



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И
УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Об операции лампэктомии с удалением подмышечных лимфоузлов

Это руководство поможет вам подготовиться к операции лампэктомии с удалением подмышечных лимфоузлов в центре Memorial Sloan Kettering (MSK). Они также помогут вам понять, что ожидать в процессе выздоровления.

Используйте это руководство как источник информации в дни перед операцией. Возьмите его с собой в день операции.

Информация об операции

В этом руководстве описано несколько типов операций на молочных железах. Вам могут провести:

- лампэктомию и биопсию сигнального лимфоузла;
- лампэктомию и биопсию сигнального лимфоузла, возможно, с удалением подмышечных лимфоузлов;
- лампэктомию с удалением подмышечных лимфоузлов;
- другую аналогичную операцию.

Лампэктомия

Лампэктомия — это операция по удалению злокачественной (раковой) опухоли из молочной железы. Удаляется только

опухоль и небольшая область здоровой ткани вокруг нее. Лампэктомия является органосохраняющей операцией, позволяющей сохранить форму груди и, как правило, сосок.

Во время операции хирург также может удалить один или несколько лимфоузлов в области подмышки. В большинстве случаев проводится биопсия сигнального лимфоузла. Затем патологоанатом проверяет, распространился ли рак на лимфоузлы. Патологоанатом — это врач, который изучает ткани организма под микроскопом для диагностики заболеваний.

Биопсия сигнального лимфоузла

Биопсия сигнального лимфоузла — это удаление сигнальных лимфоузлов и их проверка на наличие раковых клеток.

Сигнальные лимфоузлы — это первые лимфоузлы в подмышечной впадине, через который проходит отток лимфатической жидкости от опухоли молочной железы. В случае распространения раковых клеток этот процесс обычно в первую очередь затрагивает сигнальные лимфоузлы. Хирург определит сигнальные лимфоузлы путем инъекции специального красителя в молочную железу.

Если вам проводят биопсию сигнального лимфоузла, то ваша операция может предусматривать лимфатическую разметку. Более подробная информация об этой процедуре приводится ниже в этом руководстве.

Ваш хирург может отправить сигнальные лимфоузлы гистопатологу непосредственно во время операции. Если гистопатолог обнаружит раковые клетки, хирург может

удалить подмышечные лимфоузлы.

Удаление подмышечного лимфоузла

Удаление подмышечных лимфоузлов — это удаление большинства или всех лимфоузлов в области подмышки. Количество удаляемых лимфоузлов у всех людей разное.

Локализация патологии молочной железы имплантатом

Некоторым пациентам также может потребоваться локализация патологии молочной железы имплантатом. Это процедура, в ходе которой крохотный металлический имплантат помещается в патологические ткани молочной железы. Этот металлический имплантат поможет хирургу найти патологические ткани во время операции. Если вам планируют провести локализацию патологии молочной железы имплантатом, медсестра/медбрат предоставит вам дополнительную информацию.

Информация о лимфатической системе

Если вам предстоит биопсия сигнального лимфоузла или удаление подмышечного лимфоузла, полезно знать, как работает лимфатическая система. Лимфатическая система выполняет 2 функции:

- помогает бороться с инфекциями;
- способствует оттоку жидкости от разных участков тела.

Ваша лимфатическая система состоит из лимфоузлов, лимфатических сосудов и лимфатической жидкости (см. рисунок 1).

- **Лимфатические узлы** — это небольшие железы в форме

фасоли, расположенные вдоль лимфатических сосудов. Ваши лимфатические узлы фильтруют лимфатическую жидкость, задерживая бактерии, вирусы, раковые клетки и продукты обмена веществ.

- **Лимфатические сосуды** — это крохотные трубочки, похожие на кровеносные сосуды, по которым жидкость течет к лимфоузлам и от них.
- **Лимфатическая жидкость** — это прозрачная жидкость, которая движется по лимфатической системе. Она переносит клетки, которые помогают бороться с инфекциями и другими болезнями.

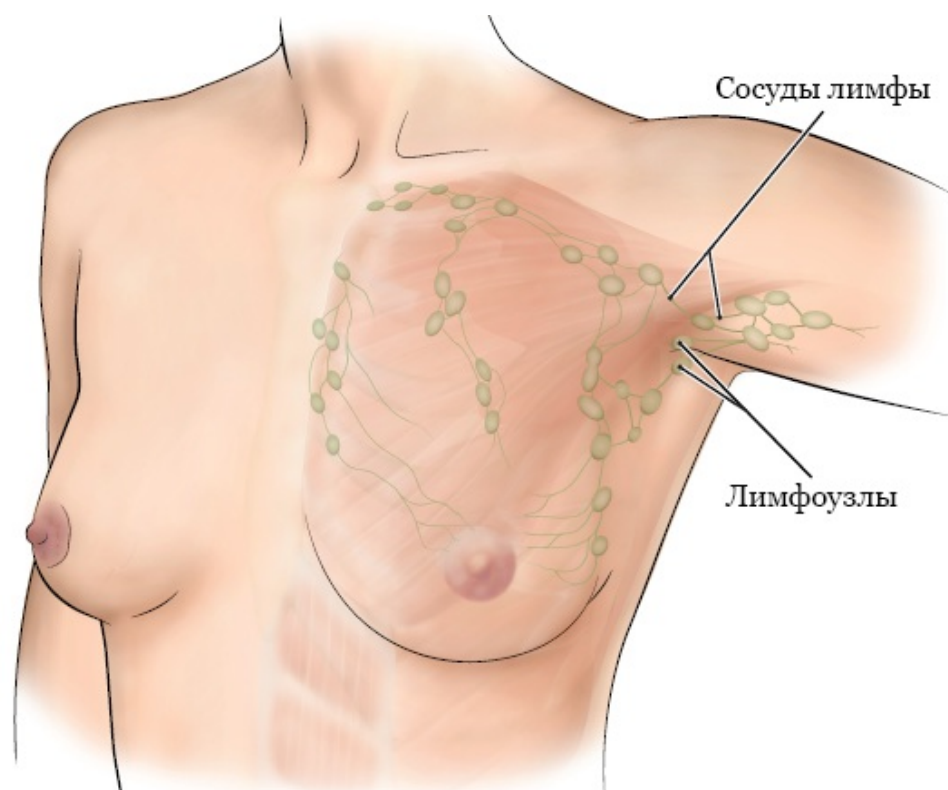


Рисунок 1. Лимфатическая система в груди и в области подмышки

Подготовка к операции

Этот раздел поможет вам подготовиться к операции.

