פּאַציענט & קעירגעבער לערנען

אינפארמאציע איבער אייער טאראקאטאמי אפעראציע ביי MSK קידס

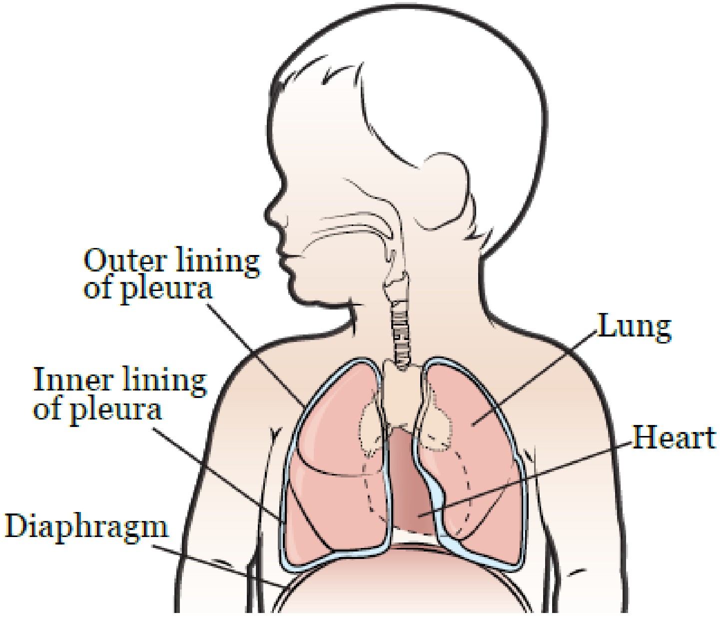
די וועגווייזער וועט אייך העלפן זיך גרייטן פאר אייער טאראקאטאמי (THOR-uh-KAH-toh-mee) אפעראציע ביי MSKקידס. עס וועט אייך אויך העלפן פארשטיין וואס צו ערווארטן בשעת איר ערהוילט זיך.

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

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

איבער אייער טאראקאטאמי אפעראציע

דאסווארט "טאראקיק" גייט ארויף אויף אייער טאראקס, וואס דאס איז אייער ברוסט-קאסטן (זע בילד 1). אייער טאראקס האלט אייער הארץ און לונגען.

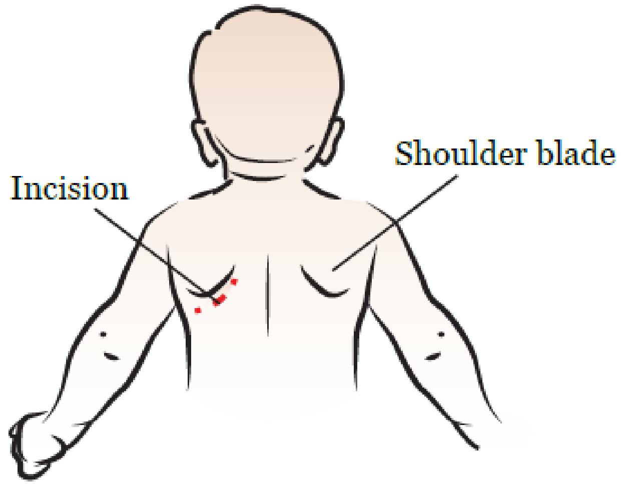


בילד 1. אייער טאראקס

איר האט 2 לונגען, 1 אויף יעדע זייט פון אייער ברוסט-קאסטן. אייערע לונגען זענען געמאכט פון לאובס. אייער לינקע לונג האט 2 לאובס און אייער רעכטע לונג האט 3 לאובס. אייערע לונגען זענען ארומגענומען מיט 2 דינע שיכטן פון טישו גערופן דער פלאורא.

א טאראקאטאמי איז א סורדזשיקעל שניט אין אייער ברוסט-קאסטן. עס ווערט געטון ווען איר האט אן אפעראציע אויף אדער נעבן איינע פון אייערע לונגען.

דורכאויס אייער טאראקאטאמי, וועט אייער סורדזשען מאכן א שניט אויף איין זייט פון אייער רוקן אונטער אייער אקסל (זע בילד 2). דער זייט פון די שניט ווענדט זיך אויף וועלכע לונג וועט ווערן אפערירט.



בילד 2. א טאראקאטאמי שניט

איידער אייער טאראקאטאמי אפעראציע

די טייל וועט אייך העלפן זיך גרייטן פאר אייער אפעראציע. ליינט עס ווען אייער אפעראציע איז געסקעדזשועלט. קוקט עס איבער ווען עס ווערט נענטער צו אייער אפעראציע. עס פארמאגט וויכטיגע אינפארמאציע וואס צו טון צו ווערן גרייט.

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

ווערן גרייט פאר דער אפעראציע

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

- איך נעם סיי וועלכע פרעסקריפשן מעדעצינען. א פרעסקריפשן מעדיצין איז עפעס וואס איר קענט בלויז באקומען מיט א פרעסקריפשאן פון אייער העלטקעיר פראוויידער. ביישפילן רעכענען אריין:
  - מעדעצינען וואס איר שלונגט איין.
  - מעדעצינען וואס איר נעמט אלס אן איינשפריץ (שאט).
  - מעדעצינען וואס איר אטעמט אריין.

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

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

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

וועגן שלאָף אַפּנעאַ

שלאף עפניע איז א באקאנטע אטעמען פראבלעם. אויב איר האט סליפ עפניע, הערט איר אויף צו אטעמען פאר קורצע ווײלעס בשעתן שלאפן. די מערסט פֿאַרשפּרייטע אַרט איז אָבסטרוקטיווע שלאָף אַפּניאַ (OSA). מיט

OSA, אייער לופט וועג ווערט אינגאנצן בלאקירט ביים שלאפן.

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

נוצן MSK MyChart

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org) איז MSK'ס פאציענט פארטאל. איר קענט עס נוצן צו שיקן און ליינען מעסעדשעס פון אייער קעיר טיעם, זעהן אייער טעסט רעזולטאטן, זעהן אייער אפוינטמענט דאטומס און צייטן, און נאך. איר קענט אויך איינלאדענען אייער קעירגעבער צו עפענען זייער אייגענע אקאונט כדי זיי זאלן קענען זען אינפארמאציע איבער אייער קעיר.

אויב איר האט נישט קיין MSK MyChart אקאונט, קענט איר זיך אויפשרייבן ביי mskmychart.mskcc.org איר קענט אויך בעטן א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם אייך צו שיקן אן איינלאדענונג.

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

וועגן אייערע צילן צו ווערן ארויסגעלאזט טשעק-ליסטע

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

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

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

איבער פארבעסערטע אויסהיילונג נאך אן אפעראציע (ERAS)

ERASאיז א פראגראם אייך צו העלפן ווערן בעסער שנעלער נאך אייער אפעראציע. אלס א טייל פון די ERASפראגראם, איז עס וויכטיג צו טוען געוויסע זאכן איידער און נאך אייער אפעראציע.

איידער אייער אפעראציע, מאכט זיכער איר זענט גרייט דורך:

- **לייענען דעם וועגווייזער.**עס וועט אייך העלפן וויסן וואס צו ערווארטן איידער, בשעת, און נאך אייער אפעראציע. אויב איר האט פראגעס,שרייבט זיי אראפ. איר קענט פרעגן אייער העלט קעיר פראוויידער ביי אייער קומענדיגע אפוינטמנט אדער קענט איר רופן זייער אפיס.
- **מאכן איבונגען און נאכפאלגן א געזונטע דיעטע.**דאס וועט העלפן מאכן אייער גוף גרייט פאר אייער אפעראציע.

נאך אייער אפעראציע, העלפט זיך אויסהיילן שנעלער דורך:

- **לייענען אייער ערהוילונגס פלאן.**דאס איז אן עדיוקעשינאל קוואל וואס אייער העלטקעיר פראוויידער וועט אייך געבן. עס האט צילן פאר אייער ערהוילונג. עס וועט אייך העלפן וויסן וואס צו טון און וואס צו ערווארטן יעדן טאג.
- **אנהויבן זיך ארום רוקן וויבאלד איר קענט.**וואס פריער איר קומט ארויס פון בעט און ריקט זיך, קריכט, אדער גייט, אלס שנעלער וועט איר קענען צוריקגיין צו אייער געוועגליכע אקטיוויטעטן.

טעסטינג פארן אפעראציע

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

אפוינטמענט דאטום, צייט, און פלאץ. באזוכט www.msk.org/parking פאר פארקינג אינפארמאציע און אנווייזונגען צו אלע MSK לאקאציעס.

איר קענט עסן און נעמען אייער געוויינליכע מעדיצינען די טאג פון אייער אפוינטמענט.

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

- א ליסטע פון אלע מעדיצינען וואס איר נעמט, אריינגערעכנט פארשריבענע און איבער'ן-קאונטער מעדיצינען, פעטשעס, און שמירעכצן.
- רעזולטאטן פון סיי וועלכע מעדיצינישע טעסטס וואס ווערן געטון אינדרויסן פון MSKאין די פארגאנגענע יאר, אויב איר האט זיי. צום ביישפיל רעזולטאטן פון א הארץ סטרעס טעסט, עקאקארדיאגראם, אדער קאראטיד דאפלער שטודיע.
- די נאמען און טעלעפאן נומערן פון אייער העלט קעיר פראוויידערס.

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

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

- אן עלעקטראקארדיאגראם (EKG) נאכצוקוקן אייער הארץ ריטם
- א ברוסטקאסטן עקס-רעי
- בלוט טעסטס

אייער APPקען פארשלאגן אז איר זאלט זען אנדערע העלטקעיר פראוויידערס. זיי וועלן אויך רעדן מיט אייך איבער וועלכע מעדיצינען צו נעמען די צופרי פון אייער אפעראציע.

