Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

关于全喉切除术

本指南将帮助您为将在 MSK 进行的全喉切除术做好准备。 还将帮助您了解在恢复期间的预期情况。

请使用该指南作为手术前几天的信息参考。 手术当天时请随身携带本指南。 您和您的医疗团队会在您了解更多关于恢复的信息时参考本资源。

关于全喉切除术

关于喉部（喉头）

喉部位于气管上方的颈部， 是气道的入口，对呼吸、吞咽和说话都非常重要。

呼吸时，喉部打开，让空气进入肺部。

吞咽时，喉部抬升并关闭气道，以防食物和液体进入肺部。

喉部的两个肌肉褶皱称为声带，通过振动发出声音。

关于全喉切除术

全喉切除术是一种切除整个喉部的手术（见图 1 和图 2）。

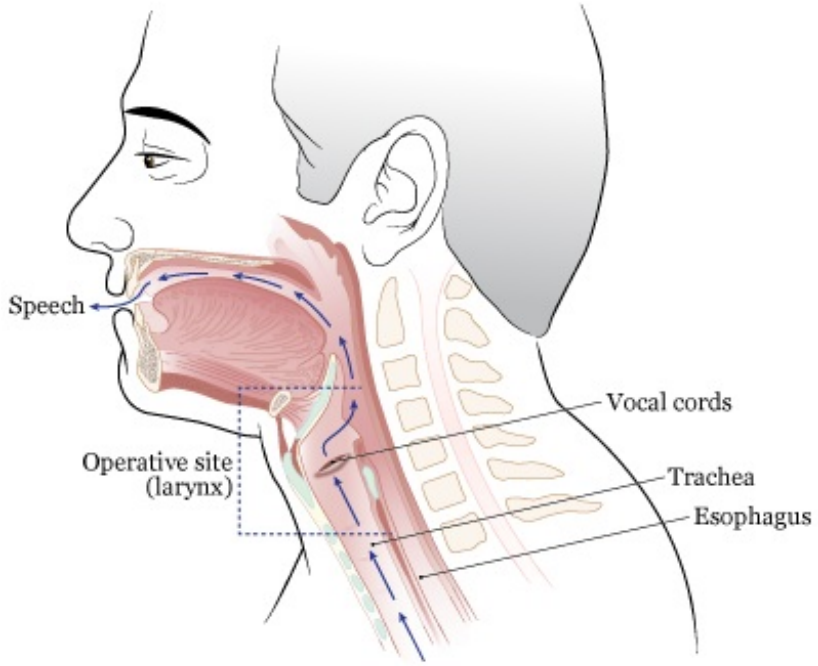

图 1. 喉切除术之前

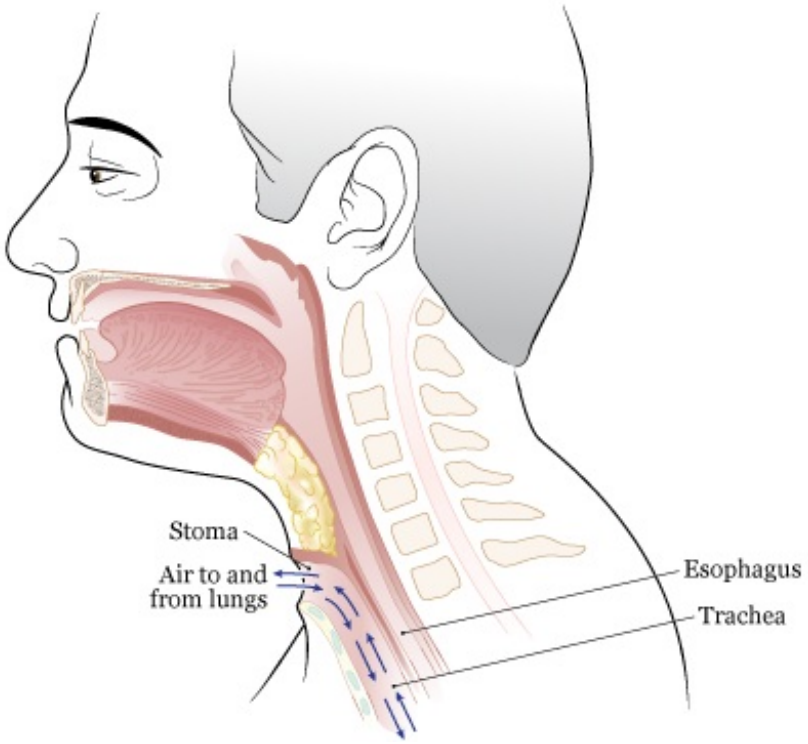

图 2. 喉切除术之后

手术后，您需要调整说话和呼吸方式。

- 您需要学习一种新的说话方式。 手术前，您将与言语病理医生会面。 他们会检查您的气道在手术后会有哪些不同。 还会与您讨论喉切除术后的说话方式，并为您播放视频演示这些方式。
- 您的鼻子和嘴巴将不再与气管相连。 您将通过颈部的一个新开口（称为造口）进行呼吸。 空气将通过造口进出肺部。 这将会是您唯一使用的呼吸方式。 您将进行“颈部呼吸”，如果您需要接受心肺复苏，则须采取“口对颈”人工呼吸的形式。

您的切口（手术切口）将使用塑料或尼龙缝线（缝针）进行缝合。 缝线将留置在原位 2 周左右。 术后访视时，缝线可以由外科医生一起拆除。 如果您的手术部位接受过放射治疗，则缝线可能需要保留更长时间。

手术时间取决于您接受的手术类型和切口类型。 您的外科医生将在手术前与您讨论这个问题。

我们知道，您即将接受的手术将会改变您的生活。 MSK 的医疗团队将助您度过整个过程。

全喉切除术之前

本节信息将帮助您为手术做好准备。 请在安排好手术后阅读该信息。 随着手术的临近，请参考该信息。 其中包含您应该如何做好准备的重要信息。

当您通读本节内容时，请写下希望向医疗保健提供者咨询的问题。

为手术做好准备

您和您的医疗团队将共同为手术做准备。 即使您不确定，也请告知我们以下情况是否适用于您，以帮助我们保护您的安全。

- 我在使用任何处方药。 处方药是指只能凭医疗保健提供者开具处方才可获得的药物。 包括：
  - 吞服药物。
  - 注射药物。
  - 吸入药物。

    - 皮肤表面使用的药物（贴剂或乳膏形式）。
- 我在使用任何非处方药（包括贴剂和乳膏）。 非处方药是指无需开具处方即可购买的药物。
- 我在摄入任何膳食补充剂，比如草药、维生素、矿物质、天然或家庭疗法。
- 我装有起搏器、自动植入式心脏复律除颤器 (AICD) 或其他心脏装置。
- 我既往使用麻醉药出现过问题。 手术期间，会对您进行麻醉（使用药物使您入睡）。
- 我对某些特定药物或材料（包括胶乳）过敏。
- 我不愿意接受输血。
- 我服用娱乐性毒品，例如大麻。

请务必确保您的医疗保健提供者了解您正在服用的所有药物和补充剂。

根据所服用的药物和补充剂，您可能需要在手术前遵循特殊指示。 如未遵循这些指示，您的手术可能会被推迟或取消。

GLP-1 减肥药

如果您服用 GLP-1 药物，请务必告知您的医疗保健提供者。 在手术或医疗程序前，您必须遵循特殊的饮食指示。 **遵循这些指导说明非常重要。 如果没有遵循指导说明，您的手术或医疗程序可能会被推迟或取消。**

- **在手术或医疗程序前一天，请遵循清流质饮食。** 请勿食用固体食物。 如需了解更多信息，请阅读*清流质饮食* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/clear-liquid-diet)。
- **抵达时间前 8 小时停止饮用。** 之后请勿摄入任何东西，包括清流质。 您可以喝几小口水送服药物。

如需了解更多信息，请阅读*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)。

以下是一些 GLP-1 药物示例。 还有其他类型的血液稀释药物，请务必确保您的医疗团队了解您服用的所有药物。 有时，开具这些药物用于帮助控制糖尿病或其他疾病。 有时，也会用于减肥。

• 塞马格鲁肽 (Wegovy®, Ozempic®, Rybelsus®) • 度拉糖肽 (Trulicity®)	• 替西帕肽 (Zepbound®, Mounjaro®) • 利拉鲁肽 (Saxenda®, Victoza®)

