



患者及照护者教育

清单：不进行乳房重建或使用组织扩张器进行乳房重建的乳房切除术

本信息概述了在不进行乳房重建或使用组织扩张器进行乳房重建的乳房切除术之前和之后应采取的措施及期望。

请您在为手术做准备和术后恢复时遵循护理团队的指示。请阅读我们的资源 或 *About Your Mastectomy: Information for Men* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/about-your-mastectomy-men)。

为您的手术做好准备

应采取的措施

- 如果您还没有 MyMSK 账户，请开设一个账户。请访问 www.mskcc.org/pe/enroll_mymask 查看说明。
- 填写医疗保健代表委托书。您可以在 www.health.ny.gov/publications/1430.pdf 上获取该资源，或者向护理团队成员索取资源副本。
- 确定您的照护者。
- 安排人在术后接您回家。
- 遵循保健提供者关于服用药物的指示。

需购物品

- 购买 4% 葡萄糖酸氯己定 (CHG) 溶液抗菌皮肤清洁剂，如洗必泰®。
- 购买 325 毫克版对乙酰氨基酚片（如泰诺® 常规规格）。

术前测试 (PST) 预约

- 请带上您服用药物的清单，包括所有处方药和非处方药。
- 请带上所有重要的医疗记录或 MSK 以外的其他机构出具的检查结果。（如果您的 MSK 护理团队已有这些资料，则您不需要带上它们。）

手术前 1 天

工作人员将在下午 2:00 至 7:00 之间致电给您。他们会告知您应该何时做手术。如果您的手术在星期一，他们会在前一个星期五致电给您。如果您在晚上 7:00 前未接到电话，请致电 212-639-5014。

饮食

- 手术前一晚午夜后请勿进食。包括硬糖和口香糖。
- 您可以在午夜至预定到达时间前 2 小时之间饮用总计 12 盎司的水。请勿饮用其他任何饮品。

服用药物

- 请遵循医疗保健提供者的指导说明。

淋浴

- 晚上淋浴。
 - 照常清洗头部、面部和生殖器区域。
 - 使用 4% 的 CHG 溶液从颈部清洗到脚部。清洗时请避开头部和生殖器区域。
 - 用干净的毛巾擦干身体。之后请勿使用任何乳液、护肤霜、除臭剂、化妆品、粉扑、香水或古龙水。

手术当天

饮食

- 请勿进食。
- 在预定到达时间前 2 小时内，请勿饮用任何饮品。其中包括水。

服用药物

- 请仅服用保健提供者告知您应服用的药物。抿一小口水服用它们。

淋浴

- 术前淋浴。步骤与前一晚的淋浴相同。

注意事项

- 如果您平时戴隐形眼镜，请用镜框眼镜代替。
- 请取下所有金属物品和首饰，包括穿孔首饰。
- 请将贵重物品留在家中。
- 请穿纽扣式或宽松上衣和走路安全的平底鞋。
- 请带上您的医疗保健代表委任书和其他预立医疗指示（如果您已填写完成）。

术后在院事宜

学习如何居家自我照护。

- 请与护士见面，回顾以下事项：
 - 如何管理疼痛
 - 如何护理引流管和切口
 - 如何淋浴
 - 何时可以驾驶
- 回顾要在家中进行的手臂和肩部锻炼。

为出院做准备

- 请确保有一名负责任的照护者接您回家。

居家

遵循您的护理团队的指示。他们会给您一份关于手臂和肩部锻炼的书面说明。您也可以

在 www.mskcc.org/pe/exercises_mastectomy 上找到该说明。

服用药物

- 请根据医嘱和需要服用止痛药。
- 服用处方止痛药期间，请勿驾驶车辆或饮酒。

引流管的护理

- 请早晚各清空一次您的引流管。每次清空时请抽挤管路。请遵循资料 *Jackson-Pratt 引流管的护理* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain) 中的说明。
- 如果您未接受重建手术，请按照乳腺外科医生所指示的时间致电其办公室，安排拔除引流管。
- 如果您接受了重建手术，则请按照整形外科医生所指示的时间致电其办公室，安排拔除引流管。

淋浴

- 如果您未接受重建手术，则可以在手术后 24 小时开始淋浴。
- 如果您接受了重建手术，则请遵循整形外科医生的指示。

运动和体力活动

- 每天进行 5 次手臂锻炼，直到可以像术前一样活动手臂。之后每天进行 1 次手臂锻炼。
- 如果您接受了重建手术，在您的保健提供者告知您安全之前，请勿提举重量超过 5 磅（2.3 千克）的物体。

性生活

- 当您感觉准备就绪时，您可以开始性生活。

何时电话联系您的医疗保健提供者

如果出现以下情况，请致电您的医疗保健提供者：

- 发热体温超过 100.4 °F (38 °C)。
- 切口周围皮肤比平时更红或更热
- 手术部位不适感增加
- 切口出现渗出液
- 手臂或切口部位周围开始出现肿胀或变得更肿
- 呼吸困难
- 您有任何疑问或担忧

如果您有任何疑问，请直接联系您的医疗团队成员。如果您是 MSK 的患者，并需要在 下午 5:00 周末或节假日联系医务人员，请您致电 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。

Checklist: Mastectomy Without Reconstruction or With Reconstruction Using a Tissue Expander -
Last updated on February 5, 2024

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