איבער פידיאטריק וויטאג און פאליאטיוו קעיר טיעם (PACT)

די פידיאטריק ווייטאג און פאליאטיוו קעיר טיעם (Pediatric Pain & Palliative Care Team, PACT) איז א גרופע פון דאקטורים און NP'ס וואס שטיצן קינדער און פאמיליעס מיט ערנסטע קראנקייטן ביי MSK קידס.

די ציל פון פאליאטיוו קעיר איז צו העלפן אייך און אייער פאמיליע בשעת אייער באהאנדלונג. מיר העלפן אייך מיט פיזישע, מענטאלישע, סאציאלע, און גייסטישע שווערקייטן. פאליאטיוו קעיר איז וויכטיג און בייהילפיג פאר יעדער איינער: יעדע עלטער, שטאפל פון קראנקייט, און אויב איר זענט אין שפיטאל אדער אן אויטפעישאנט.

PACT שעצט אייערע באשלוסן, ווערדן, און גלויבונגען. מיר מוטיגן אייך און אייער פאמיליע צו זיין אקטיוו אין מאכן באשלוסן איבער אייער צילן און פלענער פון קעיר. מיר ווען ארבעטן צוזאמען מיט אלע מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם. אונזער ציל איז צו מאכן זיכער אז איר און אייער פאמיליע האבן די שטיצע וואס איר ברויכט צו לעבן ווי גוט מעגליך.

איבער די אינטערגרעיטיוו מעדעצין סערוויס

MSK'ס אינטערגרעיטיוו מעדיצין סערוויס שלאגט פאר הילף מיט אומבאקוועמליכקייט און אפרו און פארבעסערט אייער אלגעמיינע געזונטהייט. אונזער ספעציאליסטן זענען טרענירט און סערטיפייד אין אינטערגרעיטיוו געזונטהייט פירונגען, אזוי ווי:

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

בשעת אייער ערשטע אינטערגרעיטיוו מעדעצין באזיך, וועט אן אינטערגרעיטיוו מעדעצין ספעציאליסט רעדן מיט אייך איבער די אינטערגרעיטיוו מעדעצין סערוויסעס וואס זענען דא צו באקומען אין MSK. זיי וועלן אויך רעדן מיט אייך איבער:

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

העלפט אייער גוף זיך גרייטן פאר אפעראציע

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

פראקטיס אָטעמען and הוסטן

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

- ארום שפאצירן אדער שפילן.
- בלאזן באבעלס אדער בלאזן א טישו אין די לופט.
- ניצנ'דיג אייער אינסענטיוו ספיראומעטער, אויב אייער קעיר טיעם האט אייך געגעבן איין.

ארומגיין און זיין אקטיוו

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

פראבירט מעדיטעישאן און מיינדפולנעס (צולייגן קאפ)

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

אונדזער ווידיאס פַאר ינטעגראַטיוו מעדיסינע און וועללנעסס סערוויס קענען העלפֿן איר געפֿינען די רעכט אַקטיווּיטעטן צו לייגן צו דיין רוטינז איידער כירורגיע. באזוכט www.msk.org/integrative-medicine-multimedia צו טרעפן די ווידיאוס. איר קענט אויך באזוכן www.msk.org/meditation צו זען אנגעפירטע מעדיטעישאן ווידיאוס געמאכט דורך אונזער עקספערט מח-גוף ספעציאליסטן.

פאלגט נאך א געזונטע דיעטע.

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

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

עס קען אויך העלפן צו נאכפאלגן די אלגעמיינע אנווייזונגען:

- עסט אביסל אבער עסט אפט. צום ביישפיל, עסט א האלבע מאלצייט יעדע 2 צו 3 שעה פראבירט צו האבן 6 ביז 8 קלענערע סעודות א טאג אנשטאט 3 גרויסע מאלצייטן.
- מאכט און פאלגט אויס א מאלצייט פלאן. ווארט נישט צו עסן ביז איר זענט הונגעריג. לייגט דעם פלאן אין א פלאץ וואו יעדער קען עס זעהן.

- האלט אייער באליבסטע עסנווארג אינדערהיים וואו איר קענט צוקומען צו זיי גרינגערהייט.
- קויפט איינצעלע פארציעס פון עסווארג וואס איר קענט גרינגערהייט עסן, אזויווי יאגורט סמודי געטראנקן אדער טשיס סטיקס.
- קאכט גרעסערע סומע עסן אז איר זאלט האבן שיריים.
  - האלט אן עקסטערע פארציע אין אייער רעפרידזשערעיטאר פאר די נעקסטע טאג, אבער נישט פאר לענגער.
  - פרירט די איבריגע. ווען איר זענט גרייט עס צו נוצן, לאזט עס אויף אינעם רעפרידזשערעיטאר אדער מייקראוועיוו, אבער נישט בלויז אויפן קאונטער. דאן הייצט עס אן ביז עס איז קאכעדיג.
- עסט פון פארשידענע עסן גרופעס און סארטן פון עסנווארג אין אייער דיעטע, סיידן אייער דאקטער אדער קלינישע דייעטישאן נוטרישאניסט זאגט אייך אן אז איר זאלט נישט.
- אמאל קען זיין גרינגער צו טרינקן ווי צו עסן. פראבירט צו באקומען מער קאלאריעס פון גערטאנקן ווי פון סאליד עסנווארג. צום ביישפיל, נעמט א מילקשעיק אדער נוטרישאנעל סופלעמענט אזויווי פידיעשור (Pediasure®) אדער קאנעישאן ברעקפעסט עסענשאלס (Carnation Breakfast Essentials®).
- עסן און מאלצייט זאלן זיין געשמאק, אן קיין סטרעס. פראבירט צו עסן צוזאמען מיט פאמיליע מיטגלידער.
- באטראכט אייער נערונג אלס זיין פונקט אזוי וויכטיג ווי אייער מעדיצינען.

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

טרינקט א קארבאהיידרעיט טרינק אינדערפרי דעם טאג פון אייער אפעראציע

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

טרעפט זיך מיט אנדערע העלטקעיר פראפעסיאנעלן, אויב עס פעלט אויס

MSK האט פיל ערליי העלטקעיר פראפעסיאנעל וואס קענען אייך העלפן פאר, בשעת, און נאך אייער קענסער טריטמענט.

- **סאשעל ווארקערס** קענען אייך העלפן מיט די עמאשינאל, סאשעל, און פיזישע ווירקונגען פון א קענסער דיאגנאז. אונזער סאשעל ווארקערס שטעלן צו קאונסעלינג און פראקטישע הילף. זיי העלפן פאמיליעס זיך ספראוון מיט זייער קינד׳ס קראנקהייט, פארבעסערן קאמוניקאציעס מיט פאמיליע און פריינט, געבן איבער אינפארמאציע וועגן קאמיוניטי רעסורסן, און העלפן זיך צוגעוואוינען צו מעדיצינישע באהאנדלונג.
- **טשיילד לייף ספעציאליסטן** זענען טרענירטע פראפעסיאנעלן וואס פארשטייען מענטשליכע וואוקס און אנטוויקלונג. אויב איר זענט באזארגט אדער אנגעשטרענגט וועגן אייער פראצעדור, קענען זיי אייך העלפן פלאנירן וועגן צו זיין מער באקוועם און רואיג. MSK'ס טשיילד לייף ספעציאליסטן האבן פארשידענע אינטערעסן און ערפארונג, אריינגערעכנט עדיוקעישאן, פסיכאלאגיע, קונסט ווערק, און קונסט טעראפיע. אלע צוזאמען טוען אונזערע סקילס און סערטיפיקעישאנס צושטעלן א פולע רייע פון טשיילד לייף סערוויסעס וואס לערנען אויס און פארשטערקערן פאציענטן און זייערע משפחות בשעת א קראנקהייט.
- **קאונסלערס** און **טעראפיסטן** קענען זיך טרעפן מיט אייך און אייער פאמיליע מיטגלידער און צושטעלן קאונסלינג פאר עמאציאנאלע פראבלעמען פארבינדן מיט זיך ספראוון מיט קענסער. MSK'ס קאונסעלינג צענטער האט אויך שטיצע גרופעס וואס קומען זיך צוזאם יעדע שטיק צייט.

אייער העלטקעיר פראווײַדער וועט אייך פארשלאגן א רעפערעל פאר די סערוויסעס. איר קענט אויך בעטן א רעפערעל אויב איר זענט אינטערעסירט.

רעדט מיט אייער סאושעל ווארקער וועגן האוזינג, אויב עס פעלט אויס

די ראנעלד מעקדאנעלד הויז (Ronald McDonald House) שטעלט צו צייטווייליגע האוזינג פאר פידיעטריק קענסער פאציענט און זייערע פאמיליעס פון אויסער די שטאט.

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

פילט אויס א העלט קעיר פראקסי (Health Care Proxy) בויגן, אויב נויטיג

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

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

- צו לערנען מער וועגן העלט קעיר פראקסיס און אנדערע עדוואנס דירעקטיווס, לייענט *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 קעיר אגענט, לייענט *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 קעיר טיעם אויב איר האט פראגעס וועגן אויספילן א העלט קעיר פראקסי פארם.

זאגט אונז אויב איר זענט קראנק

אויב איר ווערט קראנק איידער אייער אפעראציע, רופט דער העלטקעיר פראוויידער וואס האט באשטימט אייער אפעראציע. דאס רעכנט אריין א פיבער, פארקילונג, האלז ווייט, אדער פלו.

7 טעג איידער אייער אפעראציע

פאלגט אויס אייער העלטקעיר פראוויידער'ס אנווייזונגען צו נעמען אספירין

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

צו לערנען מער, לייענט *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).