关于饮酒

向保健提供者诚实说明您的饮酒量，这很重要。 这将有助于我们为您制定医疗照护计划。

如果您经常饮酒，您在手术过程中和手术后可能存在出现问题的风险。 其中包括出血、感染、心脏问题和住院时间延长。

如果您定期饮酒并突然戒酒，可能导致癫痫发作、谵妄和死亡。 如果我们了解到您有出现这些问题的风险，我们可以开具处方药物来帮助预防。

您可以在术前采取以下措施来防止出现问题。

- 向保健提供者诚实说明您的饮酒量
- 当您的手术计划得到确定之后，请尝试停止饮酒。 如果您出现以下情况，请立即告知您的医疗保健提供者：
  - 头痛。
  - 感觉恶心（感觉想吐）。
  - 感觉比平时更焦虑（紧张或担忧）。
  - 无法入睡。

这些均为戒酒的早期征兆，可以进行治疗。

- 如果您无法停止饮酒，请告知您的医疗保健提供者。
- 如有关于饮酒和手术的疑问，您都可咨询您的医疗保健提供者。 我们将一如既往地确保您所有医疗信息的保密性。

关于吸烟

如果您吸烟或使用电子烟设备，接受手术时您可能会出现呼吸问题。 电子烟设备的例子包括雾化器电子烟和电子香烟。 即使在手术前仅停止吸烟几天，也有助于防止手术中和手术后出现呼吸问题。

如果您吸烟，您的医疗保健提供者会将您转诊至我们的烟草治疗项目。 您也可以致电 212-610-0507 与本项目取得联系。

关于睡眠呼吸暂停

睡眠呼吸暂停是一种常见的呼吸问题。 如果您患有睡眠呼吸暂停症，您会在睡眠期间短时间内停止呼吸。 最常见的类型是阻塞性睡眠呼吸暂停 (OSA)。 OSA 患者在睡眠期间会发生气道完全阻塞。

OSA 可在术中和术后引起一些严重问题。 请告知我们您是否患有或认为您可能患有睡眠呼吸暂停。 如果您使用呼吸机（如持续性正压呼吸器 (CPAP)），请在手术当天随身携带。

使用 MSK MyChart

MSK MyChart (mskmychart.mskcc.org) 是 MSK 的患者门户网站。 您可以使用 MSK MyChart 发送和阅读您的医疗团队消息，查看您的检测结果，查看您的预约日期和时间等。 您也可以邀请您的照护者创建他们自己的帐户，以便他们查看您的医疗照护信息。

如果您没有 MSK MyChart 帐户，可以访问 mskmychart.mskcc.org 注册。 您也可以请医疗团队成员向您发送邀请。

如果您在使用帐户时需要帮助，请致电 646-227-2593 联系 MSK MyChart 服务台。 工作时间为周一至周五上午 9 点至下午 5 点（美国东部时间）。

手术前 30 天内

术前检查 (PST)

您将在手术前进行 PST 预约。 您将从外科医生办公室收到预约日期、时间和地点的相关提醒。 请访问 www.msk.org/parking 获取所有 MSK 地点的停车信息与指引。

您可以在预约当天进食和服用常规药物。

前去接受术前检查时，随身携带这些物品将对您有所帮助：

- 您服用的所有药物的清单，包括处方药、非处方药、贴片和药膏。
- 过去一年中在 MSK 以外进行的任何医学检查（如有）的结果。 示例包括心脏负荷试验、超声心动图或颈动脉多普勒检查结果。
- 您的医疗保健提供者的名字和电话号码。

在 PST 预约期间，您将会见一位高级实践提供者 (APP)。 他们会与 MSK 的麻醉科医生密切合作。 在手术或医疗程序期间，这些经过专业培训的医生将为您施用麻醉药物。

您的 APP 会与您一起查看您的医疗和手术病史。 您可能需要接受一些医学检查来安排您的照护事宜，例如：

- 心电图 (EKG)，用于检查您的心律。
- 胸部 x 线检查。
- 血液检查。

您的 APP 可能会建议您去会见其他医疗保健提供者。 他们也会告知您手术日早晨应该服用哪些药物。

确定您的照护者

照护者在您的医疗护理中扮演着重要的角色。 在手术前，您和您的照护者将从您的医疗保健提供者处了解您将接受的手术相关信息。 手术结束后，您的照护者会在您出院后将您安全送回家中。 他们还会帮助您居家照顾自己。

照护者须知

照顾正在接受癌症治疗的患者需要肩负许多责任。 我们提供相关资源和支持服务，以帮助您更好地应对。 请访问 www.msk.org/caregivers 或阅读*照护者指南* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)，以了解更多信息。

填写医疗护理委托书

如果您尚未填写医疗护理委托书，建议您现在就填写。 若您已填写一份医疗护理委托书或有任何其他预先指示，请在下次预约就诊时随身携带。

医疗护理委托书是一份法律文件。 该文件用于说明当您无法自行沟通时，将由谁代表您进行沟通。 此人称为您的医疗护理代理人。

- 如需了解医疗护理委托书和其他预立指示，请阅读*癌症患者及其亲人的预立医疗照护计划* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)。
- 如需了解如何成为医疗护理代理人，请阅读*如何担任医疗护理代理人* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-

agent)。

如果您对填写医疗护理委托书有任何疑问，请咨询您的医疗团队成员。

手术前 7 天

遵循医疗保健提供者关于服用阿司匹林的指示

阿司匹林可能会导致出血。 如果您在服用阿司匹林或含有阿司匹林的药物，您可能需要在手术前 7 天调整剂量或停止服用。 请遵循医疗保健提供者的指导说明。 **未得到医疗保健提供者的指示时，请勿随意停用阿司匹林。**

如需了解更多信息，请阅读*如何确定药物或补充剂中是否含有阿司匹林、其他 NSAID、维生素 E 或鱼油*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)。

停止服用维生素 E、复合维生素、草药和其他膳食补充剂

使用维生素 E、复合维生素、草药和其他膳食补充剂可能导致出血。 请在手术前 7 天停用此类药物。 如果您的医疗保健提供者为您提供了其他指导说明，请遵循相应说明。

如需了解更多信息，请阅读*草药疗法和癌症治疗*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)。

手术前 2 天

停用非甾体抗炎药 (NSAID)

使用 NSAID（如布洛芬（Advil® 和 Motrin®）和萘普生 (Aleve®)）可能导致出血。 请在手术前 2 天停用此类药物。 如果您的医疗保健提供者为您提供了其他指导说明，请遵循相应说明。

如需了解更多信息，请阅读*如何确定药物或补充剂中是否含有阿司匹林、其他 NSAID、维生素 E 或鱼油*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)。

手术前 1 天

留意手术时间

在手术前一天的下午 2 点后，工作人员将打电话给您。 如果您的手术安排在星期一，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。

工作人员将告知您到达医院进行手术的时间。 他们还会提醒您接受手术的地点。

将位于以下位置之一：

- 2 楼术前中心 (PSC)
  约克大道 1275 号（东 67 大街与东 68 大街之间）
  纽约市，邮编 NY 10065
  请乘 M 电梯至 2 楼。
- 6 楼术前中心 (PSC)
  约克大道 1275 号（东 67 大街与东 68 大街之间）
  纽约，邮编 NY 10065
  请乘 B 电梯至 6 楼。

请访问 www.msk.org/parking 获取所有 MSK 地点的停车信息与指引。

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。

手术当天早晨
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。

遵医嘱服药

您的医疗团队成员将告知您手术当天早晨应服用哪些药物。 只在服药时喝一小口水。 具体取决于您通常服用的药物，可能是全部、部分或者不是您平时在早上服用的药物。

注意事项

- 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。

- 如果您平时戴隐形眼镜，请用镜框眼镜代替。 手术期间配戴隐形眼镜可能会对眼睛造成伤害。
- 不要穿戴任何金属物品。 摘除所有饰物，包括穿体装饰。 手术过程中使用的器械如果接触到金属，可能会导致灼伤。
- 请将贵重物品留在家中。
- 如果您正处于月经期，请使用卫生巾，而非卫生棉条。 我们会为您提供一次性内衣，如果需要的话，还会提供一个垫子。

随身携带的物品

- 纽扣式或宽松上衣。
- 您的医疗授权书表和其他预立医疗指示（如果您已完成）。
- 手机和充电器。
- 只需要带小额现金用于购买小物件（如报纸）。
- 个人物品（例如眼镜、助听器、假牙、假肢、假发和宗教用品）的收纳盒（如果有）。
- 本指南。 您的医疗团队将使用本指南来指导您如何在术后进行自我护理。