Прочтите его после назначения вам операции. Обращайтесь к нему по мере приближения даты операции. В нем содержатся важные сведения о том, как вам нужно будет подготовиться.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, чтобы задать их своему медицинскому сотруднику.

Подготовка к операции

Вы и ваша лечащая команда будете готовиться к операции вместе. Помогите нам обеспечить вашу безопасность: скажите нам, соответствует ли какое-либо из этих утверждений вашей ситуации, даже если вы не совсем в этом уверены.

- Я принимаю антикоагулянты (лекарства, разжижающие кровь), например:
 - Aspirin
 - Heparin
 - Warfarin (Jantoven[®], Coumadin[®])
 - Clopidogrel (Plavix[®])
 - Enoxaparin (Lovenox[®])
 - Dabigatran (Pradaxa[®])
 - Apixaban (Eliquis[®])
 - Rivaroxaban (Xarelto[®])
- Я принимаю ингибитор SGLT2, например:
 - Canagliflozin (Invokana[®])
 - Dapagliflozin (Farxiga[®])

- Empagliflozin (Jardiance®)
- Ertugliflozin (Steglatro®)
- Я принимаю рецептурные препараты, включая пластыри и мази. Рецептурный препарат — это лекарство, которое можно получить только по рецепту врача.
- Я принимаю безрецептурные препараты, включая пластыри и кремы. Безрецептурный препарат — это лекарство, которое можно купить без рецепта.
- Я принимаю пищевые добавки, например, травы, витамины, минералы, а также натуральные или домашние лечебные средства.
- У меня есть кардиостимулятор, автоматический имплантируемый кардиовертер-дефибриллятор (AICD) или другой прибор для стимуляции работы сердца.
- У меня случаются приступы апноэ во сне.
- В прошлом у меня были проблемы с анестезией. Анестезия — это лекарство, под действием которого вы заснете во время процедуры.
- У меня аллергия на некоторые лекарства или материалы,

Ниже приведены
примеры
лекарств.

Существуют и
другие
аналогичные
препараты,

**поэтому
обязательно
сообщите
своему
медицинскому
сотруднику обо
всех
принимаемых
вами
лекарствах и
пищевых
добавках.**

в том числе латекс.

- Я не хочу, чтобы мне делали переливание крови.
- Я употребляю алкоголь.
- Я курю или использую электронные устройства для курения, например, вейп или одноразовые электронные сигареты.
- Я употребляю легкие наркотики, например, марихуану.

Предотвращение беременности

Если существует вероятность того, что вы можете забеременеть перед операцией, обязательно используйте не содержащие гормонов противозачаточные средства (контрацепцию). К примеру, можно использовать презерватив, диафрагму или медную внутриматочную спираль (Paragard®).

Если у вас возникли вопросы о противозачаточных средствах, или если вам нужна помощь в выборе подходящего для вас противозачаточного средства, проконсультируйтесь со своим гинекологом.

Сохранение детородной функции

Многим женщинам необходимо предотвращать беременность во время лечения. Если ваш врач сказал, что вам следует исключить беременность в течение некоторого времени, а вы хотите иметь детей в будущем, рекомендуем вам подумать о том, чтобы сдать свои яйцеклетки на хранение. Для получения дополнительной информации прочтите материал *Сохранение детородной функции перед лечением рака: варианты для людей, у которых при*

рождении были яичники и матка (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment).

Об употреблении алкоголя

Очень важно сообщить медицинским сотрудникам, сколько алкоголя вы употребляете. Это поможет нам спланировать ваше лечение.

Если вы употребляете алкоголь регулярно, существует риск возникновения проблем во время и после проведения операции. Они включают кровотечение, инфекции, проблемы с сердцем и более длительное стационарное лечение.

Если вы регулярно употребляете алкоголь, резкое прекращение его употребления может спровоцировать судорожные припадки, алкогольный делирий и привести к летальному исходу. Если мы будем знать, что вы подвержены риску возникновения этих проблем, мы сможем назначить вам лекарства для их предупреждения.

Чтобы предотвратить возможные проблемы, перед операцией сделайте следующее:

- Честно сообщить медицинским сотрудникам, в каком количестве вы употребляете алкоголь.
- После назначения операции попытаться прекратить употребление алкогольных напитков. Немедленно сообщите своему медицинскому сотруднику, если вы:
 - испытываете головную боль;

- чувствуете тошноту (как будто вас вот-вот вырвет);
- испытываете тревогу (нервозность или беспокойство) сильнее, чем обычно;
- не можете спать.

Это ранние признаки, связанные с отказом от алкоголя, которые можно вылечить.

- Сообщить медицинскому сотруднику, если вы не в силах прекратить употребление алкоголя.
- Задайте медицинскому сотруднику вопросы о том, как может повлиять употребление алкоголя на ваш организм в связи с операцией. Как всегда, мы обеспечим конфиденциальность всех ваших медицинских данных.

О курении

Во время проведения операции у курящих могут возникнуть проблемы, связанные с дыханием. Отказ от курения даже за несколько дней до операции поможет предотвратить подобные проблемы.

Если вы курите, ваш медицинский сотрудник направит вас к специалистам нашей [программы лечения табакозависимости \(Tobacco Treatment Program\)](#). Вы также можете обратиться в эту программу по телефону 212-610-0507.

Информация о приступах апноэ во сне

Приступы апноэ во сне — это распространенная проблема с дыханием. Во время приступа апноэ во сне вы ненадолго перестаете дышать. Самый распространенный вид —

синдром обструктивного апноэ во сне (obstructive sleep apnea, OSA). При OSA дыхательные пути полностью блокируются во время сна.

OSA может вызвать серьезные осложнения во время и после операции. Сообщите нам, если у вас случаются или, как вы думаете, могут случаться приступы апноэ во сне. Если вы используете дыхательный аппарат (например, аппарат СИПАП [CPAP]), возьмите его с собой в день проведения операции.

