Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

使用组织扩张器进行乳房重建

本信息介绍了在使用组织扩张器进行乳房切除术伴乳房重建手术后如何护理的相关事宜。 它还能帮助您为组织扩张手术过程做好准备。 乳房切除术是一种切除乳房的手术。

这些信息旨在对您与医疗保健提供者进行的讨论作出补充，而非取代它。 其中一些信息可能并不适用于您。 如果您有任何问题，请咨询整形外科医生或护士。

关于使用组织扩张器和永久性植入物进行乳房重建

组织扩张器是一种空的乳房植入物。 乳房切除术期间，外科医生将放置组织扩张器。 乳房切除术伴乳房重建的住院时间通常不超过 24 小时（1 天）。 这意味着手术当天您即可出院回家。

放置组织扩张器后，外科医生会在 6-8 周内将其内部注满液体或空气。 它会变大。 当它变大时，会拉伸周围组织， 为永久性乳房植入物创造空间。 如需了解更多信息，请阅读“组织扩张期间的预期情况”部分。

当组织扩张器达到您同意的乳房尺寸时，外科医生就会停止填充组织扩张器， 随后用永久性乳房植入物来代替。 如需了解更多信息，请阅读“组织扩张完成后”部分。

放置组织扩张器

以下是放置组织扩张器的 2 种方式：

- **肌下置入**：外科医生会将扩张器放置在胸部的胸大肌之下。 他们会在肌肉下制作一个囊袋，并在囊袋内放置一个组织扩张器。

  如果您的组织扩张器放置在肌肉下方，它的内部将注满液体。 经历乳房切除术后，您的皮肤会变得非常脆弱。 您的肌肉可以作为皮肤和组织扩张器之间的屏障。 当皮肤愈合时，可以帮助您减轻扩张器给皮肤带来的压力。
- **胸肌前置入**：如果采用这种方式，外科医生会将扩张器放置在您胸部的胸大肌之上。

他们还会在扩张器周围放置一个补片，即脱细胞真皮基质。 补片不是永久性的。 随着时间的推移，您的身体会吸收该补片， 无需取出。

如果您的组织扩张器放置在肌肉上方，它的内部将首先被注满空气而不是液体。 手术后约 2 周，您的外科医生会把组织扩张器里的空气换成液体。

您的外科医生将在术前咨询时与您讨论如何放置组织扩张器。

乳房切除术与组织扩张器放置手术后的预期情况

手术后，您将在麻醉复苏室 (PACU) 或恢复室里醒来。 如果手术在 Josie Robertson 手术中心 (JRSC) 进行，您将在自己的病房里醒来。 您将置有：

- 连接静脉 (IV) 导管。 您将通过静脉输注接受液体、抗生素和止痛药。
- 每个切口（手术切口）下方或附近的小型塑料引流管，即 Jackson-Pratt (JP) 引流管。 这些引流管会收集手术后切口附近产生的液体。 它们会以缝线的方式固定。 JP 引流管通常在术后留置 1-2 周。

PACU 护士将会解答您遇到的任何问题。

JP 引流管

根据您接受的乳房切除术类型，外科医生将放置 1 根或多根 JP 引流管。

当您住院时，您的护士和护理助理将负责护理您的 JP 引流管。 您离开医院后，体内仍然会留置有引流管。 您的护士将教您在家如何护理引流管。

他们还会为您提供资源*Jackson-Pratt 引流管的护理* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain)。 您也可以观看下面的视频。

大多数人在术后 1-2 周移除 JP 引流管。 其他人可能需要等待更长时间才能移除引流管。 您的医疗保健提供者将告知您可能发生的情况。

Please visit www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/video/how-care-your-jackson-pratt-drainage-system to watch this video.

乳房切口

根据您接受的乳房切除术类型，外科医生将开一个或多个切口。

手术后，大多数人会使用敷料（绷带）来包扎乳房切除术的切口。 同时也会使用普通纱布和手术胸罩将敷料固定在适当位置。 如果没有敷料，则会将 Dermabond®（外科胶水）放置在切口上。

我们将使用体内缝线缝合乳房切口。 这些缝线将会逐渐溶解，无需取出。 如果切口上放置了一个纱布垫，您可能会看到纱布垫上有一些红色血丝和轻微的血渍。 切口周围也可能有压痛感和一些淤血。 这是正常现象。