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

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

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

מאכט אימעדזשינג סקענס, אויב עס פעלט אויס

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

2 טעג איידער אייער אפעראציע

הערט אויף נעמען נאנסטעראוידאל אנטי-אינפלאממאטארי דראגס (NSAIDS)

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

צו לערנען מער, לייענט *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 איידער אייער אפעראציע

מערקט די צייט פון אייער אפעראציע

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

די שטאב מיטגלידער וועט אייך זאגן וויפיל אזייגער צו זיין אין שפיטאל פאר

אייער אפעראציע. זיי וועלן אייך אויך דערמאנענ וואו צו גיין.

באזוכט www.msk.org/parking פאר פארקינג אינפארמאציע און אנווייזונגען צו אלע MSK לאקאציעס.

באדט זיך אדער שאווערט מיט א 4% קלאראהעקסידיין גלוקאנעיט (CHG) סאלושען אנטיסעפטיק הויט רייניגער, אזוי ווי Hibiclens®

CHG 4%סאלושען איז א הויט רייניגער וואס הרג'עט באצילן פאר 24 שעה נאך איר נוצט עס. שאווערן אדער זיך באדן מיט עס פאר אייער אפעראציע וועט העלפן פארמינערן די ריזיקע פון אינפעקציע נאכן אפעראציע.

אייער העלטקעיר פראוויידערס וועט אייך געבן א פלאש פון CHG 4% סאלושען ביי איינער פון אייער אפוינטמענטס פארן אפעראציע. איר קענט עס אויך קויפן ביי אייער לאקאלע אפטייק אן א פרעסקריפשאן. שאווערט אדער באדט זיך מיט עס די נאכט פאר אדער די אינדערפרי פון אייער אפעראציע.

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

לייגט נישט קיין שום שמירעכץ, זאלב, דעאדעראנט, מעיקאופ, פאודער,

פערפיום, אדער קאלאנע נאך אייער שויער.

אינסטרוקציעס פֿאַר עסן

הערט אויף עסן ביי האלב-נאכט (12 a.m) די נאכט בעפאר אייער אפעראציע. דאס רעכנט אריין הארטע קענדי און גאם.

אייער העלטקעיר פראוויידער האט אייך מעגליך געגעבן אנדערע אנווייזנגען פאר ווען אויפצוהערן צו עסן. אויב יא, פאלגט אויס זייערע אנווייזונגען. טייל מענטשן דארפן פאסטן (נישט עסן) פאר לענגער איידער זייער אפעראציע.

אינדערפרי, דעם טאג פון אייער אפעראציע

אינסטרוקציעס פֿאַר טרינקען

איר קענט טרינקן פארמולע, מאמע׳ס מילך, און קלארע פליסיגקייטן ביז האלבע נאכט. פאלגט אויס די אנווייזונגען אינעם טאוול אונטן. איר מעגט פוצן אייער ציין און נעמען אייערע מעדיצינען מיט א קליינע טרינק וואסער.

סארט פליסיגקייט	וויפיל צו טרינקען	ווען צו אויפהערן
פארמולע	• וויפיל מען וויל	הערט אויף טרינקען פארמולע 6 שעהפאר די צייט וואס איר קומט אן.
מאמע׳ס מילך	• וויפיל מען וויל	הערט אויף טרינקען מאמע׳ס מילך 4 שעהפאר די צייט וואס איר קומט אן.

קלארע פליסיגקייטן אזוויי וואסער, פרוכט זאפטן אן שטיקלעך, געטראנקען מיט גאז, טיי אן מילך און קאווע אן מילך	• 0 ביז 3 יאר אלט: ביז 4 אונסעס (120 מיליליטער) • 4 ביז 8 יאר אלט: ביז 6 אונסעס (180 מיליליטער) • 9 ביז 13 יאר אלט: ביז 8 אונסעס (240 מיליליטער) • 13 יאר און עלטער: ביז 12 אונסעס (360 מיליליטער)	הערט אויף טרינקען קלארע פליסיגקייטן 2 שעה פאר די צייט וואס איר קומט אן.

ענדיגט די קארבאהיידרעיט געטראנק וואס אייער העלטקעיר פראוויידער האט אייך געגעבן 2 שעה פאר די צייט וואס איר קומט אן. אייער העלטקעיר פראוויידער וועט אייך זאגן וויפיל צו טרינקען.

הערט אויף צו טרונקען 2 שעה פאר די צייט וואס איר קומט אן. דאס שליסט איין פארמולע, מאמע'ס מילך, וואסער, און אנדערע קלארע פליסיגקייטן.

נעמט אייערע מעדיצינען ווי געהייסן

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

אנגעהויבן פון 2 שעה איידער אייער אפעראציע, זאלט איר נישט נעמען קיין מעדיצינען.

איר זאָלט געדענקען דאָזיקע זאכן

- אויב איר טראָגט קאָנטאַקט לענסעס, טראָגט אַנשטאָט אייער ברילן. טראגן קאנטאקט לענזעס בשעת אן אפעראציע קען שעדיגן אייערע אויגן.
- טראגט נישט קיין מעטאלענע אביעקטן אויף זיך. נעמט אראפ אלע

צירונגען, אריינגערעכנט קערפער לעכערונגען. די געצייג וואס ווערן גענוצט בשעת אייער אפעראציע קענען אפבריען אויב זיי רירן אן אייזן.

- שמירט נישט קיין שמירעכץ, זאלבן, דעאדעראנט, מעיקאפ, פאודער, פערפיום אדער קאלאן.

וואס צו ברענגן

- 1באַרואיגונג אַרטיקל, אַזוי ווי אַ דעקע אָדער בערעלע.
- 1 אָדער 2עלעקטראָנישע דעווייסעס, אַזוי ווי אַ סמאַרטפאָון אָדער טאַבלעט, און זייערע טשאַרדזשערס.
- אלע מעדיצינען וואס איר נעמט, אריינגערעכנט פארשריבענע און איבער'ן-קאונטער מעדיצינען, סופלעמענטס, פעטשעס, און שמירעכצן.
- אייער אינסענטיוו ספיראמעטער, אויב איר האט איינס.
- אייער העלטקעיר פראקסי בויגן און אנדערע פריערדיגע אנווייזונגען, אויב איר האט זיי אויסגעפילט.
- דעם וועגווייזער. איר וועט עס נוצן צו לערנען וויאזוי קעיר צו נעמען פון זיך נאך אייער אפעראציע.

איינמאל איר זענט אין שפיטאל

ווען איר קומט אן אין שפיטאל, נעמט די B עלעוועיטאר צו די 6'טע שטאק (די PSC) אדער די 9'טע שטאק (די PACC). שרייבט זיך איין ביים טישל אין דיווארט צימער.

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

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

פאר קעירגעבערס, פאמיליע און פריינט

ליינט *Information for Family and Friends for the Day of Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery)אייך צו העלפן וויסן וואס צו ערווארטן אינעם טאג פון אייער נאנטע'ס אפעראציע.

טרעף זיך מיט א נורס

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

אויב איר האט אן אריינגעלייגטע פארט אדער צענטראלע ווענוס קאטעטער (CVC), וועט אייער נורס עס נוצן. אויב נישט, קען אייער נורס אריינלייגן אן אינטערווענוס (IV) ליניע אין איינס פון אייערע אדערן, געווענליך אין אייער ארעם אדער האנט. אויב אייער נורס לייגט נישט אריין די IV, וועט אייער אנעסטיזיאלאדזשיסט עס אריינלייגן אין די אפעראציע צימער.

טרעפט זיך מיט אן אנעסטיזיאלעדזשיסט

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

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

אייער דאקטער אדער אנעסטיזיאלאדזשיסט וועט אויך מעגליך רעדן מיט אייך איבער מעדיצינען צו קאנטראלירן די ווייטאג און אייך האלטן באקוועם נאך אייער אפעראציע. עס זענען דא פארשידענע וועגן וויאזוי די מעדיצינען קענען ווערן געגעבן.

- **עפידורעל קאטעטער:** טייל מענטשן קענען באקומען ווייטאג מעדיצין דורך אן עפידורעל קאטעטער (דינע, בייגזאמע טואב אין אייער רוקן-ביין). די מעדיצין וועט געגעבן ווערן אריין אין די פלאץ אינדרויסן פון אייער ספיינעל קארד.
- **פעריפערעל נערוו קאטעטער (נערוון בלאק):** טייל מענטשן קענען באקומען ווייטאג מעדיצין דורך א פעריפערעל נערוו קאטעטער, אויך אנגערופן א נערוון בלאק. די מעדיצין ווערן געגעבן ווערן צו די נערוון וועלכע געבן געפילן פאר די ארט פון אייער אפעראציע.
- **אינטערווינוס (IV) ווייטאג מעדיצין:** טייל מענטשן קענען באקומען ווייטאג מעדיצין אריין אין אן אדער דורך זייער IV ליניע.
- **מינדליכע ווייטאג מעדיצין:** טייל מענטשן קענען באקומען מינדליכע ווייטאג מעדיצין (מעדיצין וואס זיי שלינגען אראפ).

איר וועט האבן 1 אדער מער פון די זאכן נאך אייער אפעראציע.

מאכט זיך גרייט פאר אייער אפעראציע

ווען עס איז צייט פאר אייער אפעראציע, וועט איר אדער ארײנשפאצירן אינעם אפעראציע צימער, אדער וועט א שטאב מיטגלידער אייך ארײנפירן אויף א סטרעטשער. בעיביס אדער קליינע קינדער קענען ווערן ארײנגעטראגן אינעם אפעראציע צימער. איין עלטערן אדער גארדיען קען מיטקומען מיט אייך אריין אינעם אפעראציע צימער. זיי קענען בלייבן מיט אייך ביז איר שלאפט איין פון די אנעסטיזשיע.

