

Возрастная группа 13 лет и старше

Чего следует ожидать после торакотомии

Эта книга поможет вам узнать, что будет происходить каждый день во время вашего пребывания в больнице. В ней также описано, что вы можете делать, чтобы поскорее поправиться.

Для вашего выздоровления есть определенные цели. Все люди различны. Ваша ситуация может в точности не следовать этому пути. Ваш врач или медсестра (медбрат) расскажет вам, чего вам следует ожидать.



Memorial Sloan Kettering
Cancer Center

Ваше имя: _____

Ваша команда медицинского обслуживания _____

Имя вашего врача: _____

Номер телефона вашего врача: _____

Имя медсестры (медбрата): _____

Имя медсестры (медбрата): _____

Имя физиотерапевта: _____

Имя трудотерапевта: _____

Что произойдет после торакотомии	2
Введение.....	6
День операции.....	12
Через 1 день после операции.....	14
Через 2 дня после операции.....	16
Через 3 дня после операции.....	18
Через 4 дня после операции.....	20
Через 5 дней после операции	22
Регистрационный журнал	24
Игры	26

Чего следует ожидать после торакотомии

Возрастная группа 13 лет и старше

	День операции	Через 1 день после операции
Что мне следует делать?	<ul style="list-style-type: none"> Посидите в кресле в течение как минимум 30 минут. Выполняйте действия по уходу за собой в постели. Например, почистите зубы или умойтесь в постели. Используйте свой стимулирующий спирометр, вертушку или пускайте пузыри как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите. 	<ul style="list-style-type: none"> Сегодня следует встать с постели 3 раза. Каждый раз проводите вне постели как минимум 1 час. Сегодня следует выйти из палаты как минимум 3 раза. Выполняйте действия по уходу за собой, сидя на краю постели. Во время еды следует сидеть в кресле. Используйте свой стимулирующий спирометр, вертушку или пускайте пузыри как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.
Какие процедуры мне будут проводить?	<ul style="list-style-type: none"> Вам сделают рентген грудной клетки в вашей палате. 	<ul style="list-style-type: none"> Возможно, вам извлекут мочевой катетер.
Какие лекарства я буду принимать?	<p>Вы будете получать:</p> <ul style="list-style-type: none"> Обезболивающее лекарство через эпидуральную анальгезию, контролируемую пациентом, катетер, помещенный к периферическому нерву, или внутривенную анальгезию, контролируемую пациентом. Дополнительное обезболивающее лекарство, например ацетаминофен (Tylenol®), если вы в нем нуждаетесь. Лекарство для предотвращения расстройства желудка (тошноты). 	<p>Вы будете получать:</p> <ul style="list-style-type: none"> Обезболивающее лекарство через эпидуральную анальгезию, контролируемую пациентом, катетер, помещенный к периферическому нерву, или внутривенную анальгезию, контролируемую пациентом. Дополнительное обезболивающее лекарство, например ацетаминофен (Tylenol), если вы в нем нуждаетесь. Лекарство для предотвращения расстройства желудка, если вы в нем нуждаетесь. Лекарство, которое поможет вам сходить в туалет.
Что я буду делать, чтобы мое легкое окрепло?	<ul style="list-style-type: none"> Ежедневно вам будут проводить физиотерапию грудной клетки каждые 4 часа. Вам будут проводить физиотерапию и трудотерапию. Физиотерапевт или трудотерапевт посетят вас после операции. Он (она) поговорит с вами о том, как часто вам будут проводить физиотерапию и трудотерапию. 	

Ваш врач и медсестры (медбратья) будут ежедневно проверять вашу грудную трубку. Они извлекут ее, когда количество выходящей из нее жидкости будет достаточно низким. Это может произойти вскоре после вашей операции, или же через несколько дней после нее.

После извлечения грудной трубки вы начнете получать другой вид обезболивающего лекарства, которое нужно глотать (пероральное обезболивающее лекарство). Если для получения обезболивающего лекарства вам установлен эпидуральный катетер или катетер, помещенный в периферический нерв, ваш врач удалит его вскоре после извлечения вашей грудной трубки.

Что произойдет после торакотомии

Через 2 дня после операции	Через 3 дня после операции
<ul style="list-style-type: none"> • Проводите вне постели половину времени, когда вы не спите. • Проходите 1 полный круг вокруг сестринского отделения. Сегодня это следует сделать как минимум 3 раза. • Выполняйте действия по уходу за собой, стоя у раковины. • Во время еды следует сидеть в кресле. • Используйте свой стимулирующий спирометр, вертушку или пускайте пузыри как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите. 	<ul style="list-style-type: none"> • Проводите вне постели большую часть времени, когда вы не спите. • Проходите 2-3 полных круга вокруг сестринского отделения. Сегодня это следует сделать как минимум 3 раза. • Выполняйте действия по уходу за собой, стоя у раковины. • Во время еды следует сидеть в кресле. • Переоденьтесь в новую одежду. Если вам нужна помощь, попросите, чтобы вам помогли. • Используйте свой стимулирующий спирометр, вертушку или пускайте пузыри как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.
<ul style="list-style-type: none"> • Если у вас все еще есть мочевого катетер, его извлекут. 	
<p>Вы будете получать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обезболивающее лекарство. • Дополнительное обезболивающее лекарство (такое как Tylenol), если вы в нем нуждаетесь. • Лекарство, которое поможет вам сходить в туалет. 	<p>Вы будете получать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обезболивающее лекарство. • Дополнительное обезболивающее лекарство (такое как Tylenol), если вы в нем нуждаетесь. • Лекарство, которое поможет вам сходить в туалет.
<ul style="list-style-type: none"> • Ежедневно вам будут проводить физиотерапию грудной клетки каждые 4 часа. • Вам будут проводить физиотерапию и трудотерапию. Физиотерапевт или трудотерапевт навестит вас после операции. Он (она) поговорит с вами о том, как часто вам будут проводить физиотерапию и трудотерапию. 	