Использование MyMSK

MyMSK (my.mskcc.org) — это портал для пациентов центра MSK. Вы можете использовать ее, чтобы общаться со своей лечащей командой, отправляя и получая сообщения, просматривать результаты анализов, уточнять дату и время визитов и прочее. Вы также можете предложить ухаживающему за вами лицу создать свою учетную запись, чтобы видеть информацию о вашем лечении.

Если у вас нет учетной записи MyMSK, вы можете зарегистрироваться на веб-сайте my.mskcc.org. Чтобы получить идентификационный номер для регистрации, можете позвонить по номеру 646-227-2593 или обратиться к своему врачу.

Для получения дополнительной информации посмотрите видеоролик *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymask-patient-portal). Вы также можете обратиться в справочную службу MyMSK (MyMSK

Help Desk) по адресу электронной почты mymask@mskcc.org или по номеру телефона 800-248-0593.

В течение 30 дней до операции Дооперационное исследование (PST)

Перед операцией вам нужно будет пройти предоперационное исследование. Дата, время и место приема будут указаны в памятке, которую вы получите в кабинете хирурга. Чтобы получить информацию о парковке и указания о том, как добраться до всех отделений центра MSK, перейдите по ссылке www.msk.org/parking.

В день назначенного дооперационного исследования вы можете принимать пищу и лекарства как обычно.

Вы поможете нам, если на прием возьмете с собой:

- Список всех принимаемых вами лекарств, включая рецептурные и безрецептурные препараты, пластыри и кремы.
- Результаты каких-либо медицинских исследований за последний год, проведенных за пределами MSK, если они у вас есть. Это могут быть результаты электрокардиограммы с нагрузкой, эхокардиограмма, каротидная доплерография и т. д.
- Имена и телефонные номера ваших медицинских сотрудников.

Во время PST вы познакомитесь с медсестрой/медбратом высшей квалификации (advance practice provider (APP)). Это медицинский сотрудник, работающий с анестезиологами

центра MSK и имеющий специальную подготовку по использованию анестезии во время операции или процедуры.

АРР вместе с вами просмотрит медицинскую карту и вашу историю хирургических операций. Для планирования лечения вам может потребоваться пройти ряд обследований, они перечислены ниже.

- Электрокардиограмма (electrocardiogram (ЕКГ)) для проверки вашего сердечного ритма.
- Рентген грудной клетки.
- Анализы крови.

АРР может порекомендовать вам обратиться к другим медицинским специалистам, а также скажет, какие лекарства принять утром в день операции.

Определите, кто будет ухаживать за вами

Важная роль в процессе вашего лечения отводится лицу, осуществляющему уход. Перед операцией медицинские сотрудники расскажут вам и лицу, ухаживающему за вами, об операции. После операции и выписки из больницы этот человек отвезет вас домой. Также этот человек будет помогать вам дома.

Информация для ухаживающих за пациентами лиц



Уход за человеком, который проходит лечение от рака, предполагает многочисленные обязанности. Мы предлагаем материалы и поддержку, чтобы помочь вам справиться с ними. Для получения

дополнительной информации посетите веб-сайт www.msk.org/caregivers или ознакомьтесь с материалом *Руководство для лиц, ухаживающих за больными* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/guide-caregivers).

Заполните бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи.

Если вы еще не заполнили бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи (форма Health Care Proxy), мы рекомендуем сделать это прямо сейчас. Если вы уже заполнили эту форму, или у вас есть иные предварительные распоряжения, возьмите их с собой на следующий прием.

Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи является юридическим документом. В нем указывается человек, который будет представлять ваши интересы в случае, если вы не сможете делать это самостоятельно. Такой человек будет вашим представителем по медицинской помощи.

- Чтобы получить дополнительную информацию о доверенностях на принятие решений о медицинской помощи и других предварительных распоряжениях, ознакомьтесь с материалом *Информация о заблаговременном планировании ухода за пациентом, предназначенная для людей, больных раком, и лиц, ухаживающих за ними* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/advance-care-planning).
- Чтобы получить дополнительную информацию об исполнении обязанностей представителя по медицинской

помощи, ознакомьтесь с материалом *Как быть представителем по медицинской помощи* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent).

Если у вас остались вопросы по поводу заполнения бланка доверенности на принятие решений о медицинской помощи, обратитесь к специалисту своей лечащей команды.

Договоритесь с кем-нибудь, чтобы вас отвезли домой

У вас должен быть ответственный сопровождающий, который отвезет вас домой после операции. Ответственный сопровождающий — это человек, который поможет вам безопасно добраться домой. Этот человек должен иметь возможность связаться с вашей медицинской бригадой в случае возникновения каких-либо опасений. Обязательно договоритесь об этом заранее, до дня операции.

Если вам не удалось найти ответственного сопровождающего, который отвезет вас домой, позвоните в одно из указанных ниже агентств. Вам предоставят сопровождающего, который отвезет вас домой. Такие услуги платные, и вам потребуется обеспечить транспорт. Можно взять такси или арендовать машину, однако в этом случае все равно потребуется, чтобы с вами был ответственный сопровождающий.

Агентства в Нью-Йорке

VNS Health: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

Агентства в Нью-Джерси

Caring People: 877-227-4649

Купите антисептическое средство для очищения кожи

на основе 4 % раствора chlorhexidine gluconate (CHG) (например Hibiclens®)

4 % раствор CHG — это средство для очищения кожи, которое убивает различные микроорганизмы и предотвращает их появление в течение суток после использования. Приняв душ с этим раствором перед операцией, вы снизите риск инфицирования после операции. Вы можете купить антисептическое средство для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG перед выпиской из Центра молочной железы и визуализации имени Эвелин Х. Лаудер (Evelyn H. Lauder Breast Center) или в своей ближайшей аптеке без рецепта.

Купите acetaminophen в таблетках по 325 мг (например Tylenol® Regular Strength)

Acetaminophen — безрецептурное обезболивающее лекарство. Оно поможет справиться с болевыми ощущениями после операции в домашних условиях. Лучше приобрести его заранее. Вы можете купить его в ближайшей аптеке без рецепта. Принимая лекарство, всегда соблюдайте инструкции на его упаковке или указания медицинского сотрудника.