当您到达医院后

许多工作人员会要求您说出并拼写出您的姓名和出生日期。 这是为了保障您的安全。 因为姓名相同或相似的患者可能会与您同一天接受手术。

当到您该为治疗更衣时，我们会为您提供医院病号服、长袍和防滑袜更换。

与护士见面

您将在手术之前与您的护士见面。 请将您在午夜（凌晨 12:00）之后服用的任何药物的剂量及服用时间告知他们。 请确保包括处方药、非处方药、贴片和药膏。

护士可能会在您的一根静脉中放置一根静脉注射 (IV) 导管，通常是您的手臂或手上的静脉。 如果护士没有放置静脉注射导管，麻醉师可能会在手术室里进行此操作。

与麻醉师见面

在手术前，您将与麻醉师见面。 他们将会：

- 与您一起查看您的病史。
- 询问您既往使用麻醉药是否曾出现过问题。 包括恶心（感觉想吐）或疼痛。
- 和您谈论手术过程中的舒适度和安全性。
- 和您谈论您将接受哪种麻醉。
- 回答您提出的麻醉相关问题。

为手术做好准备

到了做手术的时间，您将需要取下眼镜、助听器、假牙、假体装置、假发和宗教用品。

您将自己走进手术室，或者躺在担架上被工作人员抬入手术室。 手术室团队有一名成员会帮助您上手术台。 工作人员会在您的小腿上套上气压靴。 它们可以缓慢充气或放气，促进您腿部的血液循环。

当您感觉舒适后，麻醉师会通过您的静脉注射管线为您施用麻醉药，让您入睡。 在手术过程中和手术后，您还将通过静脉注射管线接受液体输送。

手术期间

在您完全睡着后，我们将从您的嘴部放置一根呼吸管（抵达气管）来帮助您呼吸。 您还将通过鼻子向胃部置入鼻胃 (NG) 管，以输送食物，并置入导尿管 (Foley)，以引流膀胱中的尿液。

手术完成后，医生将使用手术缝线闭合切口。 切口可能会用绷带进行包覆。 呼吸管通常会在您还在手术室时被拔出。

全喉切除术之后

本章节内容将帮助您了解术后可能发生的情况。 您将会了解如何从手术中安全恢复（在医院和在家中）。

当您通读本节内容时，请写下希望向医疗保健提供者咨询的问题。

在麻醉复苏室 (PACU) 内

手术后，您将在 PACU 内醒来。 护士会追踪记录您的体温、脉搏、血压和氧气水平。

您的颈部将置有一个宽松的项圈，套在新造口上。 这将为肺部提供湿度和少量额外氧

气，以保持气管内壁湿润。 我们还会将压缩靴穿戴于您的小腿上。

止痛药

在 PACU 期间，您将接受 IV 止痛药。 您可以使用一个名为患者自控镇痛 (PCA) 装置的按钮来控制止痛药的施用。 如需了解更多信息，请阅读资源*患者自控镇痛 (PCA)* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)。

管路和引流管

您将置入以下管路：

- 造口内的喉切除术管路。 该管路将有助于防止喉切除术造口闭合。
- 鼻腔内的 NG 管。 该管将为胃部输送食物和药物。
- 膀胱内的 Foley 导管。 该导管可以让医疗团队记录您的排尿量。

转移到医院病房

大多数患者将在麻醉复苏室 (PACU) 过夜。 结束 PACU 观察后，工作人员会将您转送到医院病房。

在医院病房中

术后住院时间的长短取决于您的恢复情况。 大多数人需住院 10 到 14 天。

当您被带到病房时，您会与一名护士会面，他/她会负责照护您（当您在医院时）。 他们会向您说明如何控制病房内的灯光和电视，并向您介绍在住院期间帮助照护您的其他工作人员。

护士还将向您展示如何使用呼叫铃系统。 该系统会发出警报，提示您不能说话。 使用呼叫铃时，电话接听人员将询问您有什么需要。 如果病房内没有人可以帮您说话，则工作人员会前往您的房间帮助您。

沟通事宜

您将得到一块干擦板用于书写内容，还有一块点对点交流板帮您进行沟通，此外，还有 iPad 可供您使用。

术后大约 3 到 5 天，您将开始使用电子喉说话。 术后大约 2 到 3 周，您可以开始学习使用其他方式说话，如食管言语或气管食管言语。 有关上述沟通方式的更多信息，请阅

读“沟通方式”部分。

管理疼痛

手术后您会感到有些疼痛。 首先，您将通过静脉注射 (IV) 导管接受止痛药。 您可以使用 PCA 装置来控制止痛药的施用。 当您可以通过 NG 管获取食物后，还可以通过 NG 管获取止痛药物。

您的医疗保健提供者将经常询问您的疼痛情况，并根据需要给您用药。 如果您的疼痛没有缓解，请告知医疗保健提供者。 控制疼痛非常重要，这样您就可以四处走动。 控制疼痛将有助于您更好地恢复。

您会在离开医院之前拿到止痛药处方。 与您的医疗保健提供者讨论可能的副作用以及您应该何时开始转换为非处方止痛药。

四处走动和散步

四处走动和散步将有助于降低发生血块和肺炎的风险。 这还有助于您开始再次排气和排便。 如有需要，您的护士、物理治疗师或职业治疗师将帮助您四处走动。

饮食

置有 NG 管期间

术后第二天，您将开始通过 NG 管获取水和营养。

当您可以吞咽液体后，您的 NG 管将被拔除。 这通常发生在手术后 8 到 10 天。 如果您在手术前接受了化疗、放疗或其他治疗，则您的 NG 管可能需要留置更长时间。 您还可能需要接受一次 X 光检查，以确保您的伤口已经充分愈合，可以开始安全吞咽。

拔除 NG 管后

拔除 NG 管后，首先只能摄入液体。 然后您将慢慢过渡到泥状食物，接着是软质固体食物，最后是固体食物。 根据您的康复情况，医疗保健提供者将告知您何时可以进食流质食物，以及您可以摄入哪种类型的食物。

关于吞咽

全喉切除术后的吞咽方式通常与手术前相似。 如果您在手术前存在吞咽困难，则手术后可能会更容易进行吞咽。 一开始，您可能会感觉食物或液体粘在喉咙里，无法顺着食管下咽。 如果出现这种情况，在开始吞咽食物时，您可能需要用舌后部再推一下食物。

如果您有吞咽困难，请告知医疗保健提供者。 他们会将您转介至专科医生，让他们帮助

您解决言语和吞咽问题。

护理喉切除术造口

手术后，护士会立即护理您的造口。 随着时间推移，他们会教您如何自行抽吸和护理造口。

请记住，您将采用颈部呼吸，因此需要保持气道通畅才能呼吸。 为造口进行抽吸可以保持造口无分泌物和粘液，保证空气进出肺部。 护士会教您如何抽吸造口，以及操作的频率。

使用热湿交换器 (HME)

您还需要保持造口和气道湿润。 湿度有助于您咳出分泌物和粘液。 还可以防止粘液变干造成堵塞，阻碍您的呼吸。

手术前，您所呼吸的空气由鼻子和上呼吸道进行加热和湿润。 手术后，您将使用 HME 来湿润通过造口呼吸的空气。 HME 是一个圆形小装置，您可以将其置于造口上。 HME 有多种不同类型。 护士将帮您找到最适合您的类型。

一直佩戴 HME 可以达到最佳效果。 住院期间，请尽量使用 HME 或保湿项圈。 我们也会为您提供在家使用的 HME。 咳嗽前取出 HME 可以保持其清洁。

请每天给喉切除术管路换上新的 HME。 经常检查 HME，每天至少 3 次，以确保其清洁。 如果 HME 变脏，请擦拭干净或进行更换。 切勿用水冲洗。

刚开始使用 HME 时，您可能会觉得粘液更多或咳嗽更厉害。 这是正常现象。 可能需要使用 HME 几天或几周后才会有所好转。 如果您已经使用 HME 三周，但感觉粘液和咳嗽没有减少，请告知医疗保健提供者。

