְרְוִיְעָרִיגָן. צָו מַאֲכָן אָן אַפְּוִינְטְּמָעָנָט, פְּרָעָגָט אִיעָרָ הַעֲלָטְקָעָר פָּרָאוּוּיְידָעָר פָּאָר  
אֶרְעָפָעָרָל אֶדְעָרָלָר רֹופָט דֵי נּוּמָעָר אָוִיבָן.

## **עַסְנוֹוָאָרָג פְּעַנְטָרִי פְּרָאָגָרָם**

646-888-8055

מיר שְׁטָעַלְן צָו עַסְן פָּאָר מְעַנְתְּשָׁן וּוָאָס דָּאָרָפָן בְּשַׁעַת זַיִעָר קְעַנְסָעָר  
בְּאַהֲנְדְּלוֹנְגָן. פָּאָר מָעָר אַינְפָּאַרְמָאַצִּיעָ, רָעַדְתָּ מִיט אִיעָרָ הַעֲלָטְקָעָר  
פָּרָאוּוּיְידָעָר אֶדְעָרָלָר רֹופָט דֵי נּוּמָעָר אָוִיבָן.

## **אַינְטְּعַגְּרָעִיטִיּוֹ מְעַדְּצִין סֻעָּרוּוֹיסָ**

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

אָונְזָעָר אַינְטְּעַגְּרָעִיטִיּוֹ מְעַדְּצִין סֻעָּרוּוֹיסָ שְׁטָעַלְטָן צָו פִּילְעָ סֻעָּרוּוֹיסָעָס צָו אַרְבָּעָטָן  
צְחָאָמָעָן (גִּיְעָן אִינְאִינְעָם) מִיט טְרָאַדְּצִיאַנְעָלָעָ מְעַדְּצִינְישָׁעָ קְעִיר, אַרְיִינְגְּעָרָעָכָנְטָן  
מוֹזִיקָטָעָרָפָיָעָ, מַחְ/גַּוְף טְעָרָאָפִיָּעָ, טָאָנְצָן אָוֹן בְּאַוְוָגָוָנָג טְעָרָאָפִיָּעָ, יָגָא, אָוֹן  
אַנְטָאָפָן טְעָרָאָפִיָּעָ. צָו סְקָעְדְּזָשְׁוּעָלָן אָן אַפְּוִינְטְּמָעָנָט פָּאָר דֵי סֻעָּרוּוֹיסָעָס, רֹופָט  
646-449-1010.

אִיר קְעַנְתָּן אָוִיר סְקָעְדְּזָשְׁוּעָלָן אֶקְאַנְסָוְלְטָאַצִּיעָ מִיט אֶהָלְטְקָעָר פָּרָאוּוּיְידָעָר  
אַיְן דֵי אַינְטְּעַגְּרָעִיטִיּוֹ מְעַדְּצִין סֻעָּרוּוֹיסָ. זַי וּוּעָלָן אַרְבָּעָטָן מִיט אִיר אַיְפְּצָזְקָוּמָעָן

מיט א פלאן צו צוזא משתעלן א געזונטע לעבענסטייגער אוון מענענדזשן זיטיגע  
וירקונגען. צו מאכן און אפויינטמענט, רופט 08550-608-646.

**MSK ליבררי**  
[library.mskcc.org](http://library.mskcc.org)  
212-639-7439

AIR קענט באזוכן אונזער ליבררי וועבזיטל אדער רעדן מיט די ליבררי  
רעפערענס שטאָב. דאס קען אייר העלפֿן טרעפֿן מער אינפארמאצַיע איבער  
אייער ספֿעצייפֿישׂע סאָרט קענסער. AIR קענט אויר באזוכן די ליבר'ס  
**פאצַיענט און העלט קעיר קאנסומער עדיקעישָׂאן וועגוויזער.**

**פאצַיענט און קעירגעבער עדיקעישָׂאן**  
[www.msk.org/pe](http://www.msk.org/pe)

באזוכט אונזער פאצַיענט און קעירגעבער עדיקעישָׂאן וועבזיטל צו אויפּזוכן  
עדיקעישענאל ריסאָרָעָס, ווידעאָס, אוון אַנְלִיְּין פראגראָמען.