Чего следует ожидать после торакотомии

Возрастная группа 13 лет и старше

	Через 4 дня после операции	Через 5 дней после операции
Что мне следует делать?	<ul style="list-style-type: none">• Проводите вне постели почти все время, когда вы не спите.• Сегодня следует пройти как минимум 10 полных кругов вокруг сестринского отделения.• Выполняйте действия по уходу за собой, стоя у раковины.• Во время еды следует сидеть в кресле.• Самостоятельно переоденьтесь в новую одежду.• Используйте свой стимулирующий спирометр, вертушку или пускайте пузыри как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.	<ul style="list-style-type: none">• Проводите вне постели почти все время, когда вы не спите.• Сегодня следует пройти как минимум 10 полных кругов вокруг сестринского отделения.• Выполняйте действия по уходу за собой, стоя у раковины.• Во время еды следует сидеть в кресле.• Самостоятельно переоденьтесь в новую одежду.• Используйте свой стимулирующий спирометр, вертушку или пускайте пузыри как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.
Какие процедуры мне будут проводить?		
Какое обезболивающее лекарство я буду принимать?	<p>Вы будете получать:</p> <ul style="list-style-type: none">• Обезболивающее лекарство, если вы в нем нуждаетесь.	<p>Вы будете получать:</p> <ul style="list-style-type: none">• Обезболивающее лекарство, если вы в нем нуждаетесь.
Что я буду делать, чтобы мое легкое окрепло?	<ul style="list-style-type: none">• Ежедневно вам будут проводить физиотерапию грудной клетки каждые 4 часа.• Вам будут проводить физиотерапию и трудотерапию. Физиотерапевт или трудотерапевт навестит вас после операции. Он (она) поговорит с вами о том, как часто вам будут проводить физиотерапию и трудотерапию.	

Чего следует ожидать после торакотомии

Возрастная группа 13 лет и старше

Что я могу есть?

День проведения вашей операции вы начнете с употребления только жидкостей. В течение дня вы медленно попробуете употреблять твердую пищу.

В день после операции вы продолжите пробовать твердую пищу, чтобы можно было вернуться к обычному питанию.

Что такое стимулирующий спирометр?

Стимулирующий спирометр – это прибор, который помогает выполнять упражнения для легких.

Чтобы использовать стимулирующий спирометр, вам следует дышать ртом в трубку. Сначала сделайте медленный, глубокий вдох. Затем выдохните как обычно. Постарайтесь использовать стимулирующий спирометр по 10 раз каждый час, когда вы не спите.

Ваш врач может попросить, чтобы вы пускали пузыри или дули на вертушку вместо использования стимулирующего спирометра.



Использование стимулирующего спирометра

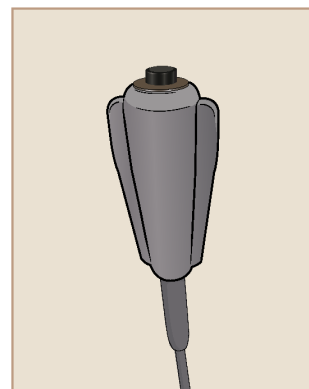
Как я могу получить лекарство для облегчения боли?

Существуют различные способы, с помощью которых вы можете получать лекарство для облегчения боли. Способ, с помощью которого вы получаете свое лекарство, основан на виде лекарства, которое вы получаете.

Спросите маму, папу, врача или медсестру (медбрата) о том, какой вид обезболивающего вы получаете. Вы можете получать более одного лекарства! Здесь перечислены различные виды обезболивающих лекарств, которые вы можете получать:

- **Эпидуральное обезболивающее лекарство:** Ваше лекарство будут вводить в спину через небольшую трубку. Трубка будет находиться недалеко от вашего позвоночника. Эта трубка называется эпидуральным катетером.
- **Катетер, помещенный в периферический нерв:** Это также называется блокадой нерва. Ваше лекарство будут вводить неподалеку от разреза, сделанного во время операции, через небольшую трубку. Эта трубка называется катетером, помещенным в периферический нерв.
- **Внутривенное обезболивающее лекарство:** Ваше лекарство будут вводить в кровь через небольшую трубку. Эта трубка называется внутривенной линией.
- **Пероральное обезболивающее лекарство:** Вы будете проглатывать свое лекарство. Оно может представлять собой жидкость, которую вы будете выпивать, или таблетку, которую вы будете глотать.

Если вы получаете эпидуральное обезболивающее лекарство или внутривенное обезболивающее лекарство, вы можете использовать анальгезию, контролируруемую пациентом, чтобы помочь с приемом лекарства. Анальгезия, контролируемая пациентом, представляет собой кнопку, которая будет давать вам лекарство от боли. Вы можете попросить маму, папу или медсестру (медбрата) нажимать вашу кнопку для анальгезии, контролируемой пациентом.



Кнопка для анальгезии, контролируемой пациентом

Чего следует ожидать после

торакамии

Возрастная группа 13 лет и старше

Что произойдет во время физиотерапии?

Физиотерапия также называется ФТ.

Во время физиотерапии ваш физиотерапевт будет помогать вам передвигаться. Он (она) будет помогать вам с такими вещами, как подъем с постели, ходьба, поднятие вверх и спускание вниз по лестнице. Он (она) убедится в том, чтобы во время передвижения вы находились в безопасности.

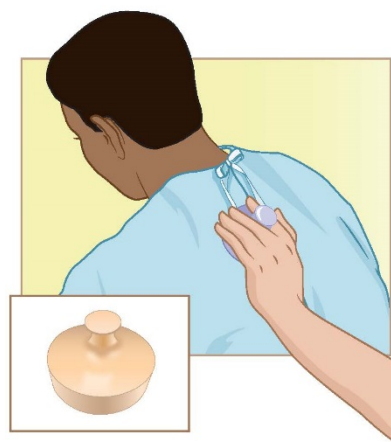
Ваш физиотерапевт также поможет укрепить ваши легкие. Чтобы это сделать, он (она) поможет вам использовать стимулирующий спирометр и глубоко дышать.

Вы можете проходить физиотерапию в своей палате, а можете ходить в другое место неподалеку.

Что произойдет во время физиотерапии грудной клетки?

Физиотерапия грудной клетки также называется ФТ грудной клетки.

Во время ФТ грудной клетки медсестра (медбрат) или физиотерапевт будут приходить в вашу палату. Когда они будут там, они будут постукивать по вашей спине специальным прибором, который имеет форму круга. Это поможет вам покашлять и очистить ваши легкие.



Проведение ФТ

Что произойдет во время трудовой терапии?

Трудовая терапия также называется ТТ.

Во время трудовой терапии ваш трудотерапевт поможет вам возобновить выполнение вещей, которые вы делаете для развлечения. Они могут включать такие вещи, как рисование или игры.

Ваш трудотерапевт также поможет вам вернуться к выполнению действий по уходу за собой. Действия по уходу за собой включают такие вещи, которые вы делаете для того, чтобы за собой ухаживать, например, чистка зубов или умывание.

Вы можете проходить трудовую терапию в своей палате, а можете ходить в другое место неподалеку.

Что такое лечение с помощью небулайзера?

Лечение с помощью небулайзера также называется ингаляционным лечением.

Иногда ваш врач или медсестра (медбрат) может попросить вас делать ингаляционное лечение. Для ингаляционного лечения вы будете вдыхать белый аэрозоль. Аэрозоль содержит в себе лекарство, которое поможет заживлению ваших легких. Он также поможет вам лучше дышать.

