



患者及照护者教育

关于晚期淋巴水肿的吸脂手术

本信息将说明您在接受晚期淋巴水肿吸脂手术前、手术期间及手术完成之后的预期情况。此外，还介绍了术后如何进行自我护理的相关事宜。

关于吸脂手术

吸脂术是一种利用真空设备轻柔吸出脂肪和组织的手术。

您将接受一种称为“负压辅助蛋白质吸脂术”(SAPL)的吸脂手术。SAPL是一种用于治疗第2期或第3期淋巴水肿（又称为晚期淋巴水肿）的吸脂术。

在晚期淋巴水肿中，患肢（患有淋巴水肿的手臂或腿）的肿胀已不再仅仅是因为淋巴液。随着时间推移，肿胀已主要转变为脂肪和瘢痕组织的固体积聚。吸脂手术是清除这种固体积聚的主要治疗方法。

吸脂手术有助于缩小患肢的体积，并缓解淋巴水肿的症状。但无法治愈晚期淋巴水肿。

吸脂手术前

医疗团队将为您提供相关资源为手术做好准备 (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery)。其中包含关于如何为吸脂手术做好准备的信息。请遵循相关说明，并结合本节指导内容进行准备。

会见淋巴水肿治疗师

淋巴水肿治疗师是指接受过淋巴水肿治疗专业培训的物理治疗师。

您应该已定期接受经认证淋巴水肿治疗师的治疗。如果您目前尚未与治疗师会面，请尽快返回看诊。如果您需要转介淋巴水肿治疗师，请咨询您的整形外科医生。

术前数月内，定期进行治疗预约对控制患肢的肿胀非常重要。请计划在术前3至6个月内前往淋巴水肿治疗师处就诊。治疗师将根据您的淋巴水肿症状为您制定治疗方案。

准备好您的加压衣物或绷带

请确保在术前将加压衣物（袖套或长筒袜）或绷带准备好放在家中。您将在手术后 48 小时（2 天）开始使用。

如果您不确定应使用哪种加压衣物或绷带，请在手术前咨询您的淋巴水肿治疗师。

安排随访预约

手术后，您必须前往整形外科医生和淋巴水肿治疗师处进行随访预约。最好在手术前就提前安排好相关预约。

请计划在手术后约 1 至 2 周内分别前往您的整形外科医生和淋巴水肿治疗师处看诊。这类随访预约可以安排在不同的日子。

如需了解更多信息，请阅读“吸脂手术后的前 2 周”一节。

吸脂手术期间

吸脂手术将在手术室进行。手术期间，您将接受全身麻醉。全身麻醉是指通过药物使您进入睡眠状态以进行手术。您不会感到疼痛，也不会记得手术过程。

手术期间，整形外科医生会在您患肢上做几个小切口（手术切口）。他们将使用一种名为吸脂管的手术器械，轻轻吸出积聚的脂肪和瘢痕组织。吸脂管是一根连接到真空装置上的细管。

完成手术后，外科医生会将吸脂管取出。他们将使用 Steri-Strips™（薄手术胶带）、可溶解缝线（缝针）或两者结合来闭合切口。Steri-Strips 会随着时间推移自行松动并脱落。可溶解缝线会随着时间推移在体内自然分解。医疗保健提供者无需将其取出。

外科医生会用弹性绷带（通常称为 ACE™ 绷带或 ACE 缠绕绷带）包裹您的患肢。这种加压绷带会对患肢施加稳定且温和的压力，有助于减轻术后肿胀。

手术大约需要 1 至 2 小时。

吸脂手术后

手术后醒来时，您将位于麻醉复苏室 (PACU) 或恢复室。护士会追踪记录您的体温、脉搏、血压和氧气水平。您将在 PACU 或恢复室停留，直至完全清醒。

患肢将垫在几个枕头上以保持抬高。这样有助于减轻肿胀。如果 ACE 绷带感觉太紧、不舒服，或导致患肢出现麻木或刺痛感，请告知护士。

整形外科医生会开具抗生素（用于治疗或预防感染的药物）。医疗团队会告知您和您的照护者服药频率以及需要服药的天数。请遵循他们的指示操作。您将在离开医院前服用第一剂药物。

大多数患者可以在手术当天出院回家。部分患者需在医院留院观察一晚，以便医疗团队对其身体情况进行监测（密切观察）。具体取决于抽吸出的积聚脂肪和瘢痕组织量。您的医疗团队将告知您预期情况。