א מיטגלידער פונעם אפעראציע צימער טיעם וועט אייך העלפן אריבערגיין צום אפערירן בעטל. איר וועט ליגן אויף אייער זייט אויף די אפערירונג בעט. זיי

וועלן מעגליך לייגן דרוק שטיוול אויף די אונטערשטע טייל פון אייערע פיס. זיי בלאזן זיך צוביסלעך אן און אויס צו העלפן די בלוט פליסן אין אייערע פיס.

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

בשעת אייער אפעראציע

נאך איר זענט אינגאנצן אנטשלאפן, וועט אייער קעיר טיעם לייגן אן אטעמען טואב דורך אייער מויל אריין צו אייער לופט וועג. דאס וועט אייך העלפן אטעמען. זיי וועלן אויך לייגן א יורינערי (פאלי) קאטעטער אין אייער בלעדער. עס וועט ארויסנעמען אייער יורין דורכאויס אייער אפעראציע.

דערנאך, וועט אייער סורדזשען מאכן די פאלגנדע שניטן:

- א שניט אין אייער רוקן אונטער איין זייט פון אייער אקסל. דאס וועט ערלויבן פאר אייער סורדזשען צו דערגרייכן אייער לונג.
- 1אדער 2 קליינע שניטן אויפ'ן פארנט פון אייער ברוסט-קאסטן, אויפ'ן זעלבע זייט פון אייער קערפער וואו די שניטן אין אייער רוקן. דאס איז וואו דער סורדזשען וועט לייגן א ברוסט-קאסטן טואב(ס) ארויסצונעמען סיי וועלכע בלוט, פליסיגקייט, און לופט וואס איז ארום אייער לונג נאך אייער אפעראציע.

אייער סורדזשען וועט פארמאכן מיט סטעיפלס אדער פארנייען אייערע שניטן איינמאל זיי ענדיגן אייער אפעראציע. זיי וועלן אויך מעגליך לייגן Steri-Strips™ (דינע שטיקלען פון סורדזשיקעל טעיפ) אדער Dermabond® (סורדזשיקעל קלעב) איבער אייערע שניטן. זיי וועלן צודעקן אייערע שניטן מיט א באנדאדזש.

אייער קעיר טיעם וועט געוועגליך ארויסנעמען אייער אטעמען טואב ווען איר געפינט זיך נאך אינעם אפעראציע צימער.

צענטראלע ווענוס קאטעטער (CVC)

אפאר מענטשן וועלן אויך האבן א צייטווייליגע צענטראלע ווענוס קאטעטער (CVC) אריינגעלייגן דורכאויס די אפעראציע. א CVC איז א דינע, בייגזאמע טואב וואס ווערט פלאצירט אין א גרויסע אדער אונטער אייער קאלנער-ביין. האבן א CVC מאכט עס גרינגער פאר אייך צו באקומען זאכן אזויווי פליסיגקייטן און מעדיצינען און מיינט אז איר וועט נישט דארפן אזויפיל נאדל שטאכן.

איר קענט לערנען מער איבער CVC's דורך ליינען וועגן אייער צענטראלע ווענוס קאטעטער (Central Venous Catheter, CVC) פאר קינדער פאציענטן (www.mskcc.org/yi/cancer-care/patient-education/about-your-central-venous-catheter-peds).

נאך אייער טאראקאטאמי אפעראציע

די טייל וועט אייך העלפן וויסן וואס צו ערווארטן נאך אייער אפעראציע. איר וועט זיך לערנען וויאזוי זיך צו אויסהיילן פון אייער אפעראציע זיכערערהייט סיי אין שפיטאל און סיי אינדערהיים.

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

אין די פידיעטריק אינטענסיוו קעיר יוניט (Pediatric Intensive Care Unit - PICU) אדער פאסט-אנעסטיזשיע קעיר יוניט (Post-Anesthesia Care Unit - PACU)

איר וועט זיין אינעם PICU אדער PACU ווען איר וועקט זיך אויף נאך אייער אפעראציע. אויב איר זענט אינעם PACU, וועט א שטאב מיטגליד אייך ברענגען צו אן אינפאציענט יוניט ווי נאר א בעט ווערט גרייט.

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

מעדיצינען פאר ווייטאג

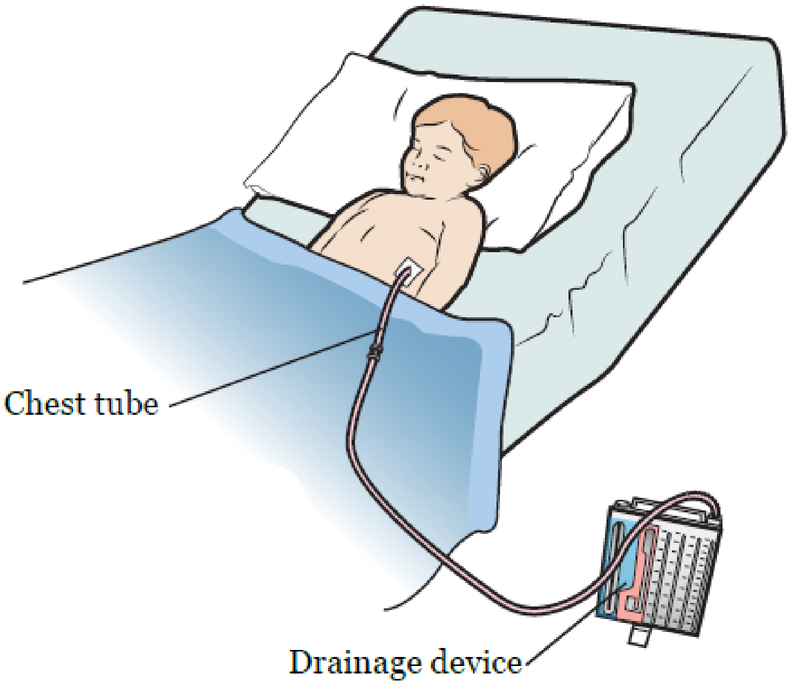
מערסטנס מענטשן באקומען ווייטאג מעדיצין דורך אן עפידורעל קאטעטער גלייך נאך די אפעראציע. טייל מענטשן באקומען עקסטערע ווייטאג מעדיצין דורך א פעריפערעל נערוו קאטעטער (נערוון בלאק). אויב איר האט אן אריינגעלייגטע פארט, CVC, אדער אינטערעווינוס ליניע, קענט איר באקומען עקסטערע ווייטאג מעדיצין דורך דעם. זאגט פאר איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס אויב אייער ווייטאג איז נישט קאנטראלירט.

אויב איר קענט נישט באקומען ווייטאג מעדיצין דורך אן עפידורעל קאטעטער, וועט איר האבן א ווייטאג פאמפ אנגערופן א פאציענט-קאנטראלירטע אנאלדזשעזיע (PCA) דעוויס. דער PCAדעווייס ערלויבט אייך זיך צו געבן ווייטאג מעדיצין ווען איר דארפט עס. צו לערנען מער, ליינט זיך *אפגעבן מיט אייער איליאסטאמי אדער קאלאסטאמי* (www.mskcc.org/yi/cancer-care/patient-education/caring-for-your-ileostomy-colostomy).

טואבס און דעווייסעס

עס וועלן אויך זיין אנדערע טואבס און דעווייסעס באהאפטן צו אייער קערפער אייך צו העלפן אויסהיילן.

- איר וועט האבן 1 אדער 2ברוסטקאסטן טואבס צו לאזן בלוט, פליסיגקייט, און לופט ארויסרינען פון די פלאץ ארום אייער לונג. די ברוסט-קאסטן טואבס וועלן גיין פון אייער סורדזשיקעל ארט צו אן ארויספיר דעווייס (זע בילד 3).



בילד 3. ברוסט-קאסטן טואב און ארויספיר דעוווייס

- איר וועט האבן דרוק שטיוול אויף די אונטערשטע טייל פון אייערע פיס צו העלפן די בלוט פליסן. זיי וועלן ווערן אראפגענומען איינמאל איר קענט גיין.
- איר וועט מעגליך האבן א יורינערי (פאלי) קאטעטער אין אייער בלעדדער צו האלטן חשבון פון וויפיל יורין איר מאכט.

פיזישע טעראפיע און אקיופעישאנעל טעראפיע

אויב איר דארפט הילף זיך צו ריקן, קריכן, וואקן, שפילן, אדער טוען זעלבסט-קעיר פליכטן נאך אייער אפעראציע, וועט א פיזיקעל טעראפיסט (PT) אדער אקיופעישאנעל טעראפיסט (OT) אדער ביידע מעגן אייך באזוכן.

- אייער PT קען אייך העלפן זיך באוועגן און פונקציאנירן בעסער נאך אייער אפעראציע. זיי וועלן אייך העלפן צוריקבאקומען די כוחות, באלאנס, און קאארדינאציע וואס איר דארפט צו טוען זאכן ווי קריכן, שפאצירן, גיין שטיגן, שפילן, אדער שפילן ספארטס.
- אייער OT קען אייך העלפן פארבעסערן סקילס וואס איר דארפט צו טוען וויכטיגע טאג-טעגליכע אקטיוויטעטן. זיי וועלן אייך העלפן אויב עס איז אייך שווער צו קעיר נעמען פון זיך (למשל זיך אנטוען און פוצן די ציין), שפילן

אקטיוויטעטן, אדער סקילס וואס איר דארפט פאר שולע אדער ארבעט.

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

אריבערגיין צו אייער שפיטאל צימער

איר וועט בלייבן אין די PICU אדער PACUביז איר וועקט זיך אינגאנצן אויף, אייער ווייטאג איז קאנטראלירט, און אייערע וויטעל סיינס שטייען גוט. איינמאל איר זענט גרייט, וועט איר גענומען ווערן צו די אינפאציענט יוניט. דארט, וועט אייער נורס אייך זאגן וויאזוי זיך צו היילן פון אייער אפעראציע.