喉切除术管路

您还将得到一个喉切除术塑料软管，以防止造口开口变小（见图 3）。 医疗保健提供者将告知您需要佩戴多长时间。

图 3. 喉切除术管路

定期清洁喉切除术管路，帮助保持管路无分泌物。 我们建议您每天至少清洁喉管两次，或根据需要增加清洁次数。 护士会向您展示该如何操作。

有关护理造口和清洁喉切除术管路的说明，请阅读“喉切除术造口的护理和抽吸”部分。

淋浴

您的医疗保健提供者将告知您何时可以开始淋浴。 对于大多数人而言，这至少是在术后 1 周。

护士将向您提供可重复使用的淋浴罩，以防止淋浴时水进入造口。 出院时，请将其带回家。 继续在家使用。

请勿洗盆浴或将自己浸在水中。 如果这样做，会有过多的水进入造口。 如果发生这种情况，您可能会溺水。

为出院作准备

出院前，您的病例管理员将与您会面，确定您在家中需要哪些帮助。 其中可能包括安排

访视护士，以巩固您在医院学到的造口护理知识。

病例管理员将为您订购一台便携式抽吸机，供您在家中使用。 该机器将在住院期间送达给您。 出院之前，护士会向您展示应该如何使用。

护士会向您提供相关用品，以便您在出院后几天内能够护理和抽吸造口。 我们还将为您寄送一份套件，其中包含喉切除术所需的相关用品。 根据您的个人需要，我们可能会将更多用品送到您家中。 此外，您还应该找到家附近的医疗用品商店。

出院

在您离开医院之前，您需要与您的医疗保健提供者一起查看您的切口情况。 了解切口的状态将帮助您注意到随后的任何变化。

出院当天，您应计划在上午 11:00 左右离开医院。在您离开之前，您的医疗保健提供者将填写您的出院医嘱和处方。 您还将获得书面出院指导。 您的医疗保健提供者将与您一起回顾这些指导。

如果您已准备好出院，但您的接送人员还未抵达医院，您可以在患者过渡休息室等候。 您的医疗团队成员将为您提供更多相关信息。

居家

我们强烈建议您在 MedicAlert® 基金会注册，并佩戴印有“Neck breather”（颈部呼吸人员）字样的 MedicAlert 身份标签。 这样，如果您停止呼吸，医务人员就会知道要通过颈部而不是嘴部给您供氧。 请访问 www.medicalert.org 进行注册。

填写您的恢复情况跟踪

我们希望了解您在离开医院后的情况。 为了帮助我们为您提供照护，我们将向您的 MSK MyChart 帐户发送问题。 我们将在您手术后 10 天内每天发送。 这些问题被称为“恢复情况跟踪”。

请在每天午夜（凌晨 12:00）前完成恢复情况跟踪。 您只需花费 2 至 3 分钟即可完成。 您对这些问题的回答将有助于我们了解您的感受和您的需求。

根据您的回答，我们可能会联系您，以便了解更多信息。 有时，我们可能会请您致电您的外科医生办公室。 如果您有任何问题，请随时联系您的外科医生办公室。

如需了解更多信息，请阅读*MSK 恢复情况跟踪的常见问题*(www.mskcc.org/zh-

hans/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)。

管理疼痛

每个人经历疼痛或不适的时间各不相同。 当您出院回家时，您可能仍感到一些疼痛，可能需要服用止痛药来缓解疼痛。 有些患者切口周围的疼痛、发紧或肌肉疼痛会持续 6 个月或更长时间。 这并不表示出现了问题。

请遵循该指南，帮助您居家管理疼痛。

- 请根据医嘱和需要服用止痛药。
- 如果为您开具的处方药不能帮助缓解疼痛，请致电您的医疗保健提供者。
- 服用处方止痛药期间，请勿驾驶车辆或饮酒。 一些处方止痛药可能会使您感到困倦（非常困）。 酒精会加重困倦。
- 随着切口逐渐愈合，您的疼痛会减轻，所需的止痛药也会减少。 非处方止痛药将有助于缓解疼痛和不适。 对乙酰氨基酚 (Tylenol®) 和布洛芬（Advil 或 Motrin）均为非处方止痛药。
  - 请按照您的医疗保健提供者的指示停用处方止痛药。
  - 请勿过量服用任何药物。 请遵循标签上的说明或您的医疗保健提供者给您的指导说明。
  - 请阅读所服用的所有药物的说明标签。 如果您服用对乙酰氨基酚，这一点将非常重要。 对乙酰氨基酚是一种在很多非处方药和处方药中十分常见的成分。 过量服用有伤肝脏。 在未与您的医疗团队成员讨论的情况下，请勿使用超过一种含有对乙酰氨基酚的药物。
- 止痛药会有助于您恢复正常活动。 服用足够的药物，帮助您提高活动和锻炼的舒适度。 当您开始活动时，您的疼痛会稍有增加。
- 记录您服用止痛药的时间。 服用后 30 至 45 分钟效果最佳。 当疼痛出现后马上服用止痛药会比等待疼痛加重时再服用效果要好。

一些处方止痛药（如阿片类药物）可能会引起便秘（排便比平时少）。

预防和管理便秘

与您的医疗保健提供者讨论如何预防和管理便秘。 您也可以遵循以下指南。

- 每天在同一时间上厕所。 这样您的身体就会习惯每天在同一时间上厕所。 如果感觉到有便意，请立即上厕所。
- 如果可以，尝试进行锻炼。 散步是一个极好的锻炼方法。
- 如果可以，每天饮用 8 至 10（8 盎司）杯（2 升）水。 选择水、果汁（如西梅汁）、汤、冰激凌奶昔等液体。 避免摄入含咖啡因的液体（如咖啡和苏打水）。 咖啡因会将液体从您的体内排出。

如果您已 2 天没有排便，请致电您的医疗保健提供者。

喉切除术造口的护理和抽吸

您和您的照护者需要学习如何抽吸和护理新造口。 请记住，您将采用颈部呼吸，因此保持气道通畅非常重要，这样您才能呼吸。 为造口进行抽吸可以保持造口无分泌物，保证空气进出肺部。 护士会教您如何抽吸造口，以及操作的频率。

如何抽吸喉切除术造口

1. 准备所需用品。 您将需要：
    - 1 台带塑料管的抽吸机
    - 1 根抽吸导管
    - 1 个装满水的碗或大杯子
    - 1 面镜子
    - 1 块清洁干布或 1 张纸巾（在家时）
    - 干净的干纱布垫（在医院时）
2. 请用肥皂和水彻底清洗双手。
3. 将抽吸导管连接到抽吸机的塑料管路上。
4. 将镜子放在您可以看到喉部造口开口的位置。
5. 打开抽吸机开关。 （如果您在医院，必须打开抽吸管上的夹子）。 用拇指和食指捏住导管以阻断抽吸。
6. 尽力深咳，咳出分泌物。
7. 保持抽吸导管夹紧。 将其插入造口约 3-5 英寸（8-13 厘米）（见图 4）。

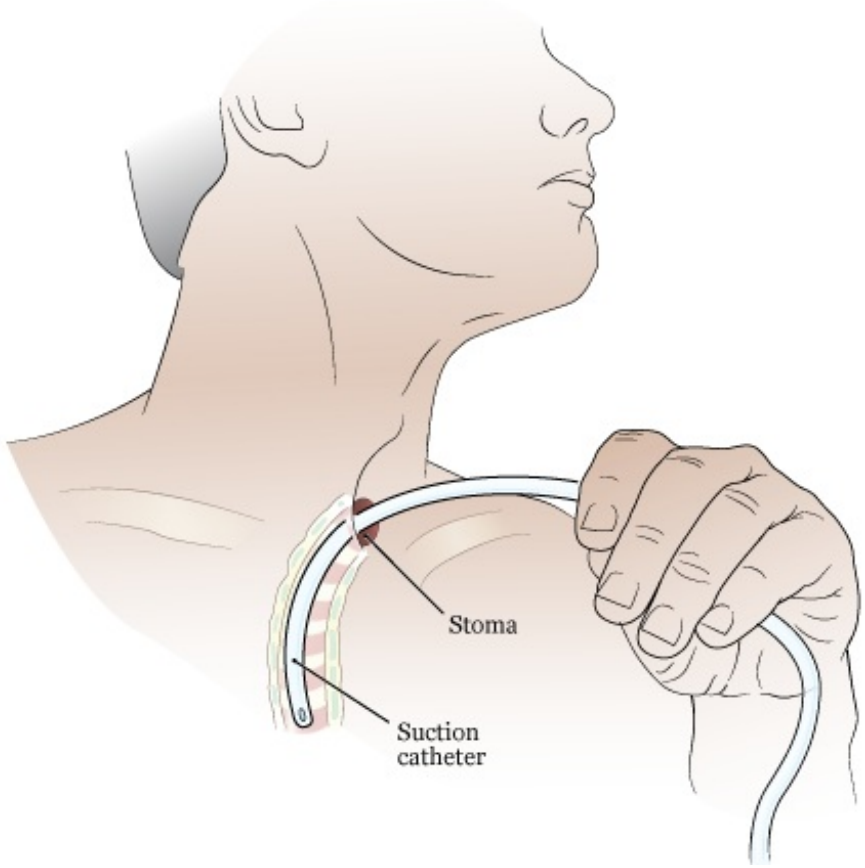

图 4. 抽吸造口

8. 松开导管开始抽吸。 抽吸 5-10 秒钟，或按照医疗保健提供者的指示进行抽吸。 导管在气管内的停留时间不得超过 10 秒。 长时间停留会导致呼吸短促。
9. 通过旋转运动，缓慢将抽吸导管从造口处移除。 旋转导管有助于吸出气管所有侧面和造口周围的分泌物。
10. 用清洁干布或纸巾擦掉抽吸导管外面的分泌物。 （如果您在医院，请使用干纱布代替）。
11. 通过抽吸水来冲洗抽吸导管内部的分泌物。
12. 如果您感觉有更多需要清除的分泌物，请重复上述步骤。 如果需要重复抽吸 2-3 次以上，请休息几分钟后再重复操作。