乳房切除术后，重建乳房可能小于您术前的乳房尺寸。 这是因为组织扩张器在放置时仅进行了部分填充。

出院回家前，在护士更换敷料时观察和感受胸部和切口。 这将帮助您熟悉这个过程。 您或许能够感觉到用于填充皮下组织扩张器的输液港。 这是正常现象。

疼痛和感觉

手术后您会有一些不适感。 切口四周可能有刺痛感。 引流部位可能会发痒。 您也可能会感到下胸腔四周有一些压痛。 随着时间的推移，这些情况会慢慢好转。

您可以在需要时服用止痛药和肌肉松弛剂。 出院时您会收到这些药品。 控制好疼痛将有助于您更好地恢复和尽快下地活动。

手术后可能产生的其他常见感觉包括：

- 患侧手臂下方和胸部上方的麻木感（知觉下降）。 患侧是指您接受手术的一侧。
- 患侧手臂发热（有温度）。
- 患侧手臂或胸部有水滴落的感觉。

这些感觉是由于手术期间神经被切断或移动所致。 随着时间推移，这些情况会慢慢好转。 但一定程度的麻木感可能是永久性的（不会消失）。

居家自我照护

当离开医院时，您的切口会包扎有纱布垫。 术后 24-48 小时（1-2 天），纱布垫上可能会

出现一些染色。 这是正常现象。 如果您发现切口出现渗出液（液体），请致电医生办公室。

您需要每天 24 小时穿戴手术胸罩，直至医生给出其他指示。 淋浴前请将手术胸罩取下。

淋浴

术后 48 小时内，请勿淋浴或弄湿敷料。 术后 48 小时后，您可以全身淋浴或进行腰部以下的淋浴。 请遵循外科医生的指示淋浴。

当您开始淋浴后，可以每天淋浴一次，以保持切口和引流部位清洁。 有些人表示使用淋浴椅会有一定的帮助，但您不必一定要这么做。

淋浴前：

- 在淋浴之前，脱掉手术胸罩并取下包扎切口的纱布垫。
- 您的 JP 引流管可能会弄湿，但请勿让它们随意摆动（悬垂）。 淋浴时，将引流管放入 Cath-Secure® 标签或其他装置中，将其固定。
- 请首先用背部或手检查水温。 手术部位的麻木感可能会妨碍您感受温度。

淋浴期间：

- 请勿将水流对准重建的乳房。 将水流对准上背部或手臂。 让水轻轻流过您重建的乳房。
- 请用温水和温和的无香型香皂清洗。 让肥皂水从您的切口和引流部位上流过。 然后冲洗干净。

淋浴后，用干净的毛巾轻轻拍干切口位置。 请勿揉搓。

医疗保健提供者很可能会在手术后 1-2 周移除您的引流管。 在移除引流管后 24-48 小时，请勿弄湿敷料， 包括淋浴。 您的外科医生会告诉您在多长时间内避免弄湿敷料。

在移除引流管后 24-48 小时，您可以全身淋浴。 请遵循外科医生的指示。

在您的切口和引流部位未完全愈合之前，请勿进行盆浴。 这是因为盆浴可能会增加感染风险。 手术后约 6-8 周，您可以开始进行盆浴。 在进行盆浴前，请先咨询您的医生。

检查切口和引流部位

淋浴后，请仔细观察切口和引流部位情况。 您可以在光线明亮的房间内照镜子观察。 如果您发现以下任何一种情况，请致电您的整形外科医生或护士：

- 发热 ≥100.4 °F (38 °C)
- 重建乳房发红加重
- 重建乳房肿胀加重
- 切口出现新的渗出液
- 严重瘀血
- 血性引流液骤增

检查完切口和引流部位后，请在切口上放置一个干净纱布垫。 戴上手术胸罩。

剃毛或涂蜡脱毛

手术后约 2 周，您可以剃除腋毛。 只在患侧使用电动剃须刀。 请仅使用电动剃须刀剃除患侧腋下的毛发， 割伤后可能会导致感染。

另一个选项是在手术前涂蜡脱除腋毛。 与剃毛相比，涂蜡脱毛通常持续时间更长，造成的皮肤损伤更少。 确保至少在手术前几天进行涂蜡脱毛。 这将有助于降低皮肤刺激或感染的风险。

使用除臭剂

当可以使用除臭剂时，请确保在穿戴手术胸罩后使用。 这有助于防止切口沾染除臭剂，避免发生感染。

如果患侧皮肤破损，请勿在患侧使用除臭剂。

首次随访

您的首次随访将安排在手术后 1-2 周进行。 您的整形外科医生的护士将在您手术后致电给您，了解您的恢复情况。 他们还会安排随访。

在此次随访期间，整形外科医生和护士将检查您的乳房切口，以确保其愈合良好。 医疗保健提供者还将移除您的 1 根或多根 JP 引流管。

- **如果组织扩张器放置在肌肉下方：**当连续 2 天出现每天每根引流管的引流量少于 30 mL（1 液盎司）的情况时，医疗保健提供者会将 JP 引流管移除。
- **如果组织扩张器放置在肌肉上方：**JP 引流管至少在 2 周后才会移除。 引流量的多少并没有什么区别。