אין אייער שפיטאל צימער

ווי לאנג איר וועט בלייבן אין שפיטאל נאך אייער אפעראציע ווענדט זיך אויף אייער ערהוילונג. אייער קעיר טיעם וועט אייך זאגן וואס צו ערווארטן. אין אייער שפיטאל צימער, וועט איר זיך טרעפן מיט איינער פון די נורסעס וועלכע וועט זיך אפגעבן מיט אייך דורכאויס אייער צייט אין שפיטאל. א נורס וועט אייך העלפן ארויסקומען פון בעט און ארויף אויף א בענקל גלייך נאך איר קומט דארט אן.

אייער קעיר טיעם וועט אייך אויסלערנען וויאזוי זיך אפצוגעבן מיט זיך בשעת איר ערהוילט זיך פון אייער אפעראציע. איר קענט זיך העלפן אויסהיילן שנעלער דורך:

- **ליינען אייער ערהוילונגס פלאן.**מיר וועלן אייך געבן א פלאן מיט צילן פאר אייער ערהוילונג אויב איר האט נאכנישט איינס. עס וועט אייך העלפן וויסן וואס צו טוען און וואס צו ערווארטן יעדע טאג בשעת אייער אויסהיילונג.
- **אנהויבן זיך ארום רוקן וויבאלד איר קענט.**וואס פריער איר קומט ארויס פון בעט און ריקט זיך, קריכט, אדער גייט, אלס שנעלער וועט איר קענען

צוריקגיין צו אייער געוועגליכע אקטיוויטעטן.

- **אויסארבעטן אייערע לונגען.** נוצט אייער אינסענטיוו ספיראמעטער צו העלפן אייערע לונגען זיך אנפולן אינגאנצן. דאס העלפט פארמיידן לונגען אנצינדונג).
- **איבונגען פאר אייער קערפער.** אייער פיזיקעל און אקיופעישאנעל טעראפיסן וועלן אייך אויסלערנען אקטיוויטעטן און איבונגען אייך צו העלפן ווערן שטערקער.

איר קענט נוצן אייער MSK MyChartצילן צום דיסטשארדש טשעק-ליסט צו נאכגיין אייער פארשריט דורכאויס ערהוילונג. פאר מער אינפארמאציע, ליינט *Frequently Asked Questions About the Goals to Discharge Checklist* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist).

אימעדזשינג סקענס נאך די אפעראציע

איר וועט האבן ברוסט-קאסטן עקס-רעיס צו קוקן אויף אייער לונגען בשעת די ברוסט-קאסטן טואב איז אין פלאץ. איינמאל אייער לונג היילט זיך, וועט אייער ברוסט-קאסטן טואב ווערן ארויסגענומען. דער ארט וועט ווערן באדעקט מיט א באנדאדזש. האלט דעם באנדאדזש אויף דעם פאר כאטש 48 שטונדן (2 טעג) נאך אייער ברוסט-קאסטן טואב ווערט ארויסגענומען, אויסער אויב אייער נורס געבט אייך אנדערע אנווייזונגען.

מענעדזש'ן אייער ווייטאג

איר וועט האבן אביסל ווייטאג נאך אייער אפעראציע. מיר וועלן אייך אפטמאל פרעגן איבער אייער ווייטאג און אייך געבן מעדיצין ווען איר דארפט. זאגט פאר איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס אויב אייער ווייטאג גייט נישט אוועק.

עס איז וויכטיג צו קאנטראלירן אייער ווייטאג אז איר זאלט קענען הוסן, אטעמען טיף, נוצן אייער אינסענטיוו ספיראמעטער, און ארויסגיין פון בעט און ארומגיין. קאנטראלירן אייער ווייטאג קען אייך העלפן זיך ערהוילן שנעלער.

איר וועט באקומען א פרעסקריפשאן פאר ווייטאג מעדיצין איידער איר

פארלאזט דעם שפיטאל. רעדט מיט אייער העלטקעיר פראווײדער וועגן מעגליכע זייטיגע ווירקונגען. פרעגט זיי איבער ווען צו אנהויבן אריבערגיין צו איבער-די-קאונטער ווייטאג מעדיצין.

מענעדזש'ען אייער ווייטאג דורך אינטעגרעטיוו מעדיצין

אונזער אינטעגרעיטיוו מעדיצין ספעציאליסטן קענען אייך העלפן אויב איר האט ווייטאג נאך אייער אפעראציע. מיר קענען אייך העלפן פראבירן מיינדפולנעס און מעדיטעישאן דורך אטעמען עקסערסייזעס, מיינדפול ריקן, און נוצן גיידעד אימעדזשערי (אנגעפירטע פארשטעלן). מאסאדזש טעכניקן און מוזיק טעראפיע קענען אויך מאכן מער באקוועם. ארומשפילן דורך טאנצן קען טוישן אייער געמיט און אוועקנעמען די מחשבות פון די ווייטאג. אויב איר זענט אינטערעסירט צו מענעדזשען אייער ווייטאג דורך אינטעגרעיטיוו מעדיצין, קענט איר בעטן א מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם פאר אן אינטעגרעיטיוו מעדיצין קאנסולט.

זיך ריקן און שפאצירן

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

איר קענט זיך ארומריקן דורך גיין צום סינק אדער בית הכסא אדער ארום די יוניט. פרובירט ארומצוגיין יעדע 2שטונדן, אויב איר קענט. אייער נורס, פיזיקעל טעראפיסט, אדער אקיופעישאנעל טעראפיסט וועט אייך העלפן זיך ארומריקן, אויב עס פעלט אויס.

איר קענט אויך באקומען מיינדפול ריקן טעראפיעס, אזויווי טאנצן טעראפיע, טיי טשי, און יאוגע, זענען אויך אוועילאבל. אויב איר זענט אינטערעסירט אין מיינדפול ריקן טעארפיעס, קענט איר בעטן א מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם פאר אן אינטעגרעיטיוו מעדיצין קאנסולט.

צו לערנען מער איבער וויאזוי גיין קען אייך העלפן זיך ערהוילן, ליינט *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery*

(www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery).

צו לערנען וואס איר קענט טון צו בלייבן פארזיכערט און אייך פארמיידן פון פאלן ווען איר זענט אין שפיטאל, לייענט *Call! Don't Fall! for Pediatric Patients* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall-peds).

אויסארבעטן אייערע לונגען

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

- נוצט אייער אינסענטיוו ספיראמעטער 10מאל יעדע שעה וואס איר זענט אויף. לייענט *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer) אויסצוגעפינען מער.
- יונגערע קינדער קענען בלאזן באבלס אדער נוצן א פינוויל אנשטאט אן אינסענטיוו ספיראמעטער.
- הוסט און מאכט טיפע אטעמען איבונגען יעדע 1 צו 2 שעה וואס איר זענט אויף. א מיטגלידער פון אייער קעיר טיעם וועט אייך ווייזן וויאזוי. עס איז גוט צו טוען די איבונגען קורץ נאכן נעמען אייער ווייטאג מעדיצין.

איינע פון MSKס אינטעגרעיטיוו מעדיצין פראוויידערס קענען אייך אויך העלפן אויסארבעטן אייערע לונגען דורך אייך באגלייטן מיט אייער אטעמען טעכניק אדער מעדיצין.

עסן און טרינקען

איר וועט קענען עסן נאך אייער אפעראציע. עסן א באלאנסירטע דייעט הויך אין פראטיען וועט אייך העלפן זיך היילן נאכ'ן אפעראציע. אייער דייעט זאל ארייננרעכענען א געזונטע פראטיען קוואל ביי יעדע מאלצייט, ווי אויף פרוכט, גרינצייג, און פולע גרעינס.

צו לערנען מער, לייענט *Helping Your Child Eat During Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/helping-your-child-eat-during-treatment).

אויב איר האט פראגעס וועגן אייער דיעטע, בעט צו רעדן מיט א קלינישע דייעטישאן נוטרישאניסט.

פארלאזן דעם שפיטאל

ווען עס איז צייט צו פארלאזן די שפיטאל, וועט אייער שניט שוין האבן אנגעהויבן זיך צו אויסהיילן. פאר איר פארלאזט די שפיטאל, קוקט אויף אייער שניט מיט אייער קעירגעבער און איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס. וויסן וויאזוי עס זעהט אויס וועט אייך העלפן באמערקן סיי וועלכע טוישונגען שפעטער.

אייער העלטקעיר פראוויידער שרייבן אייער דיסטשארדזש באפעל און פרעסקריפשאנס. איר וועט אויך באקומען שריפטליכע דיסטשארדזש אנווייזונגען. איינער פון אייער העלטקעיר פראוויידערס וועט איבערגיין די אנווייזונגען מיט אייך איידער איר גייט ארויס.

אין דעם היים

לייענט *What You Can Do to Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling) צו לערנען וואס איר קענט טון אייך צו אפהאלטן פון פאלן אינדערהיים און דורכאויס אייערע אפוינטמענטס ביי MSK.

אויספולן אייער רעקאוועריי טרעקער

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

פילט אויס אייער רעקאוועריי טרעקער יעדן טאג איידער האלבנאכט (12:00

am). עס נעמט בלויז 2 צו 3 מינוט צו אויספולן. אייערע ענטפערס צו די פראגעס וועלן אונז העלפן פארשטיין וויאזוי איר שפירט זיך און וואס איר ברויכט.