在您完成以上操作后：

1. 确保抽吸导管和塑料管干净。 冲洗并擦拭外部，必要时通过吸水清洁内部。
2. 断开抽吸导管与抽吸机塑料管的连接。
3. 将抽吸导管置于干布或纸巾上。

4. 如果您在家中，请将抽吸机内部的分泌物排入厕所。 请勿将其倒入水槽中。 因为它们可能会造成排水管堵塞。 当您在医院时，工作人员会帮您处理。

居家时，请每周更换一次抽吸导管，或在抽吸导管变脏或堵塞时增加更换的频率。 住院期间，请每次抽吸都换用新的导管。

如何取出、清洁和重新插入喉切除术管路

定期清洁喉切除术管路，帮助保持管路无分泌物。 我们建议您每天至少清洁两次，或根据需要增加清洁次数。 护士会向您展示该如何操作。

1. 准备所需用品。 您将需要：
    - 1 面镜子
    - 尼龙气管造口刷
    - 棉质颈带
    - 剪刀
    - 生理盐水
    - 棉头涂抹器
    - Surgilube®（可选）
    - 1 块清洁干布或 1 张纸巾（在家时）
    - 干净的干纱布垫（在医院时）
2. 请用肥皂和水彻底清洗双手。
3. 站在或坐在水槽前，摆放好镜子。
4. 解开或剪断颈带。
5. 从造口取出导管。
6. 使用尼龙刷清洁喉切除术管路内部（见图 5）。 然后将导管放在热温的自来水下冲洗。

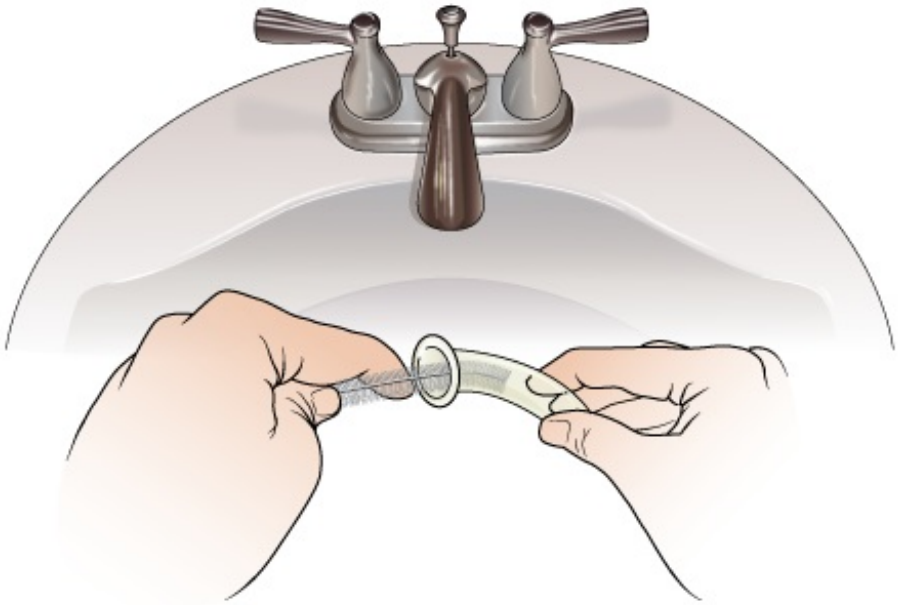

图 5. 清洁喉切除术管路

7. 导管清洁干净后，抖出多余的水。 用干净的干布或纸巾擦干导管。 （如果您在医院，可以用纱布代替）。
8. 将干净的颈带置入管路侧面的插槽。
9. 用棉头涂抹器沾生理盐水，轻轻清洁造口周围的皮肤。
10. 用水或 Surgilube 润滑管路外部。
11. 将下巴稍稍向胸部倾斜。
12. 屏住呼吸，将管路插入造口（见图 6）。

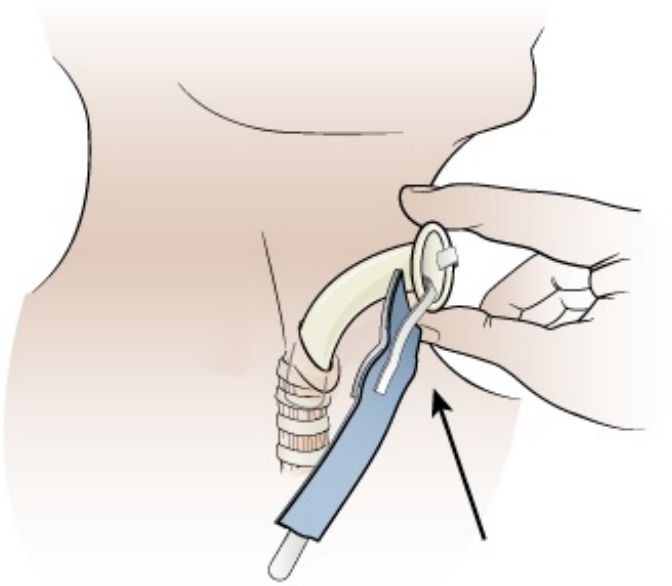

图 6. 插入喉切除术管路

13. 绑好颈带，在颈带和颈部之间留出 1 个手指的空间。
14. 用自来水冲洗尼龙气管造口刷。

沟通方式

全喉切除术后，您需要学习新的说话方式。 有 3 种方案可供选择：

- 电子喉
- 食管言语
- 气管食管言语

所有上述方案均使用替代声源来发声，既可以在体外使用电子设备发声，也可以在体内使用喉部组织和结构发声。

所接受的手术类型将决定您可以使用哪种方案。 手术前，言语治疗师将向您解释上述方案。 手术后，他们会监测您的进展情况，帮助您决定哪些方案适合您。 所有这类沟通方式都需要练习和时间。