**פאצַיענט בילינג**  
646-227-3378

רופט אויב AIR האט פראגעס וועגן פרֵי-אֹוְיטֵאַרְיזַאַצְּיע מיט אייער אינשורענס  
פירמע. דאס איז אויר גערופֿן פרעאָפְּפָרָאָוָאָל.

**פאצַיענט פָּאָרָטְרָעָטָעָר אֲפִּיס**  
212-639-7202

רופט אויב AIR האט פראגעס איבער די העלט קעיר פראָקְסִי בויגן אדער אויב  
AIR האט זאָרגָן וועגן אייער קעיר.

**פָּעָרָאַפְּרָאַטְּיוֹ נָוָרָס לְיַעַזָּן**  
212-639-5935

רופט אויב AIR האט פראגעס וועגן MSK אַרְוִיסְגָּעָבָן סִי וועלכּע אינפארמאצַיע  
ווען AIR האט אוֹן אַפְּעָרָאַצְּיע.

**פָּרָיוֹאָטָע דּוֹתִי נָוָרָסָע אֹן בָּאֶגְלִיְּטָעָר**

917-862-6373

איך קענט בעטן פְּרִיּוֹאַטֵּעַ נָוֶרְסָעַ אֲדָעַר בְּאֶגְלִיטָעַר צֹ קְעִיר נָעַמָּעַן פֿוֹן אַיְר  
אַיְן שְׁפִיטָל אָוֹן אַיְנְדָעָהִים. רַוְפְּטַ פָּאָר מָעַר אַיְנְפָאַרְמָאַצְּיַע.

## **רֻעְסָאָרְסָעַס פָּאָר לְעַבְּן נָאָר קְעַנְסָעַר (Life After Cancer - RLAC)**

646-888-8106

בַּי MSK, קְעִיר עַנְדִּיגְט זִיר נִישְׁטַ נָאָר אַיְיָר בְּאֶהָאנְדָלָוָג. דָעַר RLAC  
פְּרָאַגְּרָאַם אִיז פָּאָר פְּאַצְּיָעָנָטָן אָוֹן זְעַרְעַ מְשִׁפְחָות וְאָס הָאָבָן פְּאַרְעַנְדִּיגְט דִּי  
בְּאֶהָאנְדָלָוָג.

דִּי פְּרָאַגְּרָאַם האָט אַסָּאָר סְעַרְוּוֹיְסָעַס. מִיר שְׁטָעַלְן צֹ סְעַמְינָאָרָן, וּוּאַרְקְשָׁאָפָס,  
הַילְּפָ גְּרוֹפָעָס, אָוֹן קְאָוְנְסְעַלְיָנָג אַיְבָעָר לְעַבְּן נָאָר בְּאֶהָאנְדָלָוָג. מִיר קְעַנְעַן אַוִּיר  
הַעַלְפָן מִיט אַיְנְשָׂוָעָנָס אָוֹן אַרְבָּעָטָ פְּרָאַבְּלָעָמָעָן.

## **סָאוּשָׁעַל וּוּאַרְק**

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

212-639-7020

סָאוּשָׁעַל וּוּאַרְקָעָרָס הַעַלְפָן פְּאַצְּיָעָנָטָן, פְּאַמְּילִיעָ, אָוֹן פְּרִיְנַט זִיר סְפָרָאָוָעָן מִיט  
פְּרָאַבְּלָעָמָעָן וְאָס מַאְכָן זִיר אַפְּט בַּי מְעַנְטָשָׁן וְאָס הָאָבָן קְעַנְסָעַר. זַי שְׁטָעַלְן צֹ  
אַיְנְדִּוְוָעָלָעָ קְאָוְנְסְעַלְיָנָג אָוֹן הַילְּפָ גְּרוֹפָעָס דּוּרְכָאָוִיס אַיְיָר בְּאֶהָאנְדָלָוָג. זַי  
קְעַנְעַן אַיְר הַעַלְפָן קְאָמִיּוֹנִיקָרָן מִיט קִינְדָעָר אָוֹן אַנְדָעָר פְּאַמְּילִיעָ מִיטְגָּלִידָעָר.