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

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

מענעדזש'ן אייער ווייטאג

יעדע מענטש האט ווייטאג אדער אומבאקוועמליכקייט פאר אן אנדערע צייט אפשניט. עס קען זיין אז איר וועט נאך האבן אביסל ווייטאג ווען איר גייט אהיים און וועט ווארשיינליך נעמען ווייטאג מעדיצין. טייל מענטשן האבן אומבאקוועמליכקייט, צאמגעצויגנקייט, אדער מוסקל ווייען ארום זייער שניט פאר 6 מאנאטן אדער לענגער. דאס מיינט נישט אז עס איז דא א פראבלעם.

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

- נעמט אייערע מעדיצינען ווי פארגעשריבן און לויטן געברויך.
- רופט אייער העלטקעיר פראוויידער אויב די פארשריבענע מעדיצין מאכט נישט אייער ווייטאג בעסער.
- איר וועט האבן וויניגער ווייטאג און דארפן וויניגער ווייטאג מעדיצין ווען אייער שניט הײלט זיך. אן איבערן-קאונטער ווייטאג פארלייכטערער וועט העלפן מיט ווייען און אומבאקוועמליכקייט. אסיטעמינאפען (Tylenol®) און איביופראפען (Advil® אדער Motrin®) זענען ביישפילן פון איבערן-קאונטער ווייטאג מעדיצינען. רופט אייער העלטקעיר פראוויידער איידער

איר נעמט איבופראפין (Advil אדער Motrin).

- ○ פאלגט אויס אייער העלטקעיר פראוויידער'ס אנווייזונגען פאר אויפהערן צו נעמען פרעסקריפשאן ווייטאג מעדיצין.
- ○ נעמט נישט צופיל פון סיי וועלכע מעדיצין. פאלגט אויס די אנווייזונגען אויפן צעטל אדער פון אייער העלטקעיר פראוויידער.
- ○ ליינט די צעטלעך פון אלע מעדיצינען וואס איר נעמט. דאס איז זייער וויכטיג אויב איר נעמט אסיטעמינאפען. אסיטעמינאפען איז א באשטאנדטייל אין אסאך איבער-די-קאונטער און פרעסקריפשאן מעדיצינען. נעמען צופּיל קען שעדיגן די לעבער. נעמט נישט מער ווי 1 מעדיצין וואס האט אסיטעמינאפען אן רעדן מיט א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם.

- ווייטאג מעדיצין דארף אייך העלפן צוריקגיין צו אייער געווענליכע אקטיוויטעטן. נעמט גענוג מעדיצין צו קענען טון אייער אקטיוויטעטן און איבונגען באקוועמערהייט. עס קען פאסירן אז איר זאלט האבן אביסל מער ווייטאג ווען איר ווערט מער אקטיוו.
- האלט חשבון פון ווען איר נעמט אייער ווייטאג מעדיצין. עס ארבעט די בעסטע 30 ביז 45 מינוט נאך איר נעמט עס. עס איז בעסער עס צו נעמען ווען איר הויבט אן צו האבן ווייטאג ווי איידער ווען די ווייטאג ווערט שוין ערגער.

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

פארמיידן און מענעדזשן עצירות.

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

- גייט אין בית הכסא יעדן טאג אין די זעלבע צייט. אייער גוף וועט ווערן

צוגעוואוינט צו גיין אין יענע צייט. אויב איר פילט אבער אז איר דארפט גיין, האלט זיך נישט צוריק.

- פראבירט צו גיין אין בית הכסא 15-5מינוט נאכן עסן. נאך פרישטאג איז א גוטע צייט צו גיין. דאס איז ווען די ריפלעקסעס אין אייער קישקע זענען די שטערקסטע.
- טוט איבונגען, אויב איר קענט. גיין איז זייער א גוטע סארט איבונג וואס קען העלפן פארמיידן און קאנטראלירן קאנסטיפעישען.
- טרינקט 8 ביז 10 (8-אונס) גלעזלעך (2ליטער) פון פליסיגקייטן יעדן טאג, אויב איר קענט. וועלט אויס וואסער, זאפטן (אזויווי פלוימען זאפט), זופ, און אייז קרים שעיקס. מיידט אויס פליסיגקייטן מיט קאפיען, אזויווי קאווע און סאדע. קאפיען קען ארויסציען פליסיגקייטן פון אייער גוף.
- פארמערט צוביסלעך פייבער אין אייער דיעטע ביז 25 צו 35 גראם פער טאג. אומגעשיילטע פרוכט און גרינצייג, ברוינע גרעינס, און סיריעלס האבן פייבער. אויב איר האט אן אסטאמי אדער האט געהאט א באוועל אפעראציע, פרעגט אייער העלטקעיר פראוויידער איידער איר טוישט אייער דיעטע.
- אויב איר פילט אנגעבלאזן, פארמיידט עסן וואס קענען פאראורזאכן גאז. ביישפילן זענען באנדלעך, בראקאלי, צוויבל, קרויט, און קאליפלאווער.
- סיי איבער-די-קאונטער און פרעסקריפשאן מעדיצין קענען העלפן מיט קאנסטיפעישאן. פרעגט אייער העלטקעיר פראוויידער איידער איר נעמט סיי וועלכע מעדיצין פאר קאנסטיפעישאן. דאס איז זייער וויכטיג אויב איר האט אן אסטאמי אדער האט געהאט א באוועל אפעראציע. פאלגט אויס די אנווייזונגען אויפן צעטל אדער פון אייער העלטקעיר פראוויידער. ביישפילן פון איבער-די-קאונטער מעדיצינען פאר קאנסטיפעישאן זענען:
  - דאקיוסעיט סאדיום (®Colace). דאס איז א סטאול ווייכערער (מעדיצין וואס מאכט אייער באוועל באוועגונג ווייכער) וואס ברענגט וויניג זייטיגע ווירקונגען. איר קענט עס נוצן צו העלפן פארמיידן קאנסטיפעישאן.

נעמט עס נישט מיט מינעראל אויל. נעמט ______ קאפסולן פון דאקוסעיט סאדיום 3 מאל א טאג.

- סענא (Senokot®). דאס איז א סטימיולענט לאקסאטיוו, וואס קען פירן צו קרעמפס. נעמט 2 טאבלעטן פון סענא ווען איר גייט שלאפן. נעמט עס נאר אויב איר זענט שוין קאנסטיפעיטעד.

האלט אין איין נעמען די מעדיצין ביז איר נעמט מער נישט קיין פרעסקריפשען ווייטאג מעדיצין.

אויב סיי וועלכע פון די מעדיצינען פירן צו דייעריע (לויזע, וואסעריגע באוועל באוועגונגען), הערט עס אויף נעמען. איר קענט אנהויבן נאכאמאל אויב איר דארפט.

באהאנדלען אייער שניט

איר וועט האבן 1 הויפט סורדזשיקעל שניט אויף אייער רוקן און 1 אדער 2 קלענערע ברוסט-קאסטן טואב שניטן אויף אייער ברוסט-קאסטן. איר קענט מעגליך זיין אביסט נאמב אונטער און אין פארנט פון אייער שניטן. דאס איז ווייל אייער ריבס זענען געווען ארויסגעשפרייט און עטליכע נערוועז זענען אפעקטירט געווארן.

הויפט סורדזשיקעל שניט

- ווען איר זענט גרייט צו פארלאזן די שפיטאל, וועט אייער סורדזשיקעל שניט שוין האבן אנגעהויבן זיך צו אויסהיילן.
- אייער שניט וועט זיין באדעקט מיט קלעב (Dermabond) אדער פאפיר טעיפ (Steri-Strips) וואס וועט אראפפאלן אדער אראפקומען פון זיך אליינס.
- אויב סיי וועלכע פליסיגקייטן קומען ארויס פון אייער סורדזשיקעל שניט, שרייבט אראפ דער צאל און קאליר און רופט אייער דאקטער.

קלענערע ברוסט-קאסטן טוב שניט(ן)

- איר וועט האבן א באנדאדזש איבער אייער ברוסט-קאסטן טואב שניט(ן).
- האלט דעם באנדאדזש אויף אייער שניט(ן) פאר 48 שטונדן נאך אייער ברוסט-קאסטן טואב ווערט ארויסגענומען, אויסער אויב עס ווערט נאס. אויב עס ווערט נאס, טוישט עס גלייך.
- איר וועט מעגליך האבן אביסל דינע, געלע אדער פינקע-קאלירטע פליסיגקייטן פון דעם ארט. דאָס איז נאָרמאַל. לייגט א באנדאדזש (אזויווי א Band-Aid®) אדער טריקענע שטיקל גאוז איבער דעם ארט. טוישט דער באנדאדזש ווי נויטיג.

רופט אייער פראוויידער׳ס אפיס אויב:

- די הויט ארום אייער שניט איז זייער רויט אדער ווערט רויטער.
- די הויט ארום אייער שניט איזווארעמער ווי געווענליך.
- די פלאץ ארום אייער שניט הויבט אן ווערן געשוואלן אדער ווערט מער געשוואלן.
- איר זעהט פליסיגקייט וואס זעהט אויס ווי אייטער (דיק און ווייסלעך).
- אייער שניט שמעקט נישט גוט.

העלפן אייערע לונגען זיך אויסהיילן

פאלגט אויס די אנווייזונגען צו העלפן אייערע לונגען זיך אויסהיילן אינדערהיים.

- זעצט פאר צו טון איבונגען אדער שפאצירן פאר כאטש 30 מינוט א טאג. דאס וועט אייך העלפן ווערן שטערקער, פילן בעסער, און היילן אייער לונגען. האלט אין איין נוצן אייער אינסענטיוו ספיראמעטער, שטרוי, אדער פינוויל, און טוט אייער היסן און טיפע אטעמען איבונגען אינדערהיים.
- טרינקט פליסיגקייטן צו העלפן האלטן אייער מיוקוס דין און גרינג ארויסצוהיסן. פרעגט אייער דאקטער וויפיל איר זאלט טרינקען יעדן טאג. פאר מערסטנס מענטשן, וועט דאס זיין כאטש 8 (8-אוינס) גלעזער פון וואסער אדער אנדערע פליסיגקייטן יעדן טאג.