За 7 дней до операции

Соблюдайте указания медицинского сотрудника по приему аспирина

Аспирин может вызвать кровотечение. Если вы принимаете аспирин и лекарства, содержащие аспирин, возможно, вам придется изменить дозу или прекратить их прием за 7 дней до операции. Выполняйте инструкции своего медицинского сотрудника. **Не прекращайте прием аспирина без**

соответствующих указаний.

Для получения более подробной информации ознакомьтесь с материалом *Как проверить, содержит ли лекарство или добавка aspirin, другие НПВП, витамин E или рыбий жир* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

Прекратите принимать витамин E, поливитамины, лечебные средства из трав и другие диетические добавки

Витамин E, поливитамины, лечебные средства из трав и другие диетические добавки могут вызвать кровотечение. Прекратите принимать их за 7 дней до операции. Если от медицинского сотрудника вы получили другие указания, тогда следуйте только им.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Лечебные средства из трав и лечение рака* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment).

За 2 дня до операции

Прекратите принимать нестероидные противовоспалительные препараты (nonsteroidal anti-inflammatory drugs [NSAIDs]).

Такие нестероидные противовоспалительные препараты, как ibuprofen (Advil® и Motrin®) и naproxen (Aleve®), могут вызвать кровотечение. Прекратите принимать их за 2 дня до операции. Если от медицинского сотрудника вы получили другие указания, тогда следуйте только им.

Для получения более подробной информации ознакомьтесь с материалом *Как проверить, содержит ли лекарство или добавка aspirin, другие НПВП, витамин E или рыбий жир* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids).

За 1 день до операции

Запишите время, на которое назначена операция

Сотрудник отделения позвонит вам после 14:00 накануне дня процедуры. Если проведение операции запланировано на понедельник, вам позвонят в пятницу, которая будет идти перед ним. Если до 19:00 с вами никто не свяжется, позвоните по номеру 212-639-5014.

Сотрудник сообщит, когда вам следует приехать в больницу на операцию. Вам также напомнят, как пройти в отделение.

Чтобы получить информацию о парковке и указания о том, как добраться до всех отделений центра MSK, перейдите по ссылке www.msk.org/parking .

Лимфатическая разметка

Если вам проводят биопсию сигнального лимфоузла, накануне или утром в день операции вам могут провести процедуру лимфатической разметки. Это поможет хирургу найти сигнальные лимфоузлы во время операции. Если вам также планируют провести локализацию патологии молочной железы имплантатом, эту процедуру могут назначить до проведения лимфатической разметки.

Во время выполнения лимфатической разметки вы будете

лежать на столе для осмотра. Вам сделают инъекцию небольшого количества радиоактивной жидкости возле того места, где находится раковая опухоль. Инъекция может сопровождаться ощущением покалывания или жжения. Радиоактивная жидкость будет поступать к сигнальному узлу или узлам, что сделает их видимыми позже, во время процедуры медицинского радиологического сканирования. Ожидая результаты сканирования, вы можете оставаться в больнице или на некоторое время уйти. Вы должны вовремя прийти на сканирование, поэтому обязательно запишите время, к которому вам сказали вернуться.

Когда подойдет время вашего исследования, лаборант проводит вас в кабинет сканирования. Вы будете лежать на узком столе, а сотрудник в это время сделает серию снимков. На каждый снимок требуется по 5 минут, и все это время вы должны лежать абсолютно неподвижно. Если вы ощущаете дискомфорт, сохраняя неподвижное положение в течение 5 минут, попросите лаборанта отсчитывать для вас время. Сканирование займет 10-15 минут.

Снимки, сделанные в ходе сканирования, покажут ток радиоактивной жидкости и лимфоузлы, которые впитывают радиоактивное контрастное вещество. Используя эту информацию как схему (или карту), ваш хирург определит расположение сигнального узла(-ов).

Если операция проводится в тот же день, что и процедура разметки, кто-то из сотрудников проводит вас из кабинета сканирования в операционную. В большинстве других

случаев после процедуры разметки вы отправитесь домой.

Прием душа с антисептическим средством для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG (например, Hibiclens)

Примите душ с антисептическим средством для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG вечером перед операцией.

1. Помойте волосы своим обычным шампунем и кондиционером. Тщательно ополосните волосы.
2. Вымойте лицо и область половых органов своим обычным мылом. Тщательно ополосните тело теплой водой.
3. Откройте флакон с 4% раствором CHG. Налейте небольшое количество средства в руку или на чистую махровую салфетку.
4. Отойдите от струи воды. Легкими движениями вотрите 4% раствор CHG в тело от шеи до ступней. Не наносите его на лицо и на область половых органов.
5. Вернитесь под струю воды и смойте 4 % раствор CHG. Используйте теплую воду.
6. Вытрите чистым полотенцем.

Не наносите после душа какой-либо лосьон, крем, дезодорант, макияж, пудру, духи или одеколон.

Инструкции по употреблению пищи



Не ешьте после полуночи (12 часов ночи) накануне операции. Это также касается леденцов и жевательной резинки.

Если ваш медицинский сотрудник посоветовал вам прекратить прием пищи раньше полуночи, следуйте его указаниям. Некоторым людям перед операцией необходимо воздерживаться от приема пищи (не есть) в течение более длительного периода времени.

Утро перед операцией

Инструкции по употреблению напитков

В период между полуночью и за 2 часа до времени прибытия в больницу пейте только те жидкости, которые указаны в списке ниже. Не пейте и не ешьте ничего другого. Ничего не пейте за 2 часа до прибытия.

- Воду
- Прозрачный яблочный сок, прозрачный виноградный сок или прозрачный клюквенный сок
- Напитки Gatorade или Powerade
- Черный кофе или обычный чай. Можно добавить сахар. Больше ничего не добавляйте.
 - Не добавляйте молоко или сливки, включая растительное молоко и молочный порошок.
 - Не добавляйте мед.
 - Не добавляйте ароматизированный сироп.

Если у вас диабет, обратите внимание на количество сахара в этих напитках. Если вы включите в свой рацион эти напитки без сахара, с низким содержанием сахара или без добавления сахара, вам будет легче контролировать уровень сахара в крови.