电子喉

电子喉是一种靠在脖子上发声的装置（见图 7）。 说话时，您使用口腔、嘴唇和舌头发出声音，就像喉切除术前一样。

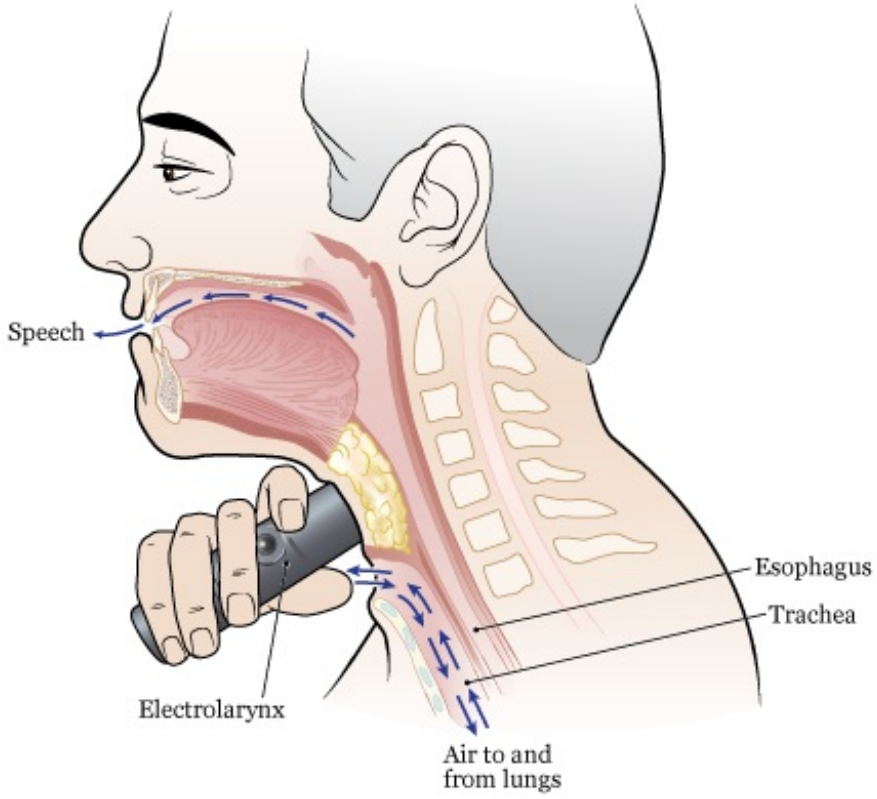

图 7. 使用电子喉

使用电子喉发出的新声音与您以前的声音不同。 听起来会更加电子化。 通过练习，发音可以变得更加自然，并带有您自己的言语模式和口音。

手术后 3 到 5 天，您可以使用电子喉说话。 很容易学会。

食管言语

使用食管言语时，您会通过将空气推入或吞入食管，然后将其从喉咙推回并从口中呼出，同时用口腔形成单词发音进行发声。

食管言语听起来比电子喉更自然，但更难学习。 需要在言语治疗师的指导下进行 3 到 6 个月的训练。

并非所有人都能学会食管言语。 手术程度和愈合情况将决定您是否可以选择这种方案。

气管食管言语

在气管食管言语治疗中，外科医生会使用一种称为气管食管穿刺 (TEP) 的手术在您的气管

和食管之间开一个洞。 他们可以在喉切除手术期间进行气管食管穿刺，也可以在您痊愈后单独进行。 如果是单独进行，通常是在全喉切除术后 3 到 6 个月左右。

必须在 TEP 管道中长期留置某些物体，以免该管道闭合，就像切口一样。 外科医生会在您的 TEP 管道内放置一根细导管或 TEP 假体，以保持通畅。 TEP 假体是一种阀门，打开时可以让您说话，关闭后可以让您在不抽吸（即食物或液体进入肺部）的情况下进行饮食。

如果外科医生在您的 TEP 管道中置入导管，则在该部位愈合后，言语病理学家会用 TEP 假体将其替换。 这通常是在进行 TEP 后的 10 到 12 天左右。

如需发出气管食管言语，您必须先吸气，然后覆盖造口（见图 8）。 肺部的空气将通过 TEP 假体进入喉部。 喉部将会振动发声（见图 9）。 气管食管言语的发音与喉切除术前的言语发音相似。

图 8. 阻塞造口以发出 TEP 言语（前视图）

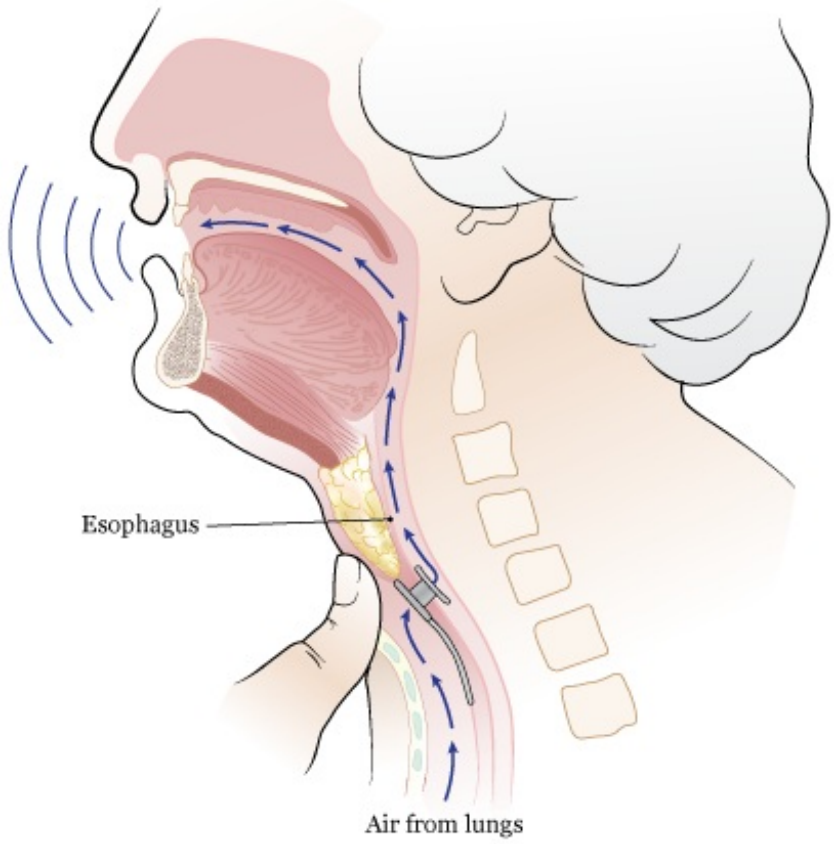

图 9. 阻塞造口以发出 TEP 言语（侧视图）

TEP 紧急预防措施

如果您接受了 TEP，出院时会收到一份 TEP 假体脱落套件。 该套件内有书面说明和不同尺寸的导管，以防 TEP 假体脱落。 这种情况不太可能发生，但如果发生了，请不要惊慌。 请您遵循以下步骤。

1. 从 TEP 假体脱落套件中取出 16FR 宽度的导管。 将其顶部打结。
2. 将导管的另一端插入 TEP 管道，使导管伸出 5-6 英寸（13-15 厘米）（见图 10）。 如果无法插入，请尝试更细的导管。