אָוְנְצָעָרָעָ סָאוּשָׁעַל וּוּאַרְקָעָרָס קְעַנְעַן אַיְר אַוִּיר רַעְפָּעָרִירָן צֹ קְאָמִיּוֹנִיטִי  
אָגָעָנְטוֹרָן אָוֹן פְּרָאַגְּרָאַמָּעָן. זַי הָאָבָן אַוִּיר אַיְנְפָאַרְמָאַצְּיַע אַיְבָעָר פִּינְאַנְצִיעָלָעָ  
רִיסָאָרָסָעַס, אַוִּיב אַיְר האָט פְּרָאַבְּלָעָמָעָן מִיט בָּאַצְּאָלָן אַיְיָרָעָ בִּילָס.

## **גִּיסְטִישָׁע קְעִיר**

212-639-5982

אָוְנְצָעָרָעָ טְשָׁאָפְּלָעִינָס (גִּיסְטִישָׁע קְאָוְנְסְעַלְאָרָס) זְעַנְעַן גְּרִיְיט אַיְר צֹ אַוִּיסְהָעָרָן,  
הַעַלְפָן שְׁטִיצָן פְּאַמְּילִיעָ מִטְגָּלִידָעָר, אָוֹן דָאָוְעָנָעָן. זַי קְעַנְעַן זִיר פְּאַרְבִּינְדָן מִיט  
קְאָמִיּוֹנִיטִי קְלָעָרִגִּי אֲדָעָר גְּלוּבָוָג גְּרוֹפָעָס, אֲדָעָר בְּלוֹזִיְזִיְן אַבְּגָלִיטָעָר וְאָס

באראיגט איר און געבט א גיסטיישע אנוועזנהיט. יעדער אינער קען בעטן פאר **גיסטיישע שטיצע**. איר מוזט נישט האבן א רעליגיעז גרוף (האבן פארבינדונג מיט א רעליגיע).

MSK'ס אינטערפיט טשאפעל איז נעבן די מעמארייל **שפיטאל'**ס הופט לאבי. עס איז און 24 שעה א טאג. איר האט אן ערדרזשענסי, רופט -212 000-639. בעט פאר דער טשאפלעין וואס איז יעצט פאראנטוארטלייר.

### **וירטועל פראגראמען**

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

אונצערע ווירטועל פראגראמען שטעלן צו אנליין עדיקעישאן און שטיצע פאר פאציענטן און קעריגעבערס. דאס זענען ריכטיגע סעסיעס וואו איר קענט רעדן אדער בלוייז אויסהערן. איר זיך לערנען איבער אײער דיאגנוז, וואס צו ערווארטן בי' באהאנדלונג, און וויאזוי זיך צו צוגרייטן פאר אײער קענסער קעיר.

סעסיעס זענען פריוואט, פרי' פון אפץאל, און אנגעפירט דורך עקספערטן. באזוכט אונצער וועבזיטל פאר מער אינפארמאכיע איבער ווירטועל פראגראמען אדער זיך אינצושריבן.

### **דרויסנ'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 נו יארק סייטי, טוט די MTA פארשלאגן א מיטגעטילטער ריד, טיר-צז-טיר סערוויס פאר מענטשן מיט דיסאביליטיס וועלכע קענען נישט נעמען די פאבליך באס אדער סאכטער.