Перед операцией необходимо избегать обезвоживания, поэтому пейте, если испытываете жажду. Не пейте больше, чем вам нужно. Во время операции вам будут вводить жидкости внутривенно.



Ничего не пейте за 2 часа до прибытия. Это также касается воды.

Примите лекарства в соответствии с инструкциями

Специалист вашей лечащей команды скажет, какие лекарства вам следует принять утром перед операцией. Примите только эти лекарства, запив их глотком воды. Это могут быть все или некоторые из ваших обычных утренних лекарств; возможно, что вам ничего не нужно будет принимать.

Прием душа с антисептическим средством для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG (например, Hibiclens)

Примите душ с антисептическим очищающим средством для кожи на основе 4 % раствора CHG перед выпиской из больницы. Используйте то же средство, что и накануне вечером.

Не наносите после душа какой-либо лосьон, крем, дезодорант, макияж, пудру, духи или одеколон.

Что необходимо запомнить

- Если вы носите контактные линзы, снимите их и наденьте очки. Во время операции контактные линзы могут

травмировать глаза.

- Не надевайте металлические предметы. Снимите все ювелирные украшения, включая пирсинг на теле. Используемое во время операции оборудование при соприкосновении с металлом может вызвать ожоги.
- Оставьте ценные вещи дома.
- Если у вас началась менструация (месячные), воспользуйтесь гигиенической прокладкой, а не тампоном. Вам выдадут одноразовое белье, а также прокладку, если это необходимо.

Что взять с собой

- Рубашку свободного покроя или с застежкой на пуговицах.
- Бюстгальтер с хорошей поддержкой, например спортивный, чтобы надеть его после операции.
- Свой дыхательный аппарат для профилактики приступов апноэ во сне (например, аппарат СИПАП (CPAP)) при наличии.
- Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи, если вы его заполнили.
- Мобильный телефон и зарядное устройство.
- Небольшую сумму денег, которая может вам понадобиться для небольших покупок (например для приобретения газеты).
- Сумку для хранения личных вещей (например очков, слухового аппарата, зубных и других протезов, парика и религиозных атрибутов), если они у вас есть.

- Эти рекомендации. С помощью этих рекомендаций представители лечащей команды объяснят вам, как ухаживать за собой после операции.

После прибытия на операцию

Различные медицинские работники попросят вас назвать и продиктовать по буквам ваше имя и дату рождения. Это необходимо для вашей безопасности. В один день могут оперировать людей с одинаковыми или похожими именами.

Когда наступит время переодеться перед операцией, вам выдадут больничную рубашку, халат и нескользящие носки.

Встреча с медсестрой/медбратом

Вы встретитесь с медсестрой/медбратом перед операцией. Сообщите ей/ему дозы всех лекарств, которые вы принимали после полуночи, а также время их приема. Обязательно укажите рецептурные и безрецептурные лекарства, пластыри и кремы.

Медсестра/медбрат может поставить внутривенную (ВВ) капельницу в одну из вен, обычно на руке или кисти. Если медсестра/медбрат не поставит капельницу, это сделает ваш анестезиолог, когда вы будете в операционной.

Встреча с анестезиологом

Перед операцией вы также встретитесь со своим анестезиологом. Этот специалист:

- просмотрит медицинскую карту вместе с вами;
- спросит, были ли у вас ранее проблемы с анестезией; к ним относятся тошнота (ощущение подступающей рвоты)

или боль;

- расскажет о вашем комфорте и безопасности во время операции;
- расскажет о типе анестезии, которую вы получите;
- ответит на вопросы об анестезии, которые могут у вас возникнуть.

Подготовка участка операционного вмешательства

Помимо имени и даты рождения, у вас также могут спросить имя вашего хирурга, какую операцию вам должны провести, и с какой стороны будет проводиться операция. Ваш хирург или другой сотрудник хирургической бригады с помощью маркера пометит участок на вашем теле, где будет проводиться операция. Это делается для вашей безопасности и гарантирует то, что все сотрудники хирургической бригады понимают план операции.

Подготовка к операции

Перед операцией вам потребуется снять очки, слуховой аппарат, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты.

Вы пройдете в операционную самостоятельно, или сотрудник центра отвезет вас туда на каталке.

Представитель операционной бригады поможет вам лечь на операционный стол. На голени вам наденут компрессионные ботинки. Они будут плавно надуваться и сдуваться для улучшения тока крови в ногах.

Когда вы удобно расположитесь на столе, анестезиолог

введет анестезию через внутривенную капельницу, и вы заснете. Через ВВ-капельницу вам также будут вводить жидкости во время и после операции.

Во время операции

Если вам проводят биопсию сигнального лимфоузла, ваш хирург сделает вам инъекцию небольшого количества синего красителя под сосок или возле опухоли. Этот краситель вместе с лимфатической жидкостью попадет в сигнальный узел или узлы, окрашивая их в синий цвет. Если вам проводили лимфатическую разметку, ваш хирург также будет использовать небольшое устройство, измеряющее радиоактивное излучение от введенной в ходе этой процедуры жидкости.

Обнаружив сигнальный лимфоузел или лимфоузлы, хирург выполнит разрез и удалит его (их). Он может направить их в патологоанатомическое отделение для исследования на наличие раковых клеток во время операции. Если гистопатолог обнаружит раковые клетки, хирург может удалить больше лимфоузлов. Это называется удалением подмышечных лимфоузлов. При необходимости хирург обсудит это с вами более подробно.

Из-за использования синего красителя во время биопсии сигнального узла ваша кожа, моча и испражнения (стул) могут иметь синевато-зеленый цвет в течение 1-2 дней после операции.

После завершения операции на разрезы будут наложены подкожные хирургические швы. Кроме того, на разрезы вам

могут наложить Steri-Strips™ (тонкие полоски хирургического пластыря) или Dermabond® (хирургический клей). Место разрезов может покрываться повязкой.

Восстановление после операции

В этом разделе приведена информация о том, чего стоит ожидать до, во время и после операции. Вы узнаете, как безопасно восстанавливаться после операции в больнице и в домашних условиях.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, чтобы задать их своему медицинскому сотруднику.