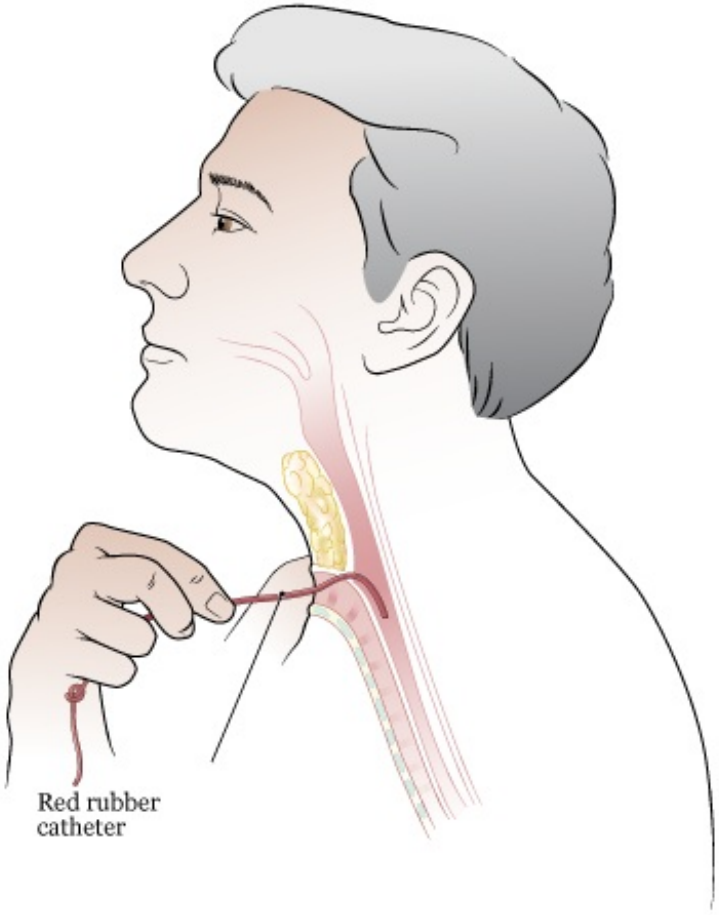

图 10. 将导管插入 TEP 管道

3. 将打结的一端贴在胸部或颈部（见图 11）。 这将使您在前往言语治疗师处之前仍然可以进食和饮水。 他们会将 TEP 假体放回您的 TEP 管道。

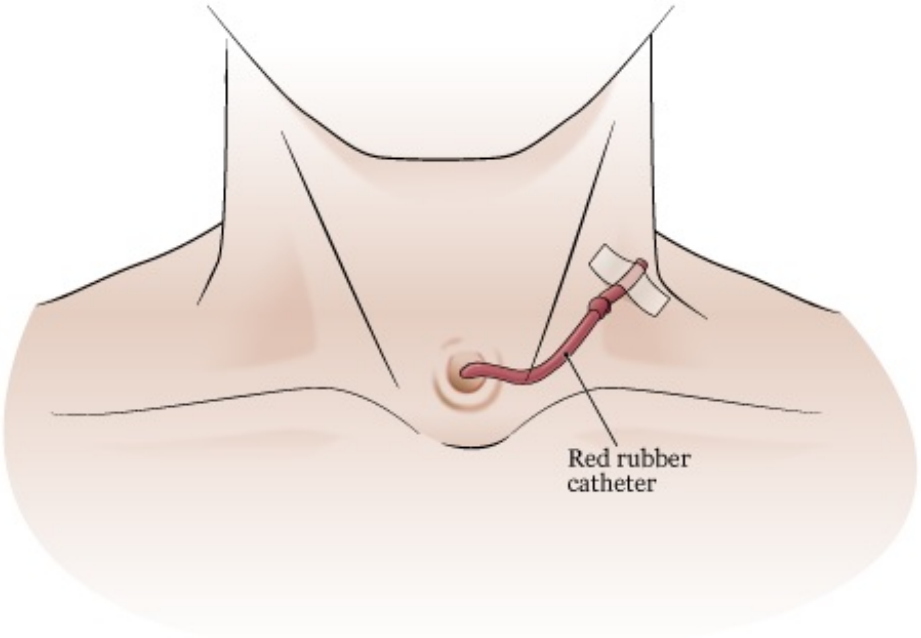

图 11. 将导管贴在颈部

4. 请致电 MSK 言语治疗师并告知您的 TEP 假体掉落。 如果可以，请找到假体并带去预约就诊。

如果您找不到 TEP 假体，并认为其可能掉进肺部：

- 请遵照上述步骤将导管插入 TEP 管道。
- 前往 MSK 紧急护理中心。 咨询值班的头颈部医生。
- 如果您不在 MSK 附近，请前往最近的急诊室就诊。 带上 TEP 假体脱落套件，告知相关人员您的肺部可能存在异物。 他们需要进行胸部 X 光检查，并在必要时取出异物。

如果您无法将导管插入 TEP 管道：

- 请勿进食或饮水。
- 上午 9:00 至下午 5:00 之间，请致电 212-639-5856 联系 MSK 言语和听力中心，告知相关人员发生了什么。
- 下午 5:00 之后、周末和节假日，请前往 MSK 紧急护理中心，咨询值班的头颈部医生。 如果您不在 MSK 附近，请前往最近的急诊科，告知相关人员您无法将导管插入 TEP 管道。

体力活动和运动

手术后，您可以立即恢复大部分活动。 锻炼有助于您恢复体力并感觉好转。 散步和爬楼梯是极好的运动方式。 逐渐增加散步的距离。 缓慢爬楼梯，根据需要休息或停止。 在开始更多剧烈运动之前，请咨询您的医疗保健提供者。

至少 2 周内，请勿举起任何重量超过 10 磅（4.5 千克）的物体。 请咨询医疗保健提供者，应在多长时间内避免提举重物。

请勿游泳或使用热水浴缸或桑拿。 建议避免乘坐小船，因为小船翻船的几率较高。

驾驶

请询问您的医疗保健提供者您何时可以驾驶。 大多数人可以在手术后 3 周重新开始驾驶。 服用可能会让您昏昏欲睡的止痛药后，请勿驾驶。

离开医院后，您可以随时乘车（而非驾车）。

返回工作岗位

与您的医疗保健提供者就您的工作进行讨论。 根据您所从事的工作，他们会告知您什么时候重返工作岗位是安全的。 如果您的工作涉及四处走动或举起重物，您可能需要等待更长的时间才能重返工作岗位。 如果您从事办公室工作，您或许可以尽早返回工作岗位。

旅行

气管造口术或喉切除术并不应阻止您出行。 但请与您的医疗保健提供者进行确认，了解航空旅行是否安全。

如果您乘坐飞机，请联系航空公司。 查看您的医疗设备是否需要医疗保健提供者开具信函。

将您的医疗设备放在随身行李中便于拿取的位置。 医疗设备可能包括：

- 造口护理设备（便携式抽吸机和导管）。
- 电子喉。
- TEP 剥离装置。

您可以通过湿润空气来控制机舱内的干燥空气。 在造口上佩戴热湿交换器 (HME) 过滤器

或湿布套。HME 过滤器包括 Provox XtraMoist HME 和 Provox Life Home HME。

情绪的管理

重病手术后，您可能会有一些新的心烦意乱的感觉。 很多人表示他们时不时会哭泣、悲伤、担心、紧张、易怒或生气。 您可能会发现有些情绪是您无法控制的。 如果发生这种情况，寻求情感支持是个好主意。 您的医疗保健提供者可以帮助您转诊至 MSK 的咨询中心。 您也可以致电 646-888-0200 与其取得联系。

应对的第一步是您需要谈论您的感受。 家人和朋友都可以给您提供帮助。 此外，我们还可以为您提供安慰、支持和指导。 让我们了解您、您的家人和朋友的感受是一个好主意。 我们有很多提供给您和您的家属的资源。 我们可以随时帮助您和您的家人以及朋友处理您疾病的情绪方面问题。 无论您是在医院还是居家，我们都可以提供帮助。

何时致电您的医疗保健提供者

如果您出现以下情况，请立即致电您的医疗保健提供者：

- 发热 ≥ 100.5 °F (38 °C)
- 切口出现渗出液
- 呼吸短促
- 切口周围皮肤比平时温度高
- 切口周围区域的不适感更严重
- 切口部位周围发红加重
- 切口部位周围开始出现肿胀
- 切口部位周围的肿胀加重
- 造口堵塞并影响呼吸
- 您有任何疑问或担忧

联系方式

周一至周五上午 9:00 至下午 5:00，请联系您的医疗保健提供者办公室。

下午 5:00 后，以及周末和节假日，请致电 212-639-2000，并请求值班工作人员帮您联系您的医疗保健提供者。

支持服务

本章节包含支持服务清单。 这将有助于您为手术做好准备并在术后恢复。

当您通读本节内容时，请写下希望向医疗保健提供者咨询的问题。

MSK 支持服务

入院处
212-639-7606
如果您对住院有任何疑问，包括要求提供私人病房，请致电联系我们。

麻醉科
212-639-6840
如果您对麻醉有任何疑问，请致电联系我们。

献血室
212-639-7643
如果您有兴趣捐献血液或血小板，请致电了解相关信息。

Bobst 国际中心
www.msk.org/international
888-675-7722
我们欢迎世界各地的患者，同时提供众多服务来为您提供帮助。 如果您是一名国际患者，请致电我们来帮助安排您的医疗照护。

咨询中心
www.msk.org/counseling
646-888-0200
许多人发现咨询服务很有帮助。 我们的咨询中心为个人、夫妇、家庭和团体提供咨询服务。 如果您感到焦虑或抑郁，我们也可以为您开具一些药物以提供帮助。 请向您的医疗团队成员请求转诊，或致电上述电话号码以进行预约。

食品援助项目
646-888-8055
我们为癌症治疗期间有需要的人士提供食物。 请咨询您的医疗团队成员，或致电上述电话号码以了解更多信息。

综合医学与健康服务
www.msk.org/integrativemedicine
我们的综合医学与健康服务为您提供多种服务来补充传统医疗照护。 例如，我们提供音乐疗法、心智/身体疗法、舞蹈和运动疗法、瑜伽和触摸疗法。 请致电 646-449-1010 预约上述服务。

您还可以预约咨询综合医学与健康服务的医疗保健提供者。 他们将与您一起制定计划，以打造健康的生活方式并管理副作用。 请致电 646-608-8550 预约咨询。

MSK 图书馆
library.mskcc.org
您可以访问我们的图书馆网站或发送电子邮件至 asklibrarian@mskcc.org 咨询图书馆工作人员。 他们可以帮助您找到更多关于某种类型的癌症的信息。 此外，您还可以访问图书馆的《患者教育资源指南》。

营养服务
www.msk.org/nutrition
212-639-7312
通过我们的营养服务，您可以向我们的临床营养师进行营养相关咨询。 您的临床营养师将与您讨论您的饮食习惯。 他们还将给出治疗期间和治疗之后的饮食建议。 请向您的医疗团队成员请求转诊，或致电上述电话号码以进行预约。