随访前请务必淋浴。 在引流部位愈合之前，您无法再进行淋浴。 通常在移除引流管后 24 至 48 小时可以淋浴。

JP 引流管移除

根据大多数人的描述，引流管移除时会出现持续几分钟的轻微拉扯或刺痛感。 在移除引流管的过程中，您无需服用止痛药。

引流管移除后，引流部位可能仍会渗出一些液体。 使用无菌纱布垫或护士给您的 Primapore™ 敷料包扎该部位。

如果纱布和敷料被浸透，请更换它们。 此时，引流部位通常已经愈合。 在引流部位完全愈合之前，请勿淋浴。

引流管移除后，请继续穿戴手术胸罩或您自己的支撑胸罩。 如果您穿戴自己的胸罩，它应该：

- 穿着舒适。
- 不能太紧。
- 无钢圈。

您的医生也可能会让您在引流部位放置厚纱布垫增加压迫。 这是为了防止皮下积液。

组织扩张期间的预期情况

在第二次或第三次门诊访视时，您将接受第一次组织扩张。

- 如果您的组织扩张器放置在肌肉下方，护士会通过输液港将液体注入（输入）。 他们会用一个小针头。
- 如果您的组织扩张器放置在肌肉上方并且里面有空气，您的护士会把空气排出。 他们会把空气换成液体。

- 如果您的组织扩张器放置在肌肉上方并且里面有液体，护士会注入更多液体。

您将大约每周或每隔一周预约一次组织扩张访视。 组织扩张手术只需要几分钟。 每次扩张后，重建的乳房都会变大。 直到置入永久性植入物以后，您的乳房才会形成最终的形状。

在两次组织扩张手术之间的阶段如何减轻不适

每次扩张后，您可能会感到重建乳房有些紧绷和发胀。 您在肩膀或背部还可能会有些不适感。 这种情况通常会在几天内好转。

扩张后，您的胸部可能会出现酸痛感，就像您运动后一样。 以下提供了一些在两次组织扩张手术之间的阶段减轻不适的方法：

- 每天洗几次温水澡，帮助放松肌肉。
- 服用非处方药（购买时无需处方的药物），例如对乙酰氨基酚 (Tylenol®) 或布洛芬 (Advil®)。
- 在乳房皮肤上涂抹无香型保湿剂（如 Eucerin® 或 Lubriderm®）。 术后 6 周内或结痂完全愈合前，请勿将保湿剂直接涂抹在切口处。
- 按照护士的指示做手臂和肩部练习。 他们会给您一份附有说明的书面资源。 您还可以在*乳房切除术或乳房重建后的锻炼* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/exercises-after-mastectomy-or-reconstruction)上找到在线书面资源。 淋浴后，您可能会发现做这些伸展更容易，因为此时您的肌肉更松弛。
- 穿戴柔软的支撑胸罩。 请勿穿着带钢圈的胸罩。

日常活动

每次组织扩张后，您可以继续进行正常活动。 愈合过程中请遵循以下指南，确保安全，避免不适。

- 您可以在访视后数小时内返回岗位，以及做一些轻松的家务。
- 手术后 6 周内，患侧手臂不得抬起重量超过 5 磅（2.3 千克）的物体， 包括抱起宠物和儿童。
    - **请与您的乳腺外科医师确认手术期间切除了多少个淋巴结。 这可能会改变您抬举物体的限制。**

- 接受其他影像学检查（如骨扫描、计算机断层扫描 (CT) 或 x 射线检查）是安全的。 在某些情况下，接受磁共振成像 (MRI) 扫描也是安全的。 具体取决于您需要 MRI 的原因。 如果您有任何疑问，请与医疗团队讨论，或发送电子邮件至 MRISafety@mskcc.org
- 组织扩展器可能会触发机场安全警报装置。 如果您计划旅行，请告知您的保健提供者。 他们会给您一封信，说明您的胸部植入了医疗器械。 旅行时请随身携带。
- 请勿在泳池、浴缸或热水浴缸中浸泡，除非您的医疗保健提供者告知您此类行为是安全的。 这是为了降低切口受到刺激或感染的风险。
- 相比身体其他部位，手术部位的知觉可能会下降。 **请勿使用加热垫或进行热敷或冷敷。** 这是为了防止皮肤灼伤或损伤。

运动

- 在医生告诉您安全之前，术后约 4-6 周内请勿剧烈运动。 例如，不要慢跑、跳跃或跑步。
- 避免进行任何类型会收紧胸部肌肉的运动，例如俯卧撑或举重。 请咨询医疗保健提供者您何时可以再次进行这种类型的运动。