- נוצט א יומידיפייער אין אייער שלאפצימער דורכאויס די ווינטער מאנאטן. פאלגט אויס די אנווייזונגען אויף צו רייניגן די מאשין. טוישט די וואסער אפט.
- זייט פארזיכטיג נישט צו ווערן קראנק. פארמיידט נאנטע בארירונג מיט מענטשן וואס זענען פארקילט, האבן האלז ווײ, אדער דער פלו. אויב איר ווערט קראנק, רופט אייער דאקטער אדער נורס.

שאווערן

איר קענט נעמען א שאווער 48 שטונדן נאך אייער ברוסט-קאסטן טואב ווערט ארויסגענומען. נעמען א ווארעמע שאווער בארואיגט און קען העלפן פארמינערן מוסקל ווייען.

ווען איר נעמט א שאווער, נוצט זייף צו איידלערהייט וואשן אייער שניטן. ווישט אפ די ערטער מיט א ריינע האנטוך און לאזט אייער שניטן אויפגעדעקט (אויסער אויב עס איז דא פליסיגקייטן). רופט אייער דאקטער אויב איר זעט רויטקייט אדער פליסיגקייטן פון אייער שניט.

פאר די ערשטע 2 וואכן (14 טעג) נאך אייער אפעראציע, זאלט איר נישט איינטינקען אייער שניטן אין וואסער (אזוויווי אין א וואנע אדער שווים באסיין).

פיזישע אַקטיוויטעט און גימנאַסטיק

אייער שניט קען אויסזען ווי עס היילט זיך אויס פונדרויסן ווען איר גייט ארויס פון שפיטאל. עס וועט נישט זיין אויסגעהיילט פון אינערווייניג.

מערסטנס מענטשן זאלן נישט אויפהויבן גארנישט שווערער ווי 10 פונט (4.5 קילאגראמס) פאר כאטש 4 ביז 6 וואכן נאך זייער אפעראציע. אבער, דאס ווענדט זיך אין די סארט אפעראציע וואס איר האט געהאט. פרעגט אייער דאקטער ווי לאנג איר זאלט זיך אפהאלטן פון אויפהויבן שווערע זאכן.

שפילט נישט ספארטס ביז אייער דאקטער זאגט אייך אז איר קענט. ווען איר הויבט נאכאמאל אן, געדענקט אז עס וועט נעמען צייט פאר אייך צוריקצוגיין צו אייער פריערדיגע שטאפל פון אקטיוויטעט. הויבט אן שטייט און פארמערט אייער אקטיוויטעט וויבאלד איר פילט בעסער.

עס איז וויכטיג פאר אייך צוריקצוגיין צו טון געהעריגע אקטיוויטעטן נאכ'ן אפעראציע. שפרייט זיי אויס איבער'ן טאג. שפאצירן און גיין טרעפ איז אויסגעצייכנטע פארעמס פון איבונגען. פארמערט צוביסלעך די לענג וואס איר שפאצירט. גייט טרעפ שטייטלעך, זיך אפשטעלנדיג אדער רוען ווען נויטיג.

אייער קערפער איז אן אויסגעצייכנטע וועגווייזער אייך צו זאגן ווען איר האט געטון צופיל. ווען איר פארמערט אייך אקטיוויטעט, לייגט צו קאפ צו וויאזוי איר פילט. איר קענט אויסגעפונען אז איר האט מער ענערגיע אינדערפרי אדער נאכמיטאג. פלאנט אייער אקטיוויטעטן פאר די צייטן פון טאג וואס איר האט מער ענערגיע.

עס איז נארמאל צו האבן ווייניגער ענערגיע ווי געוועגליך נאך אן אפעראציע. די ערהוילונגס צייט איז אנדערש פאר יעדע מענטש. טוט מער אקטיוויטעטן יעדן טאג וויפיל איר קענט. באלאנסירט אלעמאל אקטיוויטעט צייטן מיט אפרו צייטן. זיך אפרוען איז א וויכטיג טייל פון אייער ערהוילונג.

צוריקגיין אין שולע

איר קענט צוריקביין צו שולע ווי נאר איר פילט זיך גרייט.

רייזן

פארט נישט אויף א פליגער ביז איר האט דאס אדורכגערעדט מיט אייער דאקטער ביי אייער ערשטע אפאונטמענט נאך אייער אפעראציע.

זיך ספראווען מיט אייערע געפילן

איר קענט מעגליך האבן נייע און נישט געשמאקע געפילן נאך אן אפעראציע פון אן ערנסטע קראנקהייט. אסאך מענטשן זאגן אז זיי פילן ווי וויינען, טרויעריג, באזארגט, נערוועז, געשטערט, אדער אויפגערעגט געוויסע מאל. איר קענט באמערקן אז איר קענט נישט קאנטראלירן טייל פון די געפילן. אויב דאס פאסירט, איז עס א גוטע געדאנק צו זוכן עמאציאנאלע שטיצע. אייער העלטקעיר פראוויידער קען אייך פארשלאגן צו גיין צו MSK'ס קאונסעלינג צענטער. איר קענט זיך אויך פארבינדן מיט זיי דורך רופן 646-888-0200.

דער ערשטע שריט און זיך ספראווען דערמיט איז צו רעדן פון וויאזוי איר פילט. פאמיליע און פריינט קענען העלפן. מיר קענען אייך בארואיגן, אונטערהאלטן, און געבן עצות. עס איז אלעמאל א גוטע געדאנק אונז צו לאזן וויסן וויאזוי איר, אייער פאמיליע, און אייערע פריינט שפירן זיך געפיליש. עס זענען פאראן אסאך הילפסמיטלען פאר אייך און אייער פאמיליע צו נוצן. מיר זענען דא צו העלפן איר און אייער פאמיליע און פריינט זיך ספראווען מיט די געפילן הינזיכטן פון אייער קראנקהייט. מיר קענען העלפן נישט קיין אונטערשייד אויב איר זענט אין שפיטאל אדער אינדערהיים.

פאלאו-אפ אפוינטמענטס

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

אייער נאכפאלג אפוינטמענט וועט פארקומען פערזענליך. אין געוויסע פעלער, קען עס זיין דורך טעלע-מעדיצין. ביי דעם אפאונטמענט, וועט אייער דאקטער אדורכרעדן די איינצלהייטן פון די פאטאלאגיע רעזולטאטן מיט אייך און קוקן וואיזוי איר ערהוילט זיך.

ווען צו רופן אייער העלטקעיר פראוויידער

רופט אייער העלטקעיר פראוויידער אויב:

- איר האט פיבער פון 100.4 °F (38 °C) אדער העכער.
- איר האט נייע אדער ערגערע קורצע אטעם.
- איר האט ווייטאג וואס ווערט נישט בעסער מיט אייער מעדיצין.
- די הויט ארום אייער שניט איז זייער רויט אדער ווערט רויטער.
- די הויט ארום אייער שניט איז ווארעמער ווי געווענליך.
- די פלאץ ארום אייער שניט הויבט אן ווערן געשוואלן אדער ווערט מער געשוואלן.

- איר זעהט פליסיגקייט וואס זעהט אויס ווי אייטער (דיק און ווייסלעך).
- אייער שניט שמעקט נישט גוט.
- איר האט נישט געהאט א באוועל באוועגונג פאר 3 טעג אדער מער.
- איר האט סיי וועלכע נייע סימפטאם.
- איר האט סיי וועלכע פראגעס אדער זארגן.

קאנטאקט אינפארמאציע

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

סופארט סערוויסעס

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

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

MSK שטיצנדע סערוויסעס

אדמיטינג אפיס

212-639-7606

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

אנעסטיזשיע

212-639-6840

רופט אויב איר האט פראגעס איבער אנעסטיזשיע.

בלוט ביישטייערער צימער
212-639-7643
רופט פאר אינפארמאציע אויב איר זענט אינטערעסירט אין ביישטייערן בלוט אדער פלעיטלעטס.

Bobst International Center
www.msk.org/international
888-675-7722
מיר נעמען אויף פאציענטן פון ארום די וועלט און שטעלן צו פילע סערוויסעס צו העלפן. אויב איר זענט אן אינטערנאציאנעלע פאציענט, רופט פאר הילף צו ערלעדיגן אייער קעיר.

קאונסעלינג צענטער
www.msk.org/counseling
646-888-0200
אסאך מענטשן זאגן אז קאונסעלינג העלפט זיי. אונזער קאונסלינג צענטער שטעלט צו קאונסלינג פאר מענטשן, פארפעלקער, פאמיליעס, און גרופעס. מיר קענען אויך פארשרייבן מעדיצינען אויב איר שפירט זיך אנגעצויגן אדער דערשלאגן. פרעגט א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם פאר א רעפערל אדער רופט די נומער אויבן צו מאכן אן אפוינטמענט.

עסנווארג פענטרי פראגראם
646-888-8055
מיר שטעלן צו עסן פאר מענטשן וואס דארפן בשעת זייער קענסער באהאנדלונג. רעדט מיט א מיטגליד פון אייער קעיר טיעם אדער רופט די נומער אויבן אויסצוגעפונען מער.