居家自我照护

请遵循本节中的说明和指南，在吸脂手术后进行居家自我护理。

吸脂手术后的前 2 周

佩戴 ACE 绷带

手术后 48 小时内，请始终佩戴 ACE 绷带。保持绷带干净干燥。如果出现以下情况，请致电整形外科医生办公室：

- 发现淋巴液或血液从 ACE 绷带渗出。
- 感觉 ACE 绷带过紧或不适。
- 患肢出现麻木、刺痛或两者兼有。

48 小时后，取下 ACE 绷带，换上您自己的加压衣物或绷带。我们建议您在此时进行术后首次淋浴。请阅读“淋浴”一节以了解具体说明。

如果患肢肿胀严重，无法穿戴您的加压衣物或绷带，请重新缠上 ACE 绷带。您可能需要再佩戴几天甚至几周，直到肿胀消退。如果您对重新缠上绷带有任何疑问，请致电您的整形外科医生办公室。

如果几天后您仍然无法穿戴加压衣物或绷带，请咨询您的淋巴水肿治疗师。对于许多人来说，术后一旦恢复淋巴水肿治疗，肿胀就会开始消退。

穿戴加压衣物或绷带

请全天穿戴加压衣物或绷带，以帮助减轻肿胀。如果您有单独的日用和夜用加压衣物或

绷带，无论清醒还是睡眠时都应穿戴。

仅在淋浴时才可脱下加压衣物或绷带。擦干身体后请立即重新穿戴。

准备要以这种方式佩戴加压衣物或绷带至少 4 周（1 个月）。您可能需要佩戴更长时间。请遵循整形外科医生的指示。

使用气动压力泵（淋巴水肿泵）

如果您有气动压力泵，目前请勿使用。整形外科医生会告知您何时可以开始再次使用。

淋浴

手术后 48 小时可以淋浴。温水淋浴能让人放松，并有助于缓解不适。

准备淋浴前，请先取下 ACE 绷带。淋浴时，请用温水和温和的肥皂清洗身体。让肥皂水流过您的切口。请勿擦洗切口。

淋浴后，用干净的毛巾轻轻拍干切口周围的区域。擦干身体后，请立即穿戴加压衣物或缠上加压绷带。如果此时还无法穿戴，请重新缠上 ACE 绷带。

在整形外科医生允许之前，请勿进行盆浴、游泳、使用热水浴缸或桑拿。您可以在首次随访预约时向医生咨询。

管理疼痛

如果术后感到疼痛或不适，服用非处方止痛药会有帮助。非处方止痛药的例子包括：

- 对乙酰氨基酚 (Tylenol®)。手术后几小时即可开始服用对乙酰氨基酚。请遵循药品标签上的说明或整形外科医生的指示。
- 非甾体抗炎药 (NSAID)，如布洛芬 (Advil® 和 Motrin®) 和萘普生 (Aleve®)。术后 48 小时即可开始服用非甾体抗炎药。请勿过早服用，因为这样会增加出血风险。开始服药后，请遵循药品标签上的说明或整形外科医生的指示。

如果服用非处方止痛药无法缓解疼痛，请告知您的整形外科医生。他们可能会为您开具更强效的止痛药。

对切口施加压力

在整形外科医生允许之前，请勿对切口施加直接压力。

直接压力是指用指尖按摩、揉搓或按压切口。这与加压疗法不同，后者是在受影响的整个肢体周围施加稳定、轻柔的压力。

活动限制

请勿推拉、举起或搬运任何超过 15 磅（6.8 千克）的重物。包括宠物和儿童。您需要别人帮您洗衣服、搬东西。

请勿进行任何剧烈运动，例如跑步、举重或有氧运动。剧烈运动是指需要消耗大量体力或精力的活动。

请勿参加任何接触性运动，例如美式橄榄球、足球或篮球。

您可以进行活动量较小的锻炼，例如散步或拉伸。

与整形外科医生的首次随访预约

整形外科医生将检查您的术后愈合情况。此外，医生还会检查患肢的大小以及肿胀程度。

整形外科医生会告知您在首次随访预约后需要多久看诊一次。

与淋巴水肿治疗师的首次随访预约

淋巴水肿治疗师将开始进行消肿治疗。这是一项旨在帮助减轻术后患肢水肿的治疗方案。消肿治疗可能包括：

- 手动淋巴引流 (MLD)，又称为淋巴按摩。这种轻柔的按摩有助于将淋巴液从患肢排出，以便身体将其重新吸收。
- 加压包扎。即淋巴水肿治疗师用特殊绷带缠绕患肢，以帮助排出淋巴液。这些特殊绷带比术后佩戴的 ACE 绷带更紧实且弹性更小。