### **Air Charity Network**

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

877-621-7177

שטעלט צו טרעווול צו באהאנדלונג צענטערן.

## **(American Cancer Society (ACS**

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

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

טוט פארשלאגן אן אויסויל פון אינפארמאציע און סערוויסעס, ארינגערכנט  
Hope Lodge (הויפ לאדזש), אן אומזיסטע פלאץ פאר פאציענטן און  
קעניגבעברס צו פארוילן דורךאויס קענסער באהאנדלונג.

## **Cancer and Careers**

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

א הילפסמיטל פאר עדיקעישאן, געציג, און צאמקזומען פאר אינגעשטעלטע  
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, עדיקעישאנאל וואركשאפס,  
אויסגאבעס, און פינאנצייאנאלו הילפ.

## **Cancer Support Community**

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

שטעלט צו שטיצע און עדיקעישאן צו מענטשן אפקטירט דורך קענסער.

## **Caregiver Action Network**

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

800-896-3650

שטעלט צו עדיקעישאן און שטיצע פאר מענטשן וועלכע באהאנדלען נאנטער  
מיט א קראנישע קראנקהיט אדער דיסאביליטי.

**Corporate Angel Network**

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

866-328-1313

טוט פארשלאגן אומזיסטע טרועל צו באהאנדלונג איבער'ן לאנד ניצנ'דיג- ליידיגע זיך פלע策ער אויף ביינעם דזשעטס.

**Good Days**

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

877-968-7233

טוט פארשלאגן פינאנסיאלע הילפ צו צאלן פאר קאו-פיעמענטס בשעת באהאנדלונג. פאציענטן מוזן האבן מעדעציינישע אינשורענס, נאכ'קומען די איינ'קונפט פאדערונגען, אוון זיין פארשריבן מעדעציינען וואס זענען א טיל פון די גוד דיעס פארמולערי.

**HealthWell Foundation**

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

800-675-8416

שטעטלט צו פינאנסיאלע הילפ צו דעKEN קא-פיעמענטס, העלט קעיר פרימיוםס, אוון דידאקטUBLIS פאר געוויסע מעדעציינען אוון טראפיעס.

**Joe's House**

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

877-563-7468

שטעטלט צו א ליסטע פון פלע策ער צו פארוועילן נבען באהאנדלונג צענטערן פאר מענטשן מיט קענסער אוון זיינט פאמיליעס.

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

שטעטלט צו שטייע און אדוואקאסי פאר די LGBT קאמיונייטי, ארײַנגערעכנטן אַנְלִיָּין שטייע ג্‍רֶפַּעַס אָוֹן אַדְּאַטָּאַבַּעַס פֿוֹן LGBT פֿרִינְטְּלִיכְעַן קליניישע פראביעס.

-LIVESTRONG Fertility [www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services](http://www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services)  
855-744-7777

שטעלט צו רעפראדוּקטייע אינפארמאציע אוֹן שטיעצע צו קענסער פאציענטן אוֹן איבערלעבערס ווועמען'ס מעדעציינישע באהאנדLONGGUEN האבן ריזיקעס פארבינדן מיט אינפערטיליטי.

## **Look Good Feel Better Program**

([www.lookgoodfeelbetter.org](http://www.lookgoodfeelbetter.org) 800-395-5665  
די פראגראם טוט פארשלאגן ווארכשאפס צו לערנען זאכן וואס איר קענט טוען איר צו העלפֿן פֿילֿן בעסער איבער אײַער אוֹיסזעהן. פֿאָר מעָר אינפארמאציע אָדער זִיךְר צו אַיְנְשְׁרֵיבֿן פֿאָר אַוְאַרְקְשָׁאָפֿ, רּוֹף דִּי נּוֹמָעָר אַוְיבְּנְדָעְרְמָאָנָט אָדָעָר בָּאַזְיכְּטָה דִּי פֿרָאַגְּרָאַם'ס ווּבְּסִיטֿ.