ינטעגראַטיווע מעדיצין און וועללנעסס סערוויס
www.msk.org/integrativemedicine

אונדזער ינטעגראַטיווע מעדיסינע און וועללנעסס סערוויס אָפּפערס פילע באַדינונגס צו דערגאַנג (גיין צוזאמען מיט) בעקאַבאָלעדיק מעדיציניש זאָרגן. צום ביישפיל, מיר שטעלן צו מוזיק טעראַפּיע, מוח/גוף טעראפיעס, טאנצן און באוועגונג טעראפיע, יאוגע, און טאפן טעראפיע. רופט 646-449-1010 צו מאכן אן אפוינטמענט פאר די סערוויסעס.

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

MSK Library

library.mskcc.org

איר קענט באזוכן אונזער לייברערי וועבסייט אדער אימעילט asklibrarian@mskcc.orgצו רעדן מיט די לייברערי רעפערענס שטאב. דאס קען אייך העלפן טרעפן מער אינפארמאציע איבער אייער ספעציפישע סארט קענסער. איר קענט אויך באזוכן די לייברערי'ס פאציענט עדיוקעישאן וועגווייזער.

נערונג סערוויסעס

www.msk.org/nutrition

212-639-7312

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

פאציענט און קעירגעבער עדיוקעישאן

www.msk.org/pe

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

פאציענט בילינג

646-227-3378

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

פאציענט פארטרעטער אפיס

212-639-7202

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

פעריאפעראטיוו נורס ליעיזאן

212-639-5935

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

פריוואטע דיוטי נורסעס און באגלייטער

646-357-9272

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

ריהאביליטאציע סערוויסעס

www.msk.org/rehabilitation

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

- **ריהאביליטאציע מעדיצין דאקטוירים**דיאגנעזירן און באהאנדלען פראבלעמען וואס אפעקטירן די וועג וואס איר באוועגט זיך און טוט אקטיוויטעטן. זיי קענען אויסשטעלן און העלפן קאארדענירן אייער ריהאביליטאציע טעראפיע פראגראם, אדער ביי MSK אדער ערגעץ נענטער צו אייער היים. רופט ריהאביליטאציע מעדיצין (פיסיאטריק) אויף 646-888-1929 אויסצוגעפונען מער.
- אן **OT**קען העלפן אויב איר האט שוועריגקייטן אויסצופירן אייער געווענליכע טעגליכע אקטיוויטעטן. צום ביישפיל, זיי קענען רעקאמענדירן געצייג צו העלפן מאכן גרינגער טעגליכע פליכטן. א **PT**קען אייך אויסלערנען איבונגען צו העלפן בויען שטארקייט און בויגזאמקייט. רופט ריהאביליטאציע טעראפיע אויף 646-888-1900 אויסצוגעפונען מער.

רעסאורסעס פאר לעבן נאך קענסער (Resources for Life After Cancer - RLAC) פראגראם
646-888-8106
ביי MSK,קעיר ענדיגט זיך נישט נאך אייער באהאנדלונג. די RLAC פראגראם איז פאר פאציענטן און זייערע פאמיליעס וואס האבן געענדיגט באהאנדלונגען.

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

סאושעל ווארק
www.msk.org/socialwork
212-639-7020
סאושעל ווארקערס העלפן פאציענטן, פאמיליע, און פריינט זיך ספראווען מיט פראבלעמען וואס מאכן זיך אפט ביי מענטשן וואס האבן קענסער. זיי שטעלן צו אינדיווידועלע קאונסעלינג און הילף גרופעס דורכאויס אייער באהאנדלונג. זיי קענען אייך העלפן קאמיוניקירן מיט קינדער און אנדערע פאמיליע מיטגלידער.

אונזערע סאושעל ווארקערס קענען אייך אויך רעפערירן צו קאמיוניטי

אגענטורן און פראגראמען. זיי האבן אויך אינפארמאציע איבער פינאנציעלע ריסאורסעס, אויב איר האט פראבלעמען מיט באצאלן אייערע בילס. רופט דעם נומער אויבן צו אויסגעפונען מער.

גייסטישע קעיר

212-639-5982

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

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

ווירטועל פראגראמען

www.msk.org/vp

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

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

דרויסנ'דע שטיצנדע סערוויסעס

Access-A-Ride

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

877-337-2017

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

Air Charity Network

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

שטעלט צו טרעוול צו באהאנדלונג צענטערן.

(American Cancer Society (ACS

www.cancer.org

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

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

Cancer and Careers

www.cancerandcareers.org646-929-8032

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

CancerCare

www.cancercare.org

800-813-4673

(Seventh Avenue (Between West 25th & 26th Streets 275

New York, NY 10001

שטעלט צו קאונסעלינג, שטיצע גרופעס, עדיוקעישאנאלווארקשאפס, אויסגאבעס, און פינאנציאנאלע הילף.

Cancer Support Community

www.cancersupportcommunity.org
שטעלט צו שטיצע און עדיוקעישאן צו מענטשן אפעקטירט דורך קענסער.

Caregiver Action Network
www.caregiveraction.org
800-896-3650
שטעלט צו עדיוקעישאן און שטיצע פאר מענטשן וועלכע באהאנדלען נאנטע מיט א כראנישע קראנקהייט אדער דיסאביליטי.

Corporate Angel Network
www.corpangelnetwork.org
866-328-1313
טוט פארשלאגן אומזיסטע טרעוול צו באהאנדלונג איבער'ן לאנד ניצנ'דיג ליידיגע זיץ פלעצער אויף ביזנעס דזשעטס.

Good Days
www.mygooddays.org
877-968-7233
טוט פארשלאגן פינאנציאלע הילף צו צאלן פאר קאו-פעימענטס בשעת באהאנדלונג. פאציענטן מוזן האבן מעדעצינישע אינשורענס, נאכקומען די איינקונפט פאדערונגען, און זיין פארשריבן מעדעצינען וואס זענען א טייל פון די גוד דעיס פארמולערי.

HealthWell Foundation
www.healthwellfoundation.org
800-675-8416
שטעלט צו פינאנציאלע הילף צו דעקן קא-פעימענטס, העלט קעיר פרימיומס, און דידאקטעבלס פאר געוויסע מעדעצינען און טעראפיעס.

Joe's House
www.joeshouse.org

877-563-7468
שטעלט צו א ליסטע פון פלעצער צו פארווײלן נעבן באהאנדלונג צענטערן פאר מענטשן מיט קענסער און זייער פאמיליעס.

LGBT Cancer Projecthttp://lgbtcancer.com
שטעלט צו שטיצע און אדוואקאסי פאר די LGBT קאמיוניטי, ארייננערעכנט אנליין שטיצע גרופעס און א דאטאבעיס פון LGBT פריינטליכע קלינישע פראבעס.

LIVESTRONG
Fertilitywww.livestrong.org/fertility
855-744-7777
שטעלט צו רעפראדוקטיווע אינפארמאציע און שטיצע צו קענסער פאציענטן און איבערלעבערס וועמען'ס מעדעצינישע באהאנדלונגען האבן ריזיקעס פארבינדן מיט אינפערטיליטי.

Look Good Feel Better Program

(www.lookgoodfeelbetter.org 800-395-LOOK (800-395-5665
די פראגראם טוט פארשלאגן ווארקשאפס צו לערנען זאכן וואס איר קענט טוען אייך צו העלפן פילן בעסער איבער אייער אויסזעהן. פאר מער אינפארמאציע אדער זיך צו איינשרייבן פאר א ווארקשאפ, רוף די נומער אויבנדערמאנט אדער באזיכט די פראגראם'ס וועבסייט.

National Cancer Institute
www.cancer.gov
(CANCER (800-422-6237-800-4

(National Council on Aging (NCOA
www.benefitscheckup.org

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

National LGBT Cancer Network

www.cancer-network.org

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

Needy Meds

www.needymeds.org

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

NYRx

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

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

(Patient Access Network(PAN

Foundationwww.panfoundation.org

866-316-7263

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

Patient Advocate Foundation

www.patientadvocate.org

800-532-5274

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

רויטע טיר קאמיוניטי (פריער באקאנט אלס גילדא'ס קלאב)
212-647-9700
www.reddoorcommunity.org
א פלאץ וואו מענטשן וואס לעבן מיט קענסער טרעפן סאציאלע און עמאציאנאלע שטיצע דורך נעטווארקינג, ווארקשאפס, לעקציעס, און סאציאלע אקטיוויטעיטן.

RxHope
www.rxhope.com
877-267-0517
שטעלט צו הילף צו העלפן מענטשן באקומען מעדעצינען וואס זיי האבן שוועריקייטן צו באצאלן.

Triage Cancer
www.triagecancer.org, שטעלט צו לעגאלע, מעדעצינישע, און פינאנציעלע אינפארמאציע און ריסאורסעס פאר קענסער פאציענטן און זייערע קעירגעבערס.

עדיוקעישאנעל ריסאורסעס

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

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

- וועגן אייער צענטראלע ווענוס קאטעטער *(Central Venous Catheter,* CVC) פאר קינדער פאציענטן (www.mskcc.org/yi/cancer-care/patient-education/about-your-central-venous-catheter-peds)

- *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Call! Don't Fall! for Pediatric Patients* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/call-dont-fall-peds)
- *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
- *Frequently Asked Questions About the Goals to Discharge Checklist* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-goals-discharge-checklist)
- *Frequently Asked Questions About Walking After Your Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery)
- *Helping Your Child Eat During Cancer Treatment* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/helping-your-child-eat-during-treatment)
- *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 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)

- *How To Use Your Incentive Spirometer* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)
- *Information for Family and Friends for the Day of Surgery* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/information-family-and-friends-day-surgery)
- *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)
- *What You Can Do to Avoid Falling* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

פאר מער ריסאורסעס, באזוכט www.mskcc.org/pe צו דורכקוקן אונזער ווירטואלע לייברערי.

אלע רעכטן ווערן געאייגנט און רעזערווירט דורך מעמאריעל סלאון קעטערינג קענסער צענטער

Memorial Sloan Kettering Cancer Center