Существует 2 способа, с помощью которых вы можете вдыхать аэрозоль.

- Вы можете выдохнуть аэрозоль через маску, покрывающую ваш нос и рот. Взгляните на картинку [справа], чтобы увидеть, как выглядит маска.
- Вы можете вдыхать аэрозоль из длинной, синей трубки, которую вы держите близко к носу и рту.



Использование маски для ингаляционного лечения

Чего следует ожидать после торакотомии

Возрастная группа 13 лет и старше

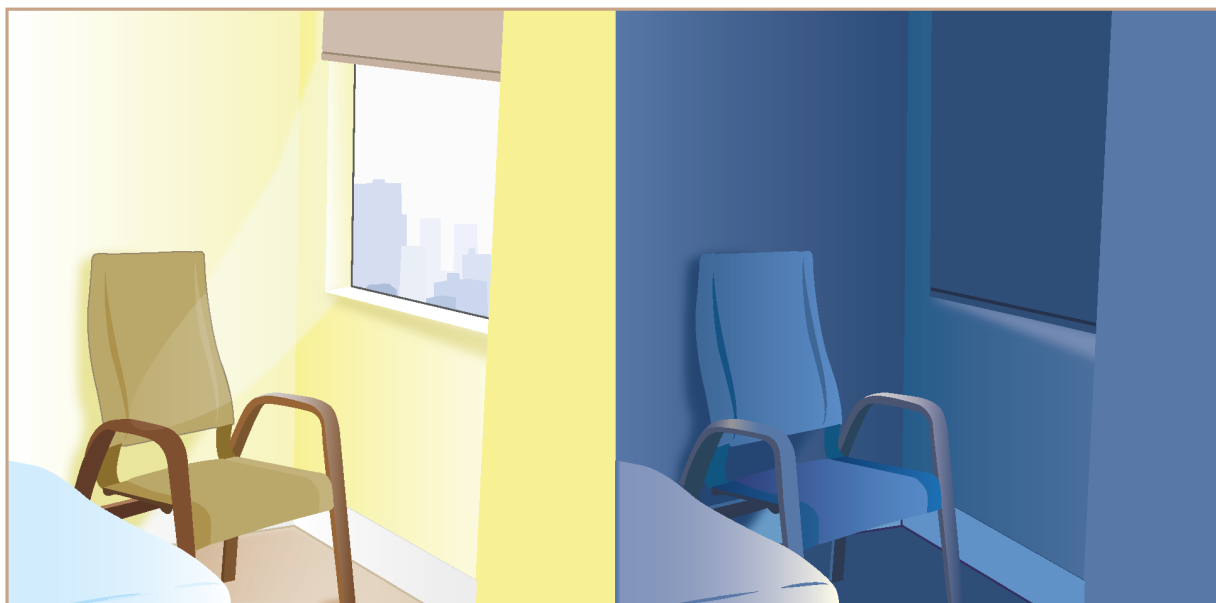
Когда извлекут мою грудную трубку?

Вашу грудную трубку извлекут, когда ваше легкое будет к этому готово. Это может произойти в любой день после вашей операции.

Каждый день ваш врач и медсестры (медбратья) будут проверять, сколько жидкости выходит из вашей грудной трубки. Когда будет выходить всего лишь небольшое количество жидкости, ваше легкое будет готово к удалению грудной трубки. Это может произойти вскоре после вашей операции или через несколько дней после нее.

Как я смогу хорошо спать?

В течение дня оставляйте шторы открытыми, чтобы в палату поступал свет. Ночью выключайте свет и поддерживайте тишину в палате.



Открывайте шторы в течение дня и закрывайте шторы ночью.

Как я могу узнать, что происходит вокруг меня?

Каждый день говорите, какой сегодня день и в какой палате вы находитесь. Называйте имена членов вашей семьи, ваших врачей и ваших медсестер (медбратьев).

Когда я смогу пойти домой?

Вы можете пойти домой, когда вашему легкому будет лучше. Вы будете знать, что вы готовы пойти домой, когда:

- Вам извлекут грудную трубку.
- Вы можете употреблять обычную пищу.
- Вы принимаете только обезболивающее лекарство, которое нужно глотать.

День операции

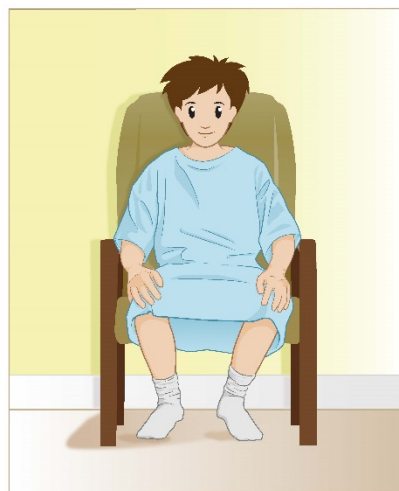
Что мне следует делать?

- Перейдите из постели в кресло. Посидите в кресле как минимум 30 минут.
- Выполняйте действия по уходу за собой, сидя в постели.
- Используйте свой стимулирующий спирометр или вертушку или пускайте пузыри. Делайте это как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.

Что я могу делать в моем кресле?

Вы можете делать много вещей в кресле! Вы можете:

- Сидеть и отдыхать.
- Смотреть телевизор.
- Читать книгу.
- Играть в видеоигры.
- Играть в игры.
- Делать поделку



Сидение в кресле

Каждый день вас будет навещать сотрудник Службы для детей (англ. ChildLife Services). Он (она) может дать вам еще больше идей. Вы также можете попросить маму, папу или медсестру (медбрата) позвонить в эту службу.

Номер ее телефона 212-639-8285.

Что такое действия по уходу за собой?

Действия по уходу за собой включают такие вещи, которые вы выполняете, чтобы за собой ухаживать. Некоторыми примерами являются чистка зубов и умывание.

День операции (продолжение)

Что мне следует делать?

Вам сделают рентген грудной клетки в вашей палате.

Что такое рентген?

Рентген – это специальная картинка внутренней части вашего тела.

Человек принесет аппарат для проведения рентгена в вашу палату, чтобы сделать картинку, когда вы лежите в постели.



Проведение рентгена грудной клетки

Какое лекарство я буду принимать?

Вы будете принимать обезболивающее лекарство.

- Вы будете получать обезболивающее лекарство через эпидуральный катетер, внутривенную линию или катетер, помещенный в периферический нерв.
- У вас может быть анальгезия, контролируемая пациентом, чтобы помочь с приемом обезболивающего лекарства.
- Вы будете получать дополнительное обезболивающее лекарство, такое как ацетаминофен, если вы в нем нуждаетесь.