**National Cancer Institute**  
[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov)  
(CANCER (800-422-6237-800-4

**National LGBT Cancer Network**  
[www.cancer-network.org](http://www.cancer-network.org)  
שטעלט צו עדיקעישאן, טרענינג, אוֹן אַדְוַאַקָּאָסִי פֿאָר LGBT קענסער איבערלעבערס אוֹן דִּי וואס האבן אַרְזִיךְעַ דָּעֲרָפּוֹן.

**Needy Meds**  
[www.needy meds.org](http://www.needy meds.org)  
עכְּנָתָ אֹוִס פְּאַצְּיָעָנָת הַילֿפֿ פֿרָאַגְּרָאַמְּעָן פֿאָר בְּרָאָנְד אוֹן דְּזְשֻׁעָנְעָרִיק נָאָמָעַן מעדעציינען.

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

שטעלט צו פרעס קרייפשען בענפיטן צו בארכטיגט אינגעשטעלט און ריטייריס פון פאבליך סעקטאר ארבעטסגעבערס אין ניו יארק סטטייט.

(Patient Access Network(PAN Foundation [www.panfoundation.org](http://www.panfoundation.org)

866-316-7263

שטעלט צו הילפ מיט קא-פיעמענטס פאר פאציענטן מיט אינשורענס.

**Patient Advocate Foundation**

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

800-532-5274

שטעלט צו צוטרייט צו קעיר, פינאנציאלי הילפ, אינשורענס הילפ, ארבעט אנהאלטונג הילפ, אוון צוטרייט צו די נאציאנאלי אנדעראיןשורד ריסארס דירעקטארי.

**Professional Prescription Advice**

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

888-477-2669

העלפט בארכטיגט פאציענטן און פרעס קרייפשען דראג דעקונג באקומען אומזיסטע אדער ביליגע מעדעציינען.

**רוייטע טיר קאמיווניטי (פריער באקאנט אלס גילדאָס קלאָב)**

212-647-9700

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

א פלאַץ וואּ מענטשן וואּס לעבן מיט קענסער טרעפֿן סאציאלי און עמאציאנאלי שטיצע דורך נטעוואָרְקִינְג, וואָרְקְשָׁאָפָּס, לעקציעס, אוון סאציאלי אַקְטְּיוּוֹיטְעֵיטַן.

**RxHope**

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

877-267-0517

שטעלט צו הילפ צו העלפֿן מענטשן באקומען מעדעציינען וואּס זַי האָבָן

שווועריך'יטן צו באצאל.

Triage Cancer  
STEPPING STONE, שטעלט צו לעגאלע, מעדעציינישע, אוון פינאנצייעלע אינפארמאציע אוון ריסאorzעם פאר קענסער פאציענטן אוון זיינערע קעריגעבערטס.

## עדיקעישאנעל ריסאorzעם

די אפטילונג האט די עדיקעישאנעל ריסאorzעם אויסגערענטן אין דעם וועגוייזער. זי וועלן אייר העלפֿן זיך גרייטן פאר אייער אפעראציע אוון זיך אויסהילן נאר די אפעראציע.

ווען אייר ליינט אדורך די ריסאorzעם, שרייבט אראפ ס"י וועלכע פראגעס וואס אייר ווילט פרעגן אייער העלטקהיר פראוויידער.

*Advance Care Planning for Cancer Patients 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))

*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))

*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 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](http://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](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))

If you have any questions, contact a member of your care team directly. If you're a patient at MSK and you need to reach a provider after 5 p.m., during the weekend, or on a holiday, call 212-639-2000

For more resources, visit [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) to search our virtual library

About Your Thoracoabdominal Surgery at MSK Kids - Last updated on  
March 4, 2024  
All rights owned and reserved by Memorial Sloan Kettering Cancer Center



Memorial Sloan Kettering  
Cancer Center