



患者及照护者教育

前哨淋巴结活检后的自我护理

本信息将帮助您在 MSK 接受前哨淋巴结活检后进行自我护理。

如果您患有乳腺癌或黑色素瘤，则可能接受过前哨淋巴结活检。这将帮助医生了解癌细胞是否已扩散到淋巴结。

手术后

您的切口（手术切口）将使用 Steri-Strips™（纸质薄胶带）或 Dermabond®（外科胶水）缝合并用绷带进行包覆。

- 如果您的切口覆有 Steri-Strips，请将其保留，直到它们自行剥落。如果 14 天内没有脱落，可以轻轻将其取下。
- 如果您的切口覆有 Dermabond®，请勿移除胶水。Dermabond 将自行脱落。

您的切口可能会有压痛感和酸痛感。愈合时，您可能会注意到切口附近有麻木感或刺痛感。这种感觉可能会时有时无。紧绷感可能会持续一周到数月不等。神经修复时可能会出现上述感觉。这是正常现象，并会随着时间推移而消失。

愈合时，您可能会感到切口附近的瘢痕组织有紧绷感。摸上去会很硬。这很常见，将在未来几个月内软化。

您的切口附近可能有一个蓝绿色的斑点，这是因为在前哨淋巴结活检期间使用了蓝色染料。这种颜色会随着时间推移而褪色。有些患者在活检后 12 个月内都可能有淡淡的印记。

您的尿液和大便也可能会呈蓝绿色。这种情况将在 1 至 2 天内消失，即染料排出体外后即可消失。

居家

管理疼痛

您的切口周围可能会出现酸痛或疼痛。可服用乙酰氨基酚 (Tylenol®) 和布洛芬 (Advil®) 缓解疼痛。

医生也可能会开具其他效力更强的止痛药。如果出现这种情况，请按照您的医生或护士的指导服用药物。服用处方止痛药期间，请勿饮酒或驾驶车辆。

淋浴

您可以在活检后 24 小时开始淋浴。

淋浴前，请取下切口上的绷带。淋浴后，无需在切口处重新缠绷带。

穿衣注意事项

如果您曾接受过乳房手术，我们建议您活检后佩戴支撑胸罩（例如运动胸罩）或使用绑带 72 小时。这将为切口附近的区域提供支撑和压力，让您感觉更舒适。

我们建议您即使睡觉时也穿戴胸罩或使用绑带。泡澡或淋浴时可以脱下胸罩或取下绑带。

活动

活检后，您患侧（淋巴结切除侧）的手臂或腿部可能会出现僵硬或疼痛。如果您在活检后 6 周仍出现僵硬或疼痛，请联系您的医生。

如果您曾接受过乳房手术，您的护士将为您提供 [乳房肿块切除术或腋窝淋巴结术后锻炼 \(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/exercises-after-your-axillary-lymph-node-dissection\)](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/exercises-after-your-axillary-lymph-node-dissection) 资源。这些锻炼将有助于您缓解僵硬。

您将能够在活检后第二天恢复大部分正常活动。但在恢复高强度运动之前，请咨询您的医生或护士，例如：

- 跑步
- 慢跑
- 举重

情感支持

癌症的诊断和治疗可能是一件充满压力且难以应付的事情。您可能会感到抑郁、焦虑、困惑、害怕或生气。您可能会对任何永久性的变化有强烈的感觉。这些变化可能会对您的情绪健康产生影响。我们随时为您提供所需帮助。如果您需要咨询，您的护士可以安排您与社工、精神科医生或顾问交谈。

MSK 癌症治疗后的生活资源 (RLAC) 项目可在治疗结束后为您提供支持服务。如需了解这些服务的更多信息，请致电 646-888-8106。

如果出现以下情况，请致电您的医疗保健提供者：

- 切口周围发红情况加重
- 切口周围新发肿胀或肿胀加重
- 切口线出现渗出液
- 切口周围皮肤比正常皮肤温热
- 发烧，体温超过 101°F (38.3°C)

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。

Caring for Yourself After Your Sentinel Lymph Node Biopsy - Last updated on October 14, 2025
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利