Вы также будете принимать лекарство для предотвращения расстройства желудка (тошноты).

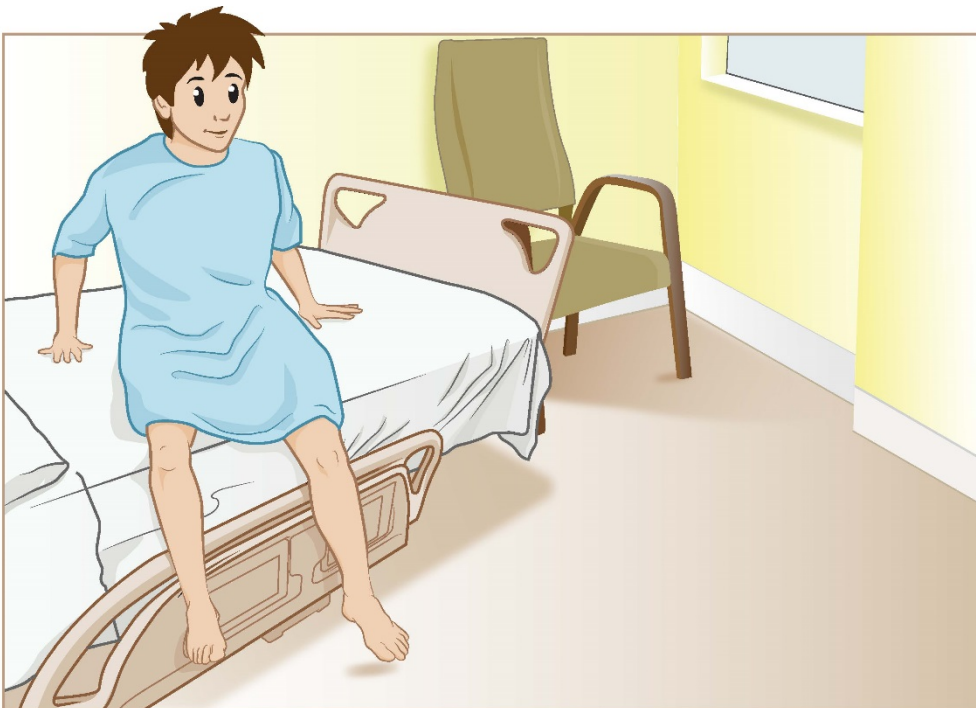
Что я буду делать, чтобы мое легкое окрепло?

- Вы будете вставать с постели. К вам будут приходить, чтобы вам помочь с этим.
- Вы будете проходить ФТ грудной клетки каждые 4 часа.
- Использовать стимулирующий спирометр или вертушку либо пускать пузыри.

Через 1 день после операции

Что мне следует делать?

- Сегодня вам следует встать с постели 3 раза. Каждый раз проводите как минимум 1 час вне постели.
- Сегодня вам следует выйти из палаты как минимум 3 раза.
- Выполняйте действия по уходу за собой, сидя на краю постели.
- Во время еды следует сидеть в кресле.
- Используйте стимулирующий спирометр или вертушку либо пускайте пузыри. Делайте это как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.



Подъем с постели

Какие процедуры мне будут проводить?

- Могут извлечь ваш мочевой катетер. Эта трубка, которая помогает вам ходить в туалет.
- Вашу грудную трубку извлекут, если ваше легкое к этому готово.
- Если у вас есть эпидуральный катетер, его извлекут после извлечения вашей грудной трубки.

Через 1 день после операции (продолжение)

Какое лекарство я буду принимать?

Вы будете принимать обезболивающее лекарство.

- Вы будете получать обезболивающее лекарство через эпидуральный катетер, внутривенную линию или катетер, помещенный в периферический нерв.
- У вас может быть анальгезия, контролируемая пациентом, чтобы помочь вам с приемом обезболивающего лекарства.
- Если ваша грудная трубка извлечена, ваше обезболивающее лекарство заменят на обезболивающее лекарство, которое вы глотаете.
- Вы будете получать дополнительное обезболивающее лекарство (такое как Tylenol), если вы в нем нуждаетесь.



Умывание на краю постели

Также вы будете принимать другие виды лекарств. Вы будете принимать:

- Лекарство, которое поможет вам сходить в туалет.
- Лекарство, которое предотвратит расстройство желудка (тошноту), если вы в нем нуждаетесь.

Через 2 дня после операции

Что мне следует делать?

- Проводите вне постели половину времени, когда вы не спите.
- Проходите 1 полный круг вокруг отделения. Сегодня это следует сделать как минимум 3 раза.
- Выполняйте действия по уходу за собой, стоя у раковины.
- Во время еды следует сидеть в кресле.
- Используйте стимулирующий спирометр или вертушку либо пускайте пузыри. Делайте это как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.



Чистка зубов

Через 2 дня после операции (продолжение)

Какие процедуры мне будут проводить?

- Если у вас все еще есть мочевого катетер, его извлекут. Это трубка, которая вам помогает ходить в туалет.
 - Вашу грудную трубку извлекут, если ваше легкое к этому готово.
 - Если у вас есть эпидуральный катетер, его извлекут после извлечения вашей грудной трубки.
-

Какое лекарство я буду принимать?

Вы будете принимать обезболивающее лекарство.

- Если ваша грудная трубка извлечена, ваше обезболивающее лекарство заменят на обезболивающее лекарство, которое вы глотаете.
- Вы будете получать дополнительное обезболивающее лекарство (такое как Tylenol), если вы в нем нуждаетесь.

Также вы будете принимать лекарство, которое поможет вам сходить в туалет.

Что я буду делать, чтобы мое легкое окрепло?

- Вам могут проводить физиотерапию, трудовую терапию или оба вида терапии.
- Вам будут проводить физиотерапию грудной клетки каждые 4 часа.
- Использовать стимулирующий спирометр или вертушку либо пускать пузыри.

Через 3 дня после операции

Что мне следует делать?

- Проводите вне постели большую часть времени, когда вы не спите.
 - Проходите 2-3 полных круга вокруг отделения. Сегодня это следует сделать как минимум 3 раза.
 - Выполняйте действия по уходу за собой, стоя у раковины.
 - Во время еды следует сидеть в кресле.
 - Переоденьтесь в новую пижаму или одежду. Вы можете попросить помощи у мамы или папы.
 - Используйте стимулирующий спирометр или вертушку либо пускайте пузыри. Делайте это как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.
-

Какие процедуры мне будут проводить?

- Вашу грудную трубку извлекут, если ваше легкое к этому готово.
 - Если у вас есть эпидуральный катетер, его извлекут после извлечения вашей грудной трубки.
-

Какое лекарство я буду принимать?

