Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

# 利用组织转移进行乳房重建

这些信息介绍了在利用组织转移进行乳房重建手术后如何护理的相关事宜。

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。

## 关于使用组织转移进行乳房重建

乳房切除术后，您将接受使用组织转移进行乳房重建手术。 这项手术是一种利用身体另外部分的脂肪和皮肤、有时候也可以是肌肉，来创建新乳房的手术。 提取组织的地方叫做供体部位。 供体部位可以是腹部（肚子）、后背、臀部或大腿内侧。

利用组织转移进行乳房重建手术有多种。 其中最常见的两种为：

- **游离皮瓣重建术。** 在这项手术中，外科医生会将组织从供体部位切下。 他们将这块组织连接到乳房附近的组织上。
- **带蒂皮瓣重建术。** 在这项手术中，外科医生将皮下组织转移到乳房区域。 他们这样做的时候并没有完全切断组织与供体的连接。

## 手术后可能发生的情况

手术后，您将在麻醉后监护室 (PACU) 内醒来。 您将置有：

- 留置有一根 Foley 导尿管（软性细管），用于引流膀胱中的尿液。 将在手术当天将其取出。
- 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。
- 使用一种血液稀释剂药物。 如果您接受了游离皮瓣重建手术，可能会为您开具药丸或注射（打针）血液稀释药物。 血液稀释剂有助于防止体内形成血凝块。 出院后，您将继续接受血液稀释剂治疗。
- 套在腿上的 Venodyne® 气压靴。 它们会轻柔地挤压您的小腿，以促进您腿部的血液循环并预防血凝块的形成。
- 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 1-3 周。
- 根据您的恢复情况，可能还需要使用鼻插管。 鼻插管是置于鼻子下方的细管。 它有助于为肺部提供湿润空气和氧气。

PACU 护士将会解答您遇到的任何问题。 您的家人可以在 PACU 对您进行短暂的访视。 您将在手术当天晚上或术后第二天早晨回到病房。

如果您接受了游离皮瓣重建手术，医疗保健提供者将监控重建乳房的供血情况。 他们将使用多普勒 (Doppler) 超声机来完成这项工作。 他们还将查看皮瓣的温度和颜色。 我们会在您住院期间持续

为您进行这些检查，因为它们非常重要。

## JP 引流管

根据您接受的乳房重建术类型，外科医生会放置 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。 引流管将在手术后 1-3 周移除。

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

根据您接受的乳房重建术类型，外科医生会开一个或多个切口。

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。 在覆盖切口的纱布垫上，您可能会看到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。

当您在医院的时候，医疗保健提供者会每天对您的重建乳房进行检查（观察）。 出院回家前，在护士陪同下观察和感受胸部和切

口。 这将帮助您熟悉这个过程。

**疼痛和感觉**

术后，您将会感到切口周围有一些疼痛和紧绷感。 您可以在需要时服用止痛药。 服用前请务必咨询您的保健提供者。 控制好疼痛将有助于您更好地恢复和尽快下地活动。

您会感觉到新乳房和胸腔下部周围有一些紧绷感、压痛感和肿胀。 这是正常现象。

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

外科医生可能会或可能不会希望您穿戴手术胸罩，具体取决于您的手术情况。 如果医生希望您穿戴手术胸罩，医疗团队成员会为您提供一个胸罩。 许多患者在离开医院时，切口上并未有任何覆盖。

在大约 6 至 8 周的时间里，您的重建乳房和供体部位看上去将会有

轻微肿胀。 这是恢复过程的一部分。 它们会慢慢消肿。

您可能还会感觉到皮肤有一些紧绷感。 这是正常现象。 您供体部位的皮肤需要时间来扩张。 温水淋浴和医生开具的处方止痛药可帮助缓解紧绷感。 在愈合的过程中，您还可能会感到手术部位有瘙痒感。 随着时间推移，瘙痒症状会有所缓解。

虽然恢复正常的活动对您来说很重要，但您必须平衡休息和活动。 这是为了防止出现虚脱或供体部位的肌肉痉挛。

请勿在手术部位使用热水袋或冷水袋、加热垫或进行热敷或冷敷。 这些部位可能处于麻木的状态，因此您可能会烫伤自己或影响血液流通。

当您离开医院时，医生可能会给您开具口服抗生素。 这是一种吞服药物。

## 使用血液稀释剂药物

如果您接受了游离皮瓣重建手术，医生会给您开具带回家的药物。 他们会给您名为利伐沙班 (Xarelto®) 的药丸或名为依诺肝素 (Lovenox®) 的注射剂。 这些药物有助于预防术后血凝块的形成。

在术后回家后，您需要每天服用这种药丸或给自己注射这种药剂。 请务必遵医嘱服药或注射药剂。

## 淋浴

您可能能够在术后 48 小时（2 天）进行淋浴，具体将取决于您的手术情况。 有些人可能需要等到移除 JP 引流管后 24 至 48 小时（1-2 天）才能进行淋浴。 您的外科医生将告诉您什么时候可以进

行淋浴。

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：

- 医生可能会告诉您要穿戴手术胸罩。 如果是这样，请在淋浴前把胸罩脱掉。
- 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。
- 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。

**在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、供体部位周围或者这两处的发红加重或颜色改变
- 重建乳房肿胀加重
- 切口出现新的渗出液

医生可能会告诉您要穿戴手术胸罩。 如果是这样，请在检查切口和引流部位后穿上胸罩。

## 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

在引流管未移除之前，请勿使用除臭剂。

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。

### 运动

常规运动对您的恢复很重要。 但是，在得到医生允许之前，请遵循以下指导原则：

- 请勿做高强度有氧运动。
- 请勿慢跑。
- 请勿抬举重物。
- 请勿游泳。
- 请勿进行腹部或核心肌肉群练习（如果您的腹部接受过手术）。

## 首次随访

第一次随访将安排在您出院后 1 周进行。 您可以借此机会提出任何有关您的重建乳房和供体部位的问题。 您也可以谈论其他事情，例如：

- 何时可以再次开始性生活。
- 何时可以返回工作岗位。
- 如何与家人和朋友谈论您的手术。
- 移除 JP 引流管的流程。
- 您的其他任何疑问或担忧。

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。 如果每根引流管在连续两天内每天的引流量小于

30 mL（1 液盎司），他们也会移除 JP 引流管。

### 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™ 敷料覆盖该部位。

如果纱布和敷料被浸透，请更换它们。 渗出引流液是正常现象，预计在引流管移除后 24-48 小时会出现这种情况。 此时，引流部位通常已经愈合。

引流管移除后，请继续穿戴手术胸罩（如有）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。

## 穿衣小贴士

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。

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。

在术后最初 4 至 6 周的其他一些穿衣小贴示包括穿着：

- 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

## 利用组织转移完成乳房重建后

### 修复手术

在利用组织转移进行乳房重建后，许多患者还会进行另一种手术，称为乳房修复手术。 目的是改善重建乳房的大小和形状。

有些患者可能会在修复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）。

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）。 这些手术可能会在修复手术期间或之后进行。

### 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（输入）您的乳房区域， 以改善乳房区域的形状。 脂肪最常取自大腿、腹部或乳房。 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。 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。

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