部分患者仅在治疗预约期间佩戴这些特殊绷带。其他人可能需要在预约就诊后将绷带保留数小时。请遵循淋巴水肿治疗师的指示。

- 有助于减轻患肢肿胀的锻炼方法。
- 有助于预防患肢感染的皮肤护理建议。

淋巴水肿治疗师会告知您在首次随访预约后需要多久看诊一次。如果淋巴水肿治疗师对哪些治疗对您安全的有所疑问，请让他们联系您的整形外科医生。

吸脂手术后 2 周开始

手动淋巴引流

您或您的照护者可以开始对患肢进行手动淋巴引流 (MLD)。请避开切口区域。请勿在切口上或切口附近进行按摩。

进行 MLD 时，请遵循淋巴水肿治疗师的指示。如果您或您的照护者对 MLD 有任何疑问，请咨询治疗师。

在整形外科医生允许之前，请勿对切口施加直接压力。

淋巴水肿治疗预约

请按照治疗师的建议频率前往淋巴水肿治疗预约就诊。

加压衣物、绷带和泵

请始终穿戴加压衣物或绷带。包括日用和夜用衣物或绷带。

如果因肿胀导致加压衣物或绷带仍无法穿戴，请继续使用 ACE 绷带。

如果您有气动压力泵，目前请勿使用。

活动限制

请继续遵守相同的活动限制。

请勿推拉、举起或搬运任何超过 15 磅（6.8 千克）的重物。

请勿进行任何剧烈运动或参与任何接触性运动。

您可以继续进行轻量锻炼。

吸脂手术后 4 周开始

加压衣物、绷带和泵

如果您有气动压力泵，可以再次开始使用。请遵循淋巴水肿治疗师的指示。

请始终穿戴加压衣物或绷带。包括日用和夜用衣物或绷带。

如果因肿胀导致加压衣物或绷带仍无法穿戴，请继续使用 ACE 绷带。

对切口施加压力

当整形外科医生确认切口已愈合后，您可以对切口施加直接压力。这意味着您可以使用指尖对切口进行按摩、揉搓或按压。您还可以在切口上进行 MLD。

活动限制

您可以恢复所有正常活动。推、拉、举、搬或锻炼均无限制。

淋巴水肿治疗预约

请按照治疗师的建议频率，定期前往淋巴水肿治疗预约就诊。

旅行

如果您计划在术后出行，请先咨询您的淋巴水肿治疗师，以确保安全。

术后至少 4 周内请避免乘坐飞机。如果您需要提前乘机，请咨询您的淋巴水肿治疗师是否可行。

何时致电您的医疗保健提供者

如果出现以下情况，请致电整形外科医生办公室：

- 发热 $\geq 100.4^{\circ}\text{F}$ (38°C)。
- 发现淋巴液或血液从 ACE 绷带渗出。
- 感觉 ACE 绷带过紧或不适。
- 患肢出现麻木、刺痛或两者兼有。
- 患肢疼痛加剧。
- 切口部位周围发红较为严重或发红加重。
- 切口周围皮肤比平时温度高。
- 切口部位周围变得更肿。
- 切口的渗出液看起来像脓液（稠厚和乳状）。
- 您有任何疑问或担忧。

资源

美国癌症协会 (ACS)

www.cancer.org

800-227-2345

ACS 提供有关淋巴水肿诊断和治疗的信息与资源。

淋巴教育与研究网络 (LE&RN)

www.lymphaticnetwork.org

855-378-8163

LE&RN 提供有关淋巴水肿的视频、通讯及其他资源和教育资料。该网站还提供了一份淋巴水肿专科中心名录。

美国国家癌症研究所 (NCI)

www.cancer.gov

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

NCI 提供有关淋巴水肿诊断和治疗的信息及资源。

国家淋巴水肿网络 (NLN)

www.lymphnet.org

800-541-3259

NLN 为淋巴水肿患者提供教育、资源和权益倡导服务。该组织还提供一份名录，可为您推荐所在地区具备资质的淋巴水肿治疗师和医生。

纽约州卫生部 《了解淋巴水肿》

这份教育材料包含有关淋巴水肿诊断和治疗的信息和相关资源。其中还包含如何降低罹患淋巴水肿风险的相关信息。请访问 www.health.ny.gov/publications/0399 了解更多信息。

Step Up, Speak Out (SU-SO)

www.stepup-speakout.org

SU-SO 为因乳腺癌引发淋巴水肿的患者提供资源、支持和权益倡导。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。医疗团队成员将在周一至周五上午 9:00 至下午 5:00 给与回复。如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。随时有值班医生或护士为您提供帮助。如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

About Your Liposuction Surgery for Advanced-Stage Lymphedema - Last updated on August 14, 2026

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利