Вы будете принимать обезболивающее лекарство.

- Если ваша грудная трубка извлечена, ваше обезболивающее лекарство заменят на обезболивающее лекарство, которое вы глотаете.
- Вы будете получать дополнительное обезболивающее лекарство (такое как Tylenol), если вы в нем нуждаетесь.

Также вы будете принимать лекарство, которое поможет вам сходить в туалет.

Через 3 дня после операции (продолжение)

Что я буду делать, чтобы мое легкое окрепло?

- Вам могут проводить физиотерапию, трудовую терапию или оба вида терапии.
- Вам будут проводить физиотерапию грудной клетки каждые 4 часа.
- Использовать стимулирующий спирометр или вертушку либо пускать пузыри.



Прогулка вокруг отделения

Через 4 дня после операции

Что мне следует делать?

- Проводите вне постели почти все время, когда вы не спите.
 - Сегодня вам следует пройти как минимум 10 кругов вокруг отделения.
 - Выполняйте действия по уходу за собой, стоя у раковины.
 - Во время еды следует сидеть в кресле.
 - Самостоятельно переоденьтесь в новую пижаму или одежду.
 - Используйте стимулирующий спирометр или вертушку либо пускайте пузыри. Делайте это как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.
-

Какие процедуры мне будут проводить?

- Вашу грудную трубку извлекут, если ваше легкое к этому готово.
 - Если у вас есть эпидуральный катетер, его извлекут после извлечения вашей грудной трубки.
-

Какое лекарство я буду принимать?

Вы будете принимать обезболивающее лекарство.

- Если ваша грудная трубка извлечена, ваше обезболивающее лекарство заменят на обезболивающее лекарство, которое вы глотаете.
- Вы медленно будете принимать меньшее количество обезболивающего лекарства. Вы по-прежнему будете принимать обезболивающее лекарство, которое нужно глотать, если вы в нем нуждаетесь.

Через 4 дня после операции (продолжение)

Что я буду делать, чтобы мое легкое окрепло?

- Вам могут проводить физиотерапию, трудовую терапию или оба вида терапии.
- Вам будут проводить физиотерапию грудной клетки каждые 4 часа.
- Использовать стимулирующий спирометр или вертушку либо пускать пузыри.



Переодевание в новую одежду

Через 5 дней после операции

Что мне следует делать?

- Проводите вне постели почти все время, когда вы не спите.
- Сегодня вам следует пройти как минимум 10 кругов вокруг отделения.
- Выполняйте действия по уходу за собой, стоя у раковины.
- Во время еды следует сидеть в кресле.
- Самостоятельно переоденьтесь в новую пижаму или одежду.
- Используйте стимулирующий спирометр или вертушку либо пускайте пузыри. Делайте это как минимум по 10 раз каждый час, когда вы не спите.



Умывание над раковиной

Через 5 дней после операции (продолжение)

Какие процедуры мне будут проводить?

- Вашу грудную трубку извлекут, если ваше легкое к этому готово.
 - Если у вас есть эпидуральный катетер, его извлекут после извлечения вашей грудной трубки.
-

Какое лекарство я буду принимать?

Вы будете принимать обезболивающее лекарство.

- Если ваша грудная трубка извлечена, ваше обезболивающее лекарство заменят на обезболивающее лекарство, которое вы глотаете.
 - Вы медленно начнете принимать меньшее количество обезболивающего лекарства. Вы по-прежнему будете принимать обезболивающее лекарство, которое нужно глотать, если вы в нем нуждаетесь.
-

Что я буду делать, чтобы мое легкое окрепло?

- Вам могут проводить физиотерапию, трудовую терапию или оба вида терапии.
- Вам будут проводить физиотерапию грудной клетки каждые 4 часа.
- Использовать стимулирующий спирометр или вертушку либо пускать пузыри.

Если вы проведете в больнице более 5 дней, ничего страшного! Вы можете следовать инструкциям на этих страницах.

Если у вас возникнут вопросы, задайте их маме, папе, врачу или медсестре (медбрату).

Чтого следует ожидать после торакотомии

Возрастная группа 13 лет и старше

Двигайтесь!

Прочитайте указания в каждой клетке.

Прикрепите наклейку или напишите X в клетке после выполнения указаний.

День операции	Перейдите из постели в кресло.	Посидите в кресле 30 минут.		
Через 1 день после операции	Проводите вне постели 1 час.	Проводите вне постели 1 час.	Проводите вне постели 1 час.	
Через 2 дня после операции	Пройдите 1 круг вокруг отделения.	Пройдите 1 круг вокруг отделения.	Пройдите 1 круг вокруг отделения.	
Через 3 дня после операции	Пройдите 2 круга вокруг отделения.	Пройдите 2 круга вокруг отделения.	Пройдите 2 круга вокруг отделения.	
Через 4 дня после операции	Пройдите более 2 кругов вокруг отделения.	Пройдите более 2 кругов вокруг отделения.	Пройдите более 2 кругов вокруг отделения.	Пройдите более 2 кругов вокруг отделения.
Через 5 дней после операции	Пройдите более 2 кругов вокруг отделения.	Пройдите более 2 кругов вокруг отделения.	Пройдите более 2 кругов вокруг отделения.	Пройдите более 2 кругов вокруг отделения.

Делайте упражнения для легких!