В палате пробуждения или палате послеоперационного наблюдения

Когда вы проснетесь после операции, вы будете находиться в палате пробуждения или в палате послеоперационного наблюдения. Медсестра/медбрат будет следить за температурой вашего тела, а также за пульсом, артериальным давлением и уровнем кислорода. Вы будете получать кислород через тонкую трубочку, которая располагается под носом.

Трубки и дренажи

Если вам удалили подмышечные лимфоузлы, вблизи разреза в области подмышки вам введут мягкий катетер (гибкую трубку), называемый дренажной системой Jackson-Pratt (JP). Через нее из этой области будет отводиться лишняя жидкость и ее не будут снимать при выписке из больницы. Медсестра/медбрат расскажет вам о том, как ухаживать за системой дома.

Обезболивание

Ваш медицинский сотрудник будет часто спрашивать вас о болевых ощущениях и давать обезболивающее лекарство по мере необходимости. Вы также получите обезболивающее лекарство, которое будете принимать дома. Обсудите со своим медицинским сотрудником возможные побочные эффекты и время, когда вам нужно перейти на безрецептурные обезболивающие лекарства.

Выписка из палаты пробуждения или палаты послеоперационного наблюдения

После того как вы проснетесь и вам дадут обезболивающее лекарство, вы сможете отправиться домой в сопровождении ответственного сопровождающего. Перед выпиской из больницы осмотрите свои разрезы вместе с кем-то из своих медицинских сотрудников. Запомните, как выглядят разрезы, чтобы замечать их изменения в дальнейшем.

Дома

Заполнение послеоперационной анкеты Recovery Tracker

Нам нужно знать, как вы себя чувствуете после выписки из больницы. Для облегчения ухода за вами мы отправим перечень вопросов в вашу учетную запись MyMSK. Мы будем делать это ежедневно в течение 10 дней после вашей выписки. Эти вопросы называют послеоперационной анкетой Recovery Tracker.

Заполняйте анкету Recovery Tracker каждый день до полуночи (00:00). Это займет у вас всего 2–3 минуты. Ваши ответы на эти вопросы помогут нам понять, как вы себя

чувствуете и что вам нужно.

В зависимости от ваших ответов, мы можем запросить у вас дополнительную информацию. В некоторых случаях мы можем попросить вас позвонить хирургу. Вы всегда можете позвонить в офис вашего хирурга, если у вас возникли какие-либо вопросы.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *О вашей анкете Recovery Tracker* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker).

Уход за разрезами

Ежедневно осматривайте разрезы. Позвоните своему медицинскому сотруднику, если вы заметили покраснение или выделения.

На ваши разрезы под кожей будут наложены швы. Они рассосутся сами, их не нужно снимать.

Если перед выпиской на разрезы был наложен пластырь Steri-Strips или клей Dermabond, все это отклеится и отпадет или сойдет само. В противном случае ваш медицинский сотрудник снимет их, когда вы придете на прием для последующего наблюдения. Если этого не произошло по прошествии около 14 дней, вы можете удалить пластырь или клей самостоятельно.

Через неделю или две после операции под кожей подмышек или груди в месте удаления ткани может образоваться углубление с жидкостью. Это серома, и она неопасна. Эта

область может казаться мягкой и опухшей. Также она может быть чувствительной.

Серома обычно проходит сама по себе. Если серома большая или вы чувствуете дискомфорт, позвоните своему медицинскому сотруднику и обсудите этот вопрос с врачом или медсестрой/медбратом.

Новые ощущения в молочной железе

По мере вашего восстановления в молочной железе или в руке может возникать несколько различных ощущений. Повышенная чувствительность, онемение и уколы резкой боли — самые распространенные примеры.

Такие ощущения обычно появляются и исчезают; они ослабевают со временем, обычно в течение первых нескольких месяцев после операции. Тем не менее, некоторые из них могут сохраняться долгие месяцы или даже более 5 лет. Это объясняется тем, что нервы восстанавливаются дольше, чем все остальные ткани организма. Большинство пациентов говорит, что такие ощущения проявляются слабо и не тревожат их.

По мере того как вы будете восстанавливаться, вы можете почувствовать рубцовую ткань в месте разреза(-ов). Она будет твердой на ощупь. Такое часто встречается, и рубцовая ткань станет мягче через несколько месяцев.

Принятие душа

Вы можете принять душ через 24 часа после операции. Теплый душ расслабляет и поможет снизить дискомфорт.

Когда вы будете готовы принять душ, снимите бюстгальтер и марлевые салфетки, закрывающие разрезы. Если на разрез(ы) наложены полоски пластыря Steri-Strips или нанесен клей Dermabond, не снимайте/не соскабливайте его. Осторожно промойте разрезы водой с мылом, давая воде литься прямо на них. Промокните области разрезов насухо чистым полотенцем.

Вы можете не закрывать разрез(-ы) при отсутствии выделений. При наличии выделений звоните своему медицинскому сотруднику. Если вам так будет удобнее, можете положить поверх разрезов чистую марлевую салфетку.

Не принимайте ванну, не плавайте, не пользуйтесь джакузи и не ходите в сауну, пока не обсудите это со своим медицинским сотрудником во время первого визита после операции. Кроме того, поговорите с медицинским сотрудником, прежде чем пользоваться дезодорантом, лосьоном, пудрой или парфюмерией вблизи места проведения операции.

Обезболивание

Период времени, на протяжении которого люди испытывают боль и дискомфорт, может быть разным.

Приведенные в этом материале рекомендации помогут вам снимать боль в домашних условиях.

- Принимайте лекарства в соответствии с указаниями врача и по мере необходимости.

