



## Инструкции по уходу после реконструкции молочной железы с использованием расширителя тканей

- Прекратите прием антибиотика (Stop taking your antibiotic):
  - сегодня (today)
  - завтра (tomorrow)
  - после завершения приема предписанной дозы (after you finish your prescribed dose)
  - другое (other) \_\_\_\_\_
- Можно принимать душ (It's OK to take a shower):
  - сегодня (today)
  - завтра (tomorrow)
  - через 48 часов (2 дня) (in 48 hours)
  - подождать до следующего приема (wait until your next appointment)
- Можно начинать пользоваться дезодорантом и бриться электробритвой (It's OK to start using deodorant and shaving with an electric razor):
  - сегодня (today)
  - завтра (tomorrow)
  - подождать до следующего приема (wait until your next appointment)
  - другое (other) \_\_\_\_\_

- Начните выполнять упражнения с руками над головой на восстановление амплитуды движений (Start your overhead range of motion exercises):

Сегодня (today)

Завтра (tomorrow)

подождать до следующего приема (wait until your next appointment)

другое (other) \_\_\_\_\_

Как ухаживать за молочными железами (How to care for your breast(s)): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Как ухаживать за местом введения дренажа (How to care for your drain site(s)): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Размер вашего расширителя тканей составляет (Your tissue expander size is):

\_\_\_\_\_

Объем вашего расширителя тканей составляет (The amount in your expander now is):

\_\_\_\_\_

Если вам предстоит магнитно-резонансная томография (magnetic resonance imaging, MRI), сообщите специалистам по выполнению MRI о наличии у вас расширителя тканей. MRI безопасно в некоторых, но не во всех ситуациях. Это зависит от того, почему вам нужна MRI. При возникновении вопросов поговорите со своей лечащей командой или отправьте письмо на электронную почту [MRISafety@mskcc.org](mailto:MRISafety@mskcc.org).

## Чего следует избегать

- не поднимайте ничего тяжелее 10 фунтов (4,5 кг);
- избегайте интенсивной физической нагрузки в течение 6 недель после операции;
- не прикладывайте к груди электрогрелки или лед;
- не носите бюстгалтеры с «косточками» (проволочным каркасом);
- не мочите разрез и не наносите на него лосьон до полного заживления (пока не отпадут корки).

Ваша лечащая команда скажет вам, когда вы сможете все это делать.

## Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас появились следующие симптомы:

- отек или увеличение молочной железы;
- отек в области подмышек;
- покраснение на груди;
- температура 101 °F (38,3 °C) или выше;
- озноб.

**В нерабочее время, а также в выходные и праздничные дни звоните по номеру 212-639-2000. Спросите дежурного специалиста отделения пластической хирургии.**

## Службы поддержки

Центр MSK сотрудничает со многими вспомогательными службами, которые могут быть вам полезны. Ниже приведены некоторые из них, в которые чаще всего обращаются после операции по реконструкции груди. Обращайтесь к нам за направлением по вопросам социальной работы, физиотерапии или трудотерапии.

### Центр по предоставлению консультаций (Counseling Center)

[www.msk.org/counseling](http://www.msk.org/counseling)

646-888-0200

Многим людям помогают психологические консультации. Мы предоставляем консультации отдельным лицам, парам, семьям и группам лиц, а также даем лекарства, чтобы помочь вам справиться с беспокойством или депрессией. Чтобы записаться на прием, попросите направление у своего медицинского сотрудника или позвоните по указанному выше номеру телефона.

## **Магазин Центра молочной железы и визуализации имени Эвелин Х. Лаудер (Evelyn H. Lauder Breast Center Boutique)**

646-888-5330

В Breast Boutique представлен большой выбор протезов, послеоперационных бюстгалтеров, маек, купальных костюмов и других предметов первой необходимости. Здесь работают профессиональные сертифицированные закройщицы, которые могут вам помочь. Адрес:

Центра молочной железы и визуализации имени Эвелин Х. Лаудер (Evelyn H. Lauder Breast Center) 2-й этаж,  
300 E. 66th St.  
New York, NY 10065

## **Программа интегративной медицины (Integrative Medicine Program)**

[www.msk.org/integrativemedicine](http://www.msk.org/integrativemedicine)

Наша Служба интегративной медицины предлагает пациентам различные услуги в дополнение к традиционному медицинскому уходу. Сюда входит музыкальная терапия, терапия души/тела, танцевальная и двигательная терапия, йога и тактильная терапия. Чтобы записаться на прием для получения этих услуг, позвоните по номеру 646-449-1010.

Вы также можете запланировать консультацию с медицинским сотрудником службы интегративной медицины. Совместно вы составите план, который поможет вам придерживаться здорового образа жизни и справляться с побочными эффектами. Для записи на прием позвоните по номеру 646-608-8550.

Если у вас появились вопросы, свяжитесь непосредственно с сотрудником вашей медицинской бригады. Если вы являетесь пациентом центра MSK, и вам нужно обратиться к медицинскому сотруднику после 17:00, в выходные или праздничные дни, позвоните по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

Инструкции по уходу после реконструкции молочной железы с использованием расширителя тканей — Последнее обновление: 2 октября 2023 г.

Все права сохранены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center