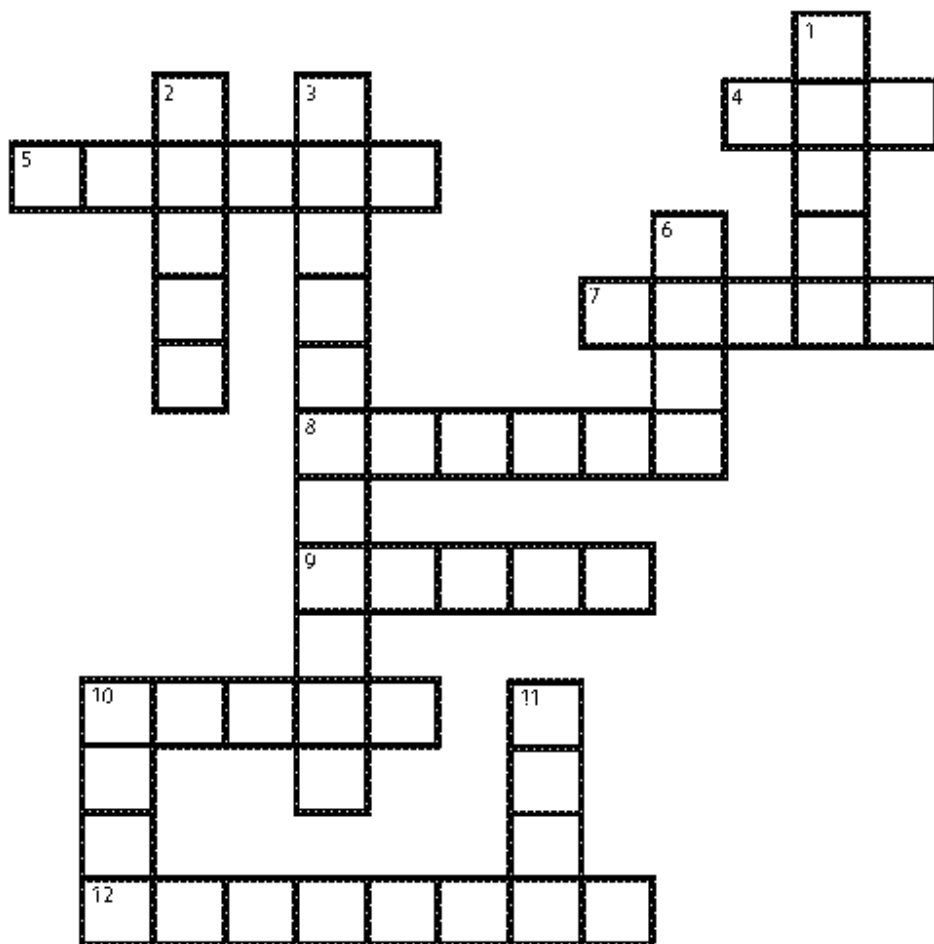
Старайтесь делать упражнения для легких по 10 раз каждый час, когда вы не спите. Их можно делать с помощью вашего стимулирующего спирометра, пускания пузырей или дутья на вертушку.

Поместите наклейку или напишите X в клетке каждый раз, когда вы сделаете упражнения для легких 10 раз.

День операции	Через 1 день после операции	Через 2 дня после операции	Через 3 дня после операции	Через 4 дня после операции	Через 5 дней после операции
6:00					
7:00					
8:00					
9:00					
10:00					
11:00					
12:00					
13:00					
14:00					
15:00					
16:00					
17:00					
18:00					
19:00					
20:00					
21:00					
22:00					

Кроссворд

Используйте ключ, чтобы разгадать кроссворд.



По горизонтали

4. Покрыта рукавами вашей рубашки.
5. Человек, который выписывает лекарство.
7. Куда кладут вилку.
8. Большой палец на ноге.
9. Я переел. Теперь у меня болит _____.
10. Я возьму немного _____ - grease, чтобы убрать ржавчину.
12. Куда съезжают с дороги, когда проколота шина.

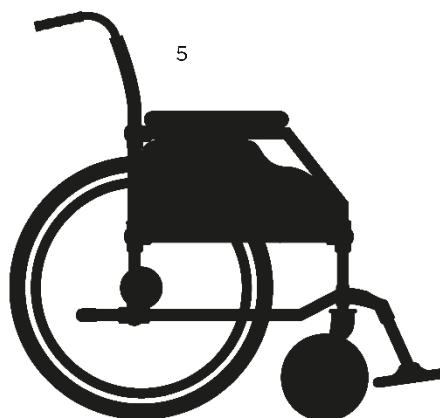
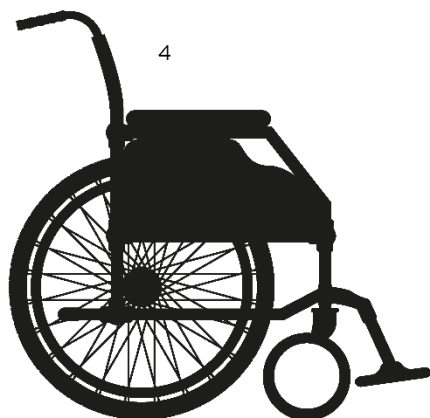
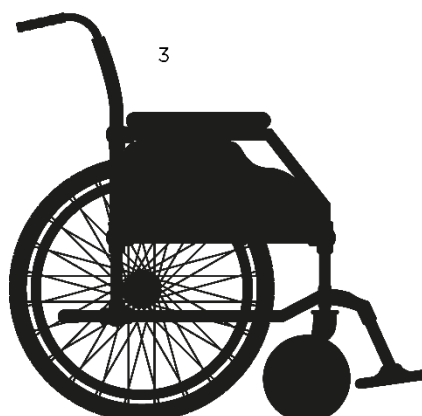
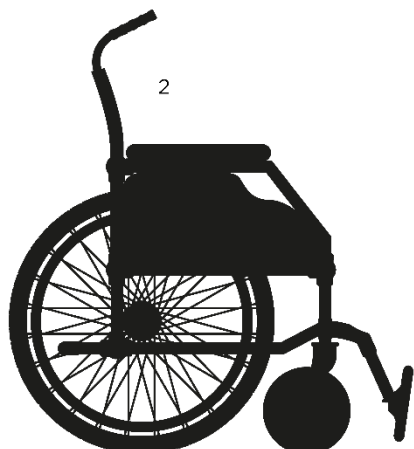
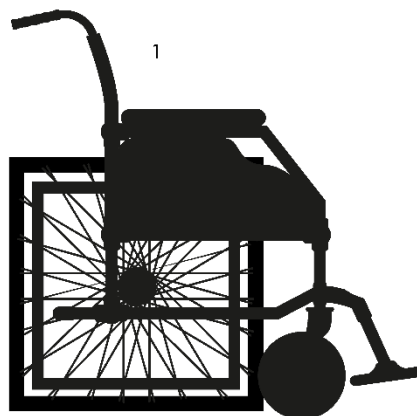
По вертикали

1. Где вы носите браслет или часы.
2. Юморист нас всех _____ своим номером.
3. Где собираются все ворсинки.
6. Это пахнет.
10. Скажи-ка мне еще раз, я весь _____.
11. Я упал с велосипеда и поцарапал _____.

Подбор теней



Найдите тень, которая соответствует оригиналу.
















































Какая тень соответствует оригиналу?

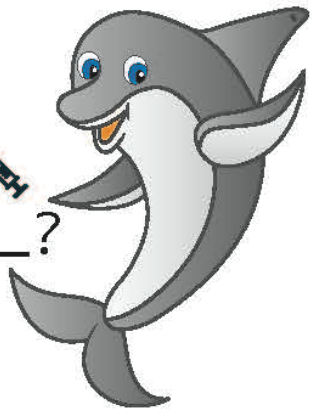


Взлом кода

Взломайте код!