患者和社区教育
www.msk.org/pe
请访问我们的患者和社区教育网站，搜索教育资源、视频和在线项目。

患者账单计费
646-227-3378
如果您对保险公司预授权有任何问题，可致电询问。 预授权也称为预批准。

患者代表办公室
212-639-7202
如果您有关于医疗护理委任书的任何问题，或者对您的医疗照护有任何顾虑，请致电患者代表办公室。

围手术期的护士联络
212-639-5935

如果您对手术期间 MSK 披露的任何信息有任何疑问，请致电联系我们。

私人护士和陪护
646-357-9272
您可以申请私人护士或陪护在医院和家中照护您。 请致电以了解更多信息。

康复服务
www.msk.org/rehabilitation
癌症和癌症治疗会导致您的身体感到虚弱、僵硬或紧绷。 某些情况下会引发淋巴水肿（肿胀）。 我们的理疗医生（康复医学医生）、职业治疗师 (OT) 和物理治疗师 (PT) 可帮助您恢复正常活动。

- **康复医学医生**负责诊断和治疗影响您运动和活动的相关问题。 他们可以设计并帮助协调您的康复治疗方案，无论是在 MSK 还是在离家更近的地方均可。 请致电 646-888-1929 联系康复医学（物理康复科）以了解更多信息。
- 如果您无法进行日常活动，**职业治疗师**可以为您提供帮助。 例如，他们可以推荐一些工具来帮助简化日常工作。 **物理治疗师**可以教您锻炼身体，帮助您增强力量和灵活性。 请致电 646-888-1900 联系康复治疗以了解更多信息。

癌症治疗后的生活资源 (RLAC) 项目
646-888-8106
在 MSK，我们会在治疗结束后持续为您提供医疗照护。 RLAC 项目专为已经完成治疗的患者及其家属设计。

此项目可提供多项服务。 我们提供与完成治疗后的生活相关的研讨会、讲习班、支持小组和咨询服务。 还提供有关保险和就业问题的帮助。

性健康项目
癌症和癌症治疗可能会影响您的性健康、生育能力或两者兼有。 MSK 的性健康项目可在治疗前、治疗期间或治疗后为您提供帮助。

- 我们的女性性医学和女性健康项目可以为您提供性健康问题相关帮助，比如过早绝经或生育问题。 请向您的 MSK 医疗团队成员咨询转诊事宜，或致电 646-888-5076 了解更多信息。
- 我们的男性性医学和生殖医学项目可以为您提供性健康相关问题的帮助，比如勃起功能障碍 (ED)。 请向您的医疗团队成员咨询转介事宜，或致电 646-888-6024 了解更多

信息。

社会工作
www.msk.org/socialwork
212-639-7020
社会工作者可帮助患者、其家庭和朋友处理癌症患者常遇到的问题。 他们可在整个治疗过程中为您提供个人咨询和支持小组服务。 他们可以帮助您与孩子和其他家庭成员进行沟通。

我们的社工还可以帮助您转诊至社区机构和相关项目。 如果您在支付账单方面遇到困难，他们也可以为您提供财务资源方面的信息。 请致电上述电话号码以了解更多信息。

精神照护
212-639-5982
我们的牧师（宗教信仰咨询师）可以倾听、帮助支持家庭成员和祈祷。 他们可以帮您联系社区神职人员或信仰团体，或者作为您的同伴，为您带来精神上的慰藉。 任何人都可以请求获得精神支持。 您不必有宗教信仰（与某宗教有关）。

MSK 的多信仰教堂位于 Memorial Hospital 的大厅附近。 每天 24 小时开放。 如果您有紧急情况，请致电 212-639-2000， 联系值班牧师。

烟草治疗项目
www.msk.org/tobacco
212-610-0507
如果您想戒烟，MSK 的专家可以为您提供帮助。 请致电以了解更多信息。

线上项目
www.msk.org/vp
我们可以为患者和照护者提供在线教育和支持。 这些均为现场直播会议，您可以发表言论或者仅收听。 您可以了解您的诊断、治疗期间的预期情况以及如何为癌症护理做好准备。

会议全程保密且免费，并由相关领域专家主持开展。 请访问我们的网站以获取有关线上项目的更多信息，或进行注册。

外部支持服务

Access-A-Ride

web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm
877-337-2017
在纽约市，MTA 为无法乘坐公共汽车或地铁的残疾人提供共享的乘车、上门服务。

Air Charity Network
www.aircharitynetwork.org
877-621-7177
提供往返治疗中心的交通。

美国癌症协会 (ACS)
www.cancer.org
800-ACS-2345 (800-227-2345)
提供各种信息和服务，包括 Hope Lodge，Hope Lodge 是为患者和照护者在癌症治疗期间提供免费的住所。

癌症和工作
www.cancerandcareers.org
646-929-8032
为有工作的癌症患者提供的教育、工具和活动资源。

癌症*照护*
www.cancercare.org
800-813-4673
第七大道 275 号（西 25 和 26 大街之间）
纽约，邮编 NY 10001
提供咨询、支持小组、教育研讨会、刊物和财政援助。

癌症支持社区
www.cancersupportcommunity.org
为癌症患者提供支持和教育。

看护者行动网络
www.caregiveraction.org
800-896-3650
为照顾患有慢性疾病或残疾的亲人的人提供教育和支持。

企业天使网络

www.corpangelnetwork.org
866-328-1313
使用公司专机上的空座位，为患者提供免费的全国治疗交通。

Good Days
www.mygooddays.org
877-968-7233
为治疗期间的保险分摊费用提供经济援助。 患者必须有医疗保险，符合收入标准，并有开具了处方的药物（需为 Good Day 处方集涵盖的药物）。

HealthWell 基金会
www.healthwellfoundation.org
800-675-8416
提供财政援助，以支付保险分摊费用、医保费和某些药物和治疗的免赔额。

Joe’ s House
www.joeshouse.org
877-563-7468
为癌症患者及其家属提供治疗中心附近住所的清单。

LGBT 癌症项目
www.lgbtcancer.com
为 LGBT 社区提供支持和倡导，包括在线支持小组和 LGBT 友好型临床试验数据库。

LIVESTRONG Fertility
www.livestrong.org/fertility
855-744-7777
为癌症患者和幸存者提供生殖信息和支持（通常这些患者和幸存者的药物治疗会给他们带来不孕不育的相关风险）。

Look Good Feel Better 项目
www.lookgoodfeelbetter.org
800-395-LOOK (800-395-5665)
该项目提供研讨会，让您了解您可以做的事情，帮助您改善您对自己外表的看法。 如需了解更多信息或报名参加研讨会，请拨打上述号码或访问项目网站。

美国国家癌症研究所

www.cancer.gov
800-4-CANCER (800-422-6237)

美国国家老龄化委员会 (NCOA)
www.benefitscheckup.org
为老年人提供信息和资源。 提供 BenefitsCheckUp® 免费在线工具，帮助您对接处方药援助计划，包括 Medicare 的额外援助计划。

国家 LGBT 癌症网络
www.cancer-network.org
为 LGBT 癌症幸存者和有风险的人提供教育、培训和宣传。

Needy Meds
www.needymeds.org
提供专利药和仿制药的患者援助项目的清单。

NYRx
www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm
向纽约州公共部门雇主中满足要求的雇员和退休人员提供处方药物福利。

患者保险网络 (PAN) 基金会
www.panfoundation.org
866-316-7263
为有保险的患者提供保险分摊费用相关的协助。

患者权益基金会
www.patientadvocate.org
800-532-5274
提供获得医疗照护、财政援助、保险援助、工作留用援助的机会，以及获得国家保险不足资源目录的机会。

Red Door 社区（前称 Gilda’s Club）
www.reddoorcommunity.org
212-647-9700
在这里，癌症患者可以通过网络、研讨会、讲座和社交活动找到社会和情感支持。

RxHope

www.rxhope.com
877-267-0517
提供援助，帮助人们获得他们难以负担的药物。

Triage Cancer
www.triagecancer.org
为癌症患者及其照护者提供法律、医疗和财务信息与资源。

喉切除术、口腔癌和头颈部癌症支持服务

口腔癌和头颈癌患者支持组织 (SPOHNC)
www.spohnc.org
800-377-0928
向口腔癌和头颈癌患者提供信息和支持。

Web Whispers
www.webwhispers.org
为喉切除术患者和喉癌幸存者提供信息和支持。

教育资源

本节列有本指南中提到的教育资源。 这有助于您为手术做好准备并在术后恢复。

当您阅读这些资源时，请写下希望向您的医疗保健提供者咨询的问题。

- *照护者指南* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)
- *MSK 恢复情况跟踪的常见问题* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker)
- *癌症患者及其亲人的预立医疗照护计划* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *如何确定药物或补充剂中是否含有阿司匹林、其他 NSAID、维生素 E 或鱼油* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)
- *草药疗法和癌症治疗* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-

education/herbal-remedies-and-treatment)

- *如何担任医疗护理代理人* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)
- *患者自控镇痛 (PCA)* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca)

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