Memorial Sloan Kettering Cancer Center

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

本信息介绍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预期情况。

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*关于乳房切除术* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/about-your-mastectomy)或*关于乳房切除术：男性须知* (www.mskcc.org/zh-hans/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 MSK MyChart 账户，请开设一个账户。 您可以访问 mskmychart.mskcc.org 进行注册
- 填写医疗护理委托书。 您可以向医疗团队成员申请打印副本，或在 www.health.ny.gov/publications/1430.pdf 上查看。
- 确定您的照护者。
- 安排人在术后接您回家。
- 请遵循医疗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

留意手术时间

工作人员将在下午 2 点到晚上 7 点之间打电话给您。 他们会告知您应于何时到达医院接受手术。 如果您的手术在星期一，他们将在前一个星期五致电给您。 如果您在晚上 7 点前未接到电话，请致电 212-639-5014。

服用药物

- 请遵循医疗保健提供者关于服用药物的指示。

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。

进食指导说明

重要信息：如果您服用 GLP-1 药物，请勿遵循以下说明。 请遵循*服用 GLP-1 药物时，手术或医疗程序前的饮食须知*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)中的说明。



手术或医疗程序前的午夜（凌晨 12 点）后请停止进食。 其中包括硬糖和口香糖。

您的医疗保健提供者可能会就何时停止进食给出不同的指示。 如被告知，请遵循其指示。 有些人需要在手术或医疗程序前禁食（不吃东西）更长时间。

手术当天

液体摄入指导说明

重要信息：如果您服用 GLP-1 药物，请勿遵循以下说明。 请遵循*服用 GLP-1 药物时，手术或医疗程序前的饮食须知*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/eating-and-drinking-before-your-surgery-or-procedure-when-taking-glp-1-medicines)中的说明。

午夜（凌晨 12 点）至抵达时间前 2 小时，只能饮用以下所列的液体。 请勿进食或饮用其他任何饮品。 抵达时间前 2 小时停止饮用。

- 水。
- 透明的苹果汁、葡萄汁或蔓越莓汁。
- Gatorade 或 Powerade。
- 黑咖啡或清茶。 可以添加糖。 请勿添加任何其他东西。
  - 请勿添加任何含量任何类型的牛奶或奶精。 包括植物奶和奶精。
  - 请勿添加风味糖浆。

如果您患有糖尿病，请注意这类饮料中的含糖量。 如果摄入这类饮料的无糖、低糖或无添加糖版本，会更容易控制血糖水平。

在手术和医疗程序前保持水分会有所帮助，因此如果口渴请饮用液体。 请勿摄入超出所需的饮水量。 手术或医疗程序期间，您将接受静脉 (IV) 输液。



抵达时间前 2 小时停止饮用。 其中包括水。

您的医疗保健提供者可能会就何时停止饮水给出不同的指示。 如被告知，请遵循其指示。

服用药物

- 请仅服用医疗保健提供者告知您应服用的药物。 抿一小口水服药。

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

术后恢复期间，请谨记遵循医疗团队的指示。

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*Jackson-Pratt 引流管的护理* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain)中的指示。
- 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

- 请遵循*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)中的指示。
- 每天进行 3 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。

何时致电您的医疗保健提供者

如果您出现以下情况，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