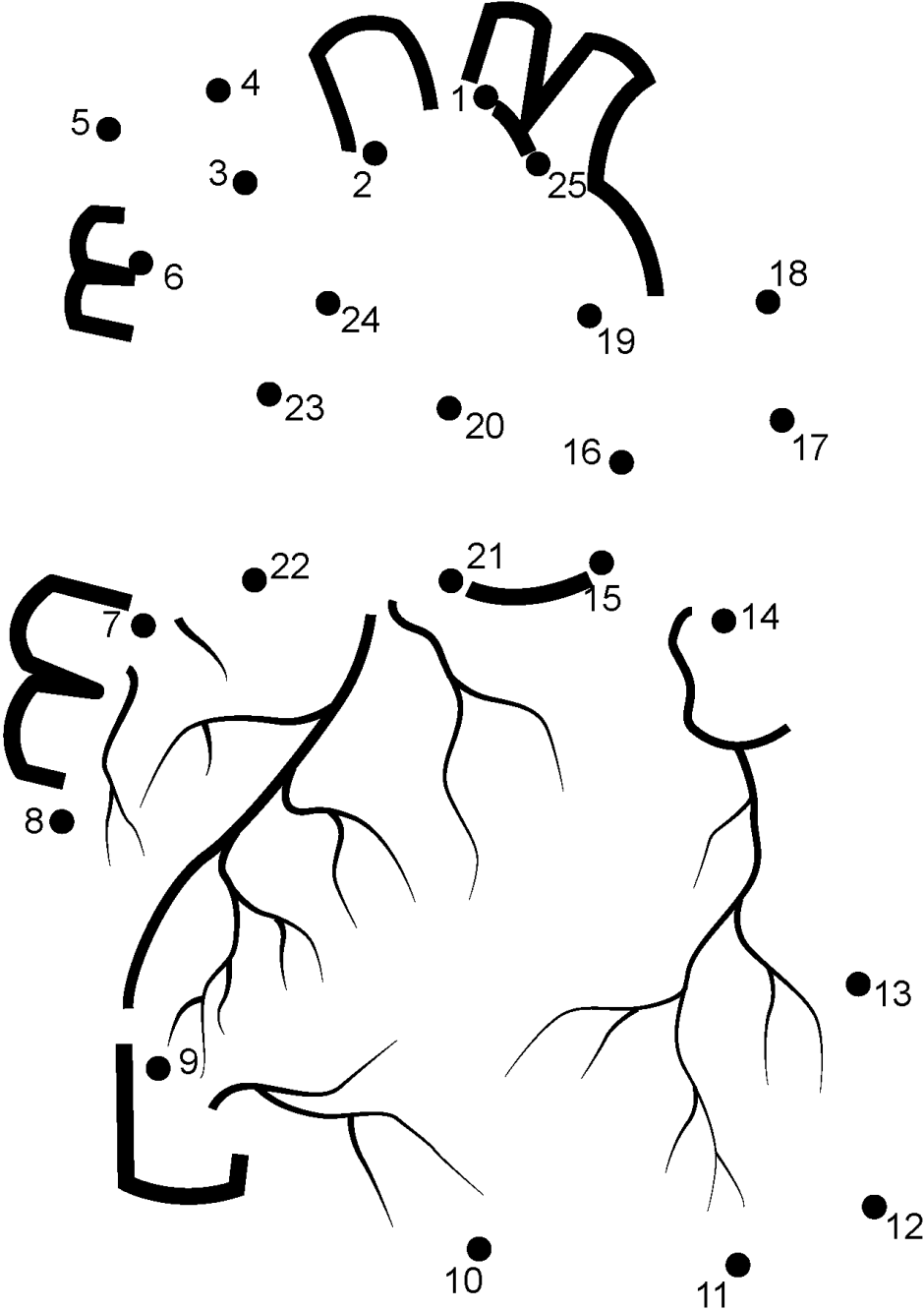
									
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
									
K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T
									
	U	V	W	X	Y	Z			

										
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____		
										
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	
										
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____		
								?		
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____		
										