驾驶

- 当患侧肩部活动自如时，您可以驾驶车辆。 如果您还在服用任何处方止痛药，请勿驾驶车辆。
- 驾驶汽车长途旅行时，如果安全带直接接触组织扩张器所在的部位，请在安全带上加上衬垫。 虽然如此，但切勿选择不系安全带，系上安全带非常重要。

穿衣小贴士

组织扩张器可能会过度扩张。 如果您只有一侧乳房接受了手术，重建乳房看起来可能会比另一侧乳房更大。 当扩张手术快结束时可能会发生上述情况。

在乳房重建的不同阶段，您可以在胸罩中加上衬垫，帮助平衡外观。 使用柔软的乳房状填充物是填充胸罩的一种方法。 这种乳房状填充物是一种填充棉绒的轻质尼龙袋。

您可以通过添加或取出棉绒来改变尼龙袋的大小以匹配另一侧的乳房。 当乳房在扩张过程中逐渐变大时，这种方法非常有效。

您可以在乳房切除用品店买到义乳。 请阅读*乳房手术后的资源、穿衣和支持事项* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/resources-clothing-support-breast-surgery)，找到您所在地区的商店清单。

您也可以用软纱布填充您的胸罩。 您可以从您的护士那里领取纱布。 请每天更换纱布，确保其始终保持洁净。

其他一些穿衣小贴士包括穿着：

- 宽松的衬衣、上衣和毛衣
- 在宽松的敞开式衬衣、上衣、毛衣里面穿着黑色针织上衣
- 具有对角线条纹或非对称（不均匀）印刷图案的上衣
- 围巾或披肩
- 纽扣式宽松连衣裙
- 长袍

组织扩张完成后

置换手术

组织扩张器达到合适尺寸后，我们将安排您进入乳房重建的下一阶段。 在这一阶段，外科医生将使用永久性乳房植入物取代组织扩张器。 这个过程被称为置换手术。

如果您没有接受化疗或放射治疗，可以在组织扩张完成后几个月进行此项手术。 如果您目前正在接受化疗或放射治疗，则必须等到治疗结束后。

在置换手术期间，外科医生会使用与您的乳房切除术相同的切口。 他们会移除您的组织扩张器。 他们将植入您与整形外科医生一起选择的永久性乳房植入物。 置换手术每侧大约需要 1 小时。

有些患者可能会在置换手术期间接受匹配手术。 该手术是为了使您的自然乳房与重建乳房看起来更对称（均匀）。 如果您要进行匹配手术，置换手术的时间将延长。

当您从麻醉（手术期间让您入睡的药物）中恢复后，就可以出院回家。 手术当天即可出院，通常是术后 3-4 个小时。

乳头重建和脂肪移植

重建的最后一个阶段包括乳头重建和脂肪移植（如需要）。

关于脂肪移植

脂肪移植是指从您身体的一个部位取出脂肪，注入您的乳房区域， 以改善乳房区域的形状。 脂肪最常取自大腿、腹部（肚子）或乳房。 这项手术可以在置换手术过程中进行，也可以在植入永久性植入物后进行。 如需了解更多信息，请阅读*乳房重建后的脂肪注射* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/fat-injection-after-breast-reconstruction)。

关于乳头重建

有些人希望接受乳头重建手术，重新塑造乳头和乳晕。 该手术最常在永久性植入物置入后 2-4 个月进行。 乳头和乳晕重建的方式有以下几种：

- **3D 乳头和乳晕纹身。** 在该手术中，医生助理会为您纹身，帮助您重新塑造乳头和乳晕。 纹身不会凸起， 但有颜色和阴影，所以看起来就像一个天然的乳头。 如需了解更多信息，请阅读*关于乳头和乳晕纹身术：您应该了解的信息* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/about-your-nipple-and-areola-tattoo-procedure)。
- **乳头和乳晕重建。** 在该手术中，外科医生将使用您的乳房皮肤来重建您的乳头。 有时，外科医生将通过皮肤移植来重建您的乳晕。 皮肤移植是指在手术中将组织从身体的一个部位转移到另一个部位。 提取组织的地方叫做供体部位。 接受组织的地方叫做受体部位。

  乳头和乳晕重建手术可以在手术室或外科医生办公室完成。 如需了解更多信息，请阅读*使用皮肤移植进行乳头和乳晕重建* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/nipple-and-areola-reconstruction-using-skin-graft)。
- 这两种手术的混合。

根据您的皮肤和重建类型，3D 纹身可能是您的唯一可选方式。 您可以与您的外科医生讨论哪种方式适合您。

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。

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