- Если назначенное лекарство не облегчает вашу боль, свяжитесь со своим медицинским сотрудником.
- Не садитесь за руль и не употребляйте спиртные напитки, пока вы принимаете рецептурное обезболивающее лекарство. Некоторые рецептурные обезболивающие лекарства могут вызывать сильную сонливость. Алкоголь может усугублять седативный эффект.
- По мере заживления разреза боль будет ослабевать, и вам будет требоваться все меньше обезболивающего лекарства. Для облегчения боли и дискомфорта подойдут безрецептурные обезболивающие препараты. Примерами безрецептурных обезболивающих препаратов являются Acetaminophen (Tylenol®) и ibuprofen (Advil или Motrin).
 - Соблюдайте рекомендации медицинского сотрудника касательно прекращения приема назначенного вам обезболивающего лекарства.
 - Не принимайте слишком много каких-либо лекарств. Соблюдайте инструкции на этикетке или указания медицинского сотрудника.
 - Читайте этикетки принимаемых лекарств. Это очень важно при приеме препарата acetaminophen. Acetaminophen входит в состав многих безрецептурных и рецептурных лекарств. Слишком большое количество вредно для печени. Не принимайте более одного препарата, содержащего acetaminophen, без консультации с сотрудником своей лечащей команды.
- Обезболивающие лекарства должны помочь вам вернуться к привычному образу жизни. Количество лекарств должно

быть достаточным, чтобы вы могли спокойно выполнять повседневные дела и упражнения. При возврате к активной жизни боль может немного усилиться.

- Следите за временем приема обезболивающих лекарств. Они наиболее эффективны через 30–45 минут после приема. Лучше принимать лекарство при первых проявлениях боли, не дожидаясь ее усиления.

Некоторые рецептурные обезболивающие лекарства (например, опиоиды) могут вызывать запоры (опорожнение кишечника происходит реже, чем обычно).

Предотвращение и устранение запоров

Обсудите со своим медицинским сотрудником способы предотвращения и устранения запоров. Вы также можете выполнять приведенные ниже рекомендации.

- Ходите в туалет в одно и то же время каждый день. Ваш организм привыкнет опорожнять кишечник в это время. Если вам захотелось в туалет, не откладывайте это на потом.
- Попробуйте ходить в туалет через 5–15 минут после приемов пищи. Лучше всего опорожнять кишечник после завтрака. В это время рефлекс в толстом кишечнике имеют наибольшую силу.
- Если можете, выполняйте физические упражнения. Пешие прогулки — отличная физическая нагрузка.
- Если можете, пейте по 8 стаканов (емкостью 8 унций (240 мл) каждый, всего 2 л) жидкости ежедневно.

Употребляйте жидкости, например воду, соки (в том числе сливовый), супы и коктейли на основе мороженого. Избегайте напитков с кофеином (таких как кофе и газированная вода). Кофеин может выводить жидкость из организма.

- Постепенно увеличивайте содержание клетчатки в пище до 25-35 граммов в день. Клетчатка содержится во фруктах, овощах, цельных злаках и хлопьях из злаков.
- Для лечения от запоров применяются лекарства, которые продаются по рецепту и без него. Перед приемом любых лекарств для лечения запоров проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником. Соблюдайте инструкции на этикетке или указания медицинского сотрудника.

Примеры безрецептурных лекарств от запора:

- Docusate sodium (Colace®). Это средство размягчает стул и вызывает мало побочных эффектов. Вы можете использовать его для предотвращения запора. Не принимайте его вместе с минеральным маслом.
- Polyethylene glycol (MiraLAX®). Это слабительное средство (лекарство, которое вызывает опорожнение кишечника), вызывающее мало побочных эффектов. Принимайте его с 8 унциями (240 мл или 1 чашкой) жидкости. К этому средству следует прибегать только в случае запора.
- Senna (Senokot®). Это стимулирующее слабительное средство, которое может вызывать спазмы. Лучше всего принимать его перед сном. К этому средству следует прибегать только в случае запора.

Если какое-либо из этих лекарств вызывает диарею (жидкий, водянистый стул), прекратите его прием. При необходимости можете начать принимать его снова.

Если вы не опорожняли кишечник в течение 2 дней, позвоните своему медицинскому сотруднику.

Физическая нагрузка и упражнения

Вы сможете сразу же возобновить большинство своих обычных занятий, но при возврате к привычному образу жизни важно не переутомляться. Проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником, прежде чем переходить к интенсивным физическим упражнениям, например к бегу, в том числе трусцой, или поднятию тяжестей.

Физические упражнения после операции

Информация о лампэктомии, биопсии сигнального лимфоузла и удалении подмышечного лимфоузла представлена в материале *Упражнения после лампэктомии или удаления подмышечных лимфоузлов* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/exercises-after-your-axillary-lymph-node-dissection). В нем описаны упражнения, которые помогут вам восстановить подвижность руки и плеча.

Вождение автомобиля

Вы можете снова водить машину после операции, если вы не принимаете рецептурные обезболивающие лекарства — они могут вызвать сонливость. Вам также нужно восстановить полную амплитуду движений руки, чтобы вы могли комфортно поворачивать руль.

О лимфедеме

Иногда, в результате удаления лимфоузлов, лимфатической системе становится сложно справиться с выведением жидкости. В этом случае лимфатическая жидкость может накапливаться там, где были удалены лимфоузлы. Эта лишняя жидкость вызывает образование отека, который называется лимфедема.

Лимфедема может развиваться в руке, кисти, молочной железе или туловище со стороны, подвергнутой лечению (сторона, где были удалены лимфоузлы).

У большинства пациентов лимфедема не развивается, но в некоторых случаях это все же происходит. Риск развития лимфедемы у того или иного человека определить довольно сложно по следующим причинам:

- не существует стандартного исследования, позволяющего диагностировать лимфедему;
- удаление или повреждение лимфоузлов влияет на всех по-разному;
- лимфедема может развиться сразу после операции или годы спустя;
- развитие лимфедемы в настоящее время может быть вызвано применявшимися ранее методами лечения.

Риск развития лимфедемы зависит от того, как именно удаляются лимфатические узлы (см. рисунок 2).

В ходе биопсии сигнального лимфоузла в области подмышки удаляется от одного до нескольких лимфоузлов для

проверки на наличие раковых клеток. Риск развития лимфедемы после биопсии сигнального лимфатического узла невелик. По оценкам, лимфедема развивается не более чем у 7 пациентов из каждых 100 человек, которым делали биопсию сигнального лимфоузла.

В ходе удаления подмышечных лимфоузлов в области подмышки удаляется больше лимфоузлов. Это делается для того, чтобы удалить дополнительные лимфоузлы, в которых могут быть раковые клетки. После удаления подмышечных лимфатических узлов риск развития лимфедемы выше, чем после биопсии сигнального лимфоузла. Примерно у 15–25 из каждых 100 человек, у которых удалили подмышечные лимфатические узлы, может развиться лимфедема.