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____		
										
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____



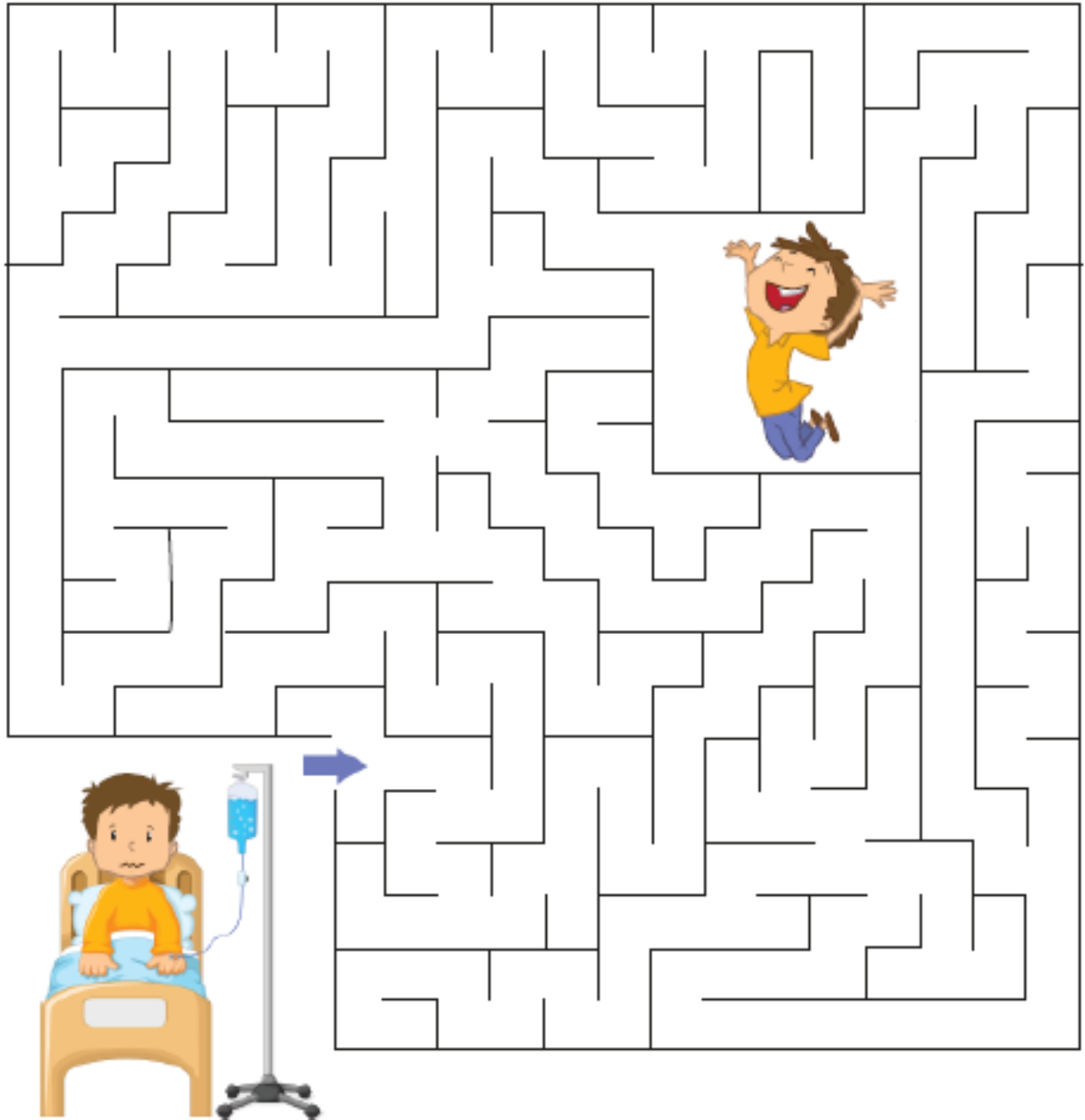
Соединение точек

Соедините точки, чтобы нарисовать картинку.



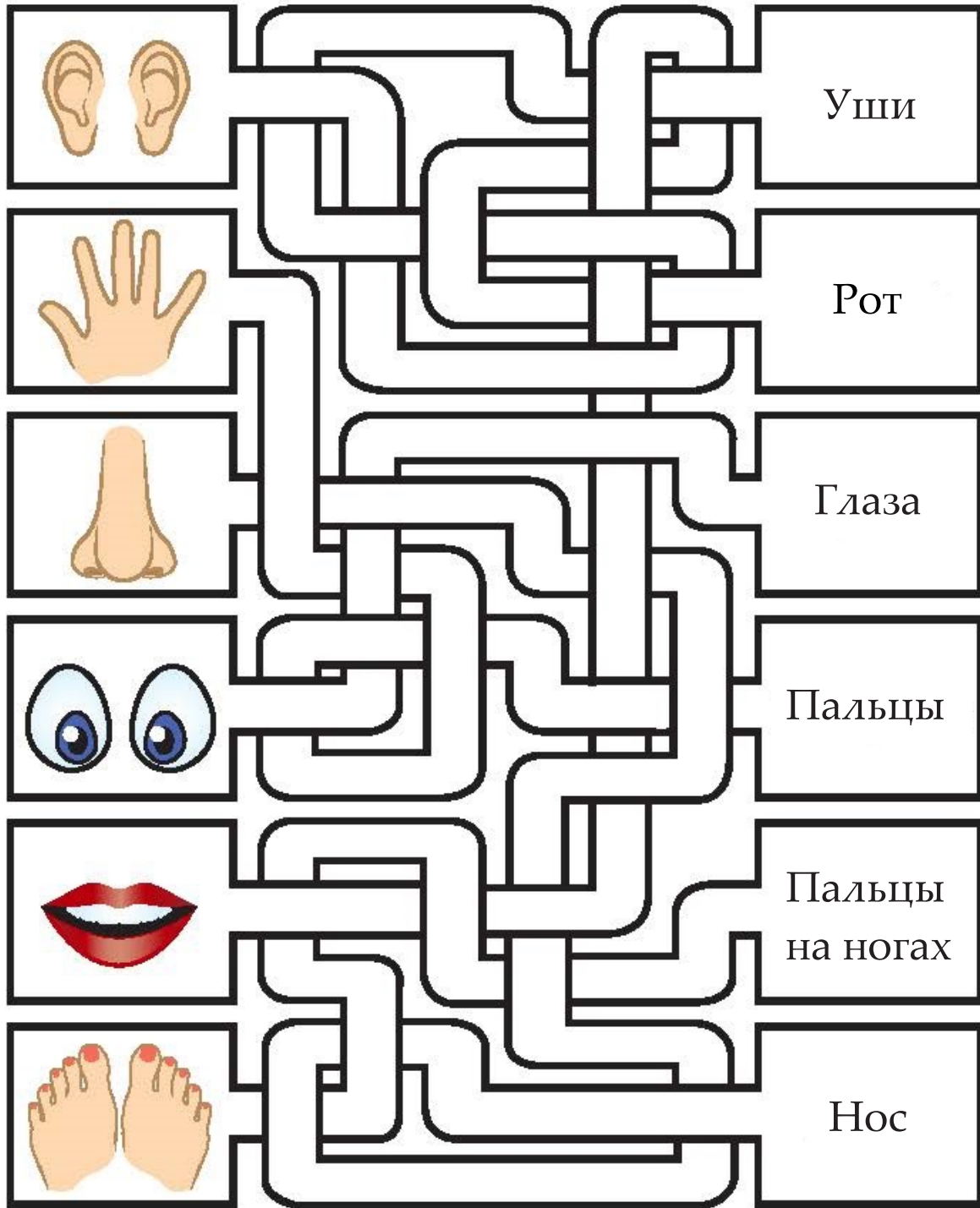
Лабиринт

Найдите выход из лабиринта.



Найдите путь

Найдите правильный путь, чтобы соединить картинку с названием.



Головоломка «Найди слово»

Найдите слова.

M O M R B T E U J D U A X S P I N E
 C Q T H R O A T Y M V S W R A H P N
 W R C G O U C A F T H E M F G Q X O
 R Y I C E C R E A M W O T U C B G D
 G L W D E T V M T L R V S W N I Y A
 L W V I R F J L Q U V E H P X Y H D
 O E X G D C N Y F N U W Z M I K J V
 V P T D O R C A Y G O Z W R J T B I
 E A N P C F U S W S Y N R A Q W A U
 S R C E T W T U M M Y N U G T S Q L
 M L K R O E Y X Q E B H M B E D A Y
 R F Y V R B H T R S W A Y X G T U O
 W V D U O K L H C M A S K R E N M P
 E T G X N P U E G F B Y S I V U Z W
 R B C U H T W A Y B W X F T S R E A
 R B X R A Y O R Z Q Y H A W M S V Y
 E Q Y V B U W T A M T N I Y D E T A

Bed (постель)	Gloves (перчатки)	Medicine (лекарство)	Spirometer (спирометр)
Bubbles (пузыри)	Heart (сердце)	Nebulizer (небулайзер)	Stomach (желудок)
Callbutton (кнопка вызова)	Hospital (больница)	Nurse (медсестра)	Surgery (операция)
Chest (грудная клетка)	Ice Cream (мороженое)	PCA (анальгезия, контролируемая пациентом)	Therapist (терапевт)
Doctor (врач)	Lungs (легкие)	Selfcare (уход за собой)	Throat (горло)
Epidural (эпидуральный)	Mask (маска)	Spine (позвоночник)	Xray(рентген)



Memorial Sloan Kettering
Cancer Center