Невозможно точно предугадать, у кого из пациентов разовьется лимфедема.

Снижение риска развития лимфедемы

Выполнение следующих действий может помочь снизить риск развития лимфедемы.

- Поддерживайте здоровый вес тела или постарайтесь достичь его безопасными способами.

Рисунок 2. Оценка риска развития лимфедемы

- Регулярно тренируйте и растягивайте мышцы, Обсудите с хирургом или медсестрой/медбратом, какие упражнения подходят именно вам.
 - Возобновляя физические упражнения и повседневные дела, обязательно делайте это медленно и постепенно. Если вы чувствуете дискомфорт, остановитесь и сделайте перерыв. Упражнения не должны причинять боль.
- Постарайтесь снизить до минимума риск развития инфекции в руке и кисти. Спросите у вашего медицинского сотрудника, как лучше ухаживать за порезами, царапинами и ожогами.

Если вам сделали биопсию сигнального лимфатического узла:

- На затронутой лечением руке можно брать кровь на анализ, делать инъекции (уколы), ставить капельницы внутривенного введения и измерять артериальное давление. Просите медицинских сотрудников по возможности делать это на незатронутой лечением руке.
- Если вы начали замечать какие-либо признаки лимфедемы, всегда используйте незатронутую лечением руку. Если это невозможно, обсудите со своим медицинским сотрудником, какую руку использовать безопаснее всего.

Если вам удалили подмышечные лимфоузлы:

- Ознакомьтесь с материалом *Рекомендации для кистей и*

рук после удаления подмышечных лимфоузлов

(www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/hand-and-arm-care-after-removal-axillary-lymph-nodes), чтобы узнать о снижении риска развития лимфедемы после процедуры.

Признаки лимфедемы

Небольшой отек после операции — это нормальное явление. Отек может сохраняться до 6 недель, но он носит временный характер и постепенно исчезнет. После операции у вас также могут быть болевые и другие ощущения, например покалывания и пощипывания. Это типичные ощущения, которые не обязательно являются признаками лимфедемы.

Если вы подвержены риску возникновения лимфедемы, следите за появлением следующих симптомов в руке, кисти, молочной железе и туловище со стороны, подвергнутой лечению:

- чувство тяжести, боли или ломоты;
- ощущение стянутости кожи;
- снижение гибкости;
- изменения на коже, такие как стянутость или вдавления (когда на коже остается след от надавливания).

Если у вас наблюдаются признаки лимфедемы или возникли сомнения, позвоните медицинскому сотруднику.

Половая активность

Вы сможете возобновить половую активность, когда почувствуете, что готовы к этому. Это никак не навредит прооперированной зоне. Не надавливайте на место

проведения операции в первые недели после операции. Попробуйте класть небольшую подушку или полотенце на прооперированную зону. Если у вас есть вопросы, обратитесь к медсестре/медбррату.

Возможно, будет целесообразно показать разрез(-ы) своему партнеру сразу же после операции. Это поможет снизить тревогу, которую вы оба можете испытывать. Ваш партнер может переживать, что прикосновение к разрезу(-ам) причинит вам боль. Дайте знать партнеру, что для вас комфортно, а что — нет.

Возможно, вы обеспокоены тем, как рак и его лечение отразится на вашей внешности и сексуальной жизни. Вам помогут специалисты нашей Программы по вопросам сексуальной медицины и здоровья для женщин (Female Sexual Medicine and Women's Health Program). Для получения более подробной информации или для записи на прием позвоните по телефону 646-888-5076.

Последующее наблюдение

Ваш визит к врачу для последующего наблюдения состоится через 1-2 недели после операции. Медицинский сотрудник обсудит с вами результаты лабораторных исследований во время приема.

Управление эмоциями

После операции в связи с тяжелым заболеванием, вы можете испытать новое для вас чувство подавленности. Многие люди говорят, что в некоторые моменты им хотелось плакать, приходилось испытывать печаль, обеспокоенность,

нервозность, раздражение и злость. Может оказаться, что вы не в состоянии сдерживать некоторые из этих чувств. Если это случится, постарайтесь найти эмоциональную поддержку. Ваш медицинский сотрудник может записать вас на прием в Центр по предоставлению консультаций MSK (Counseling Center). Вы также можете сами позвонить в этот Центр по номеру 646-888-0200.

Первый шаг на этом пути — рассказать о своих чувствах. Друзья и близкие могут помочь вам. Ваши медицинские сотрудники могут успокоить и поддержать вас и дать совет. Обязательно рассказывайте нам о своем эмоциональном состоянии и об эмоциональном состоянии ваших друзей и близких. Вы и ваши близкие можете воспользоваться многочисленными информационными ресурсами. Где бы вы ни находились — в больнице или дома, — мы готовы помочь вам, вашим друзьям и близким справиться с эмоциональными аспектами вашей болезни.

Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если наблюдается что-либо из нижеперечисленного:

- температура выше 101 °F (38,3 °C);
- появилась одышка;
- кожа вокруг разреза более теплая, чем обычно;
- усилился дискомфорт в области разрезов;
- кожа вокруг разреза начала краснеть;
- кожа вокруг разреза начала отекать;

- отек вокруг разреза усиливается;
- появились выделения из разреза.

Контактная информация

Звоните в офис своего медицинского сотрудника с понедельника по пятницу с 09:00 до 17:00.

После 17:00, а также в выходные и праздничные дни позвоните по номеру 212-639-2000 и проконсультируйтесь с дежурным медицинским сотрудником.

Службы поддержки

В этом разделе приводится список вспомогательных служб. Они могут помочь вам в период подготовки к операции и восстановления после нее.

Читая этот раздел, записывайте вопросы, чтобы задать их своему медицинскому сотруднику.

Вспомогательные службы MSK

Приемное отделение

212-639-7606

Позвоните, если у вас есть вопросы по госпитализации, например, по поводу подачи запроса на одноместную палату.

Отделение анестезии

212-639-6840

Позвоните, если у вас есть какие-либо вопросы [по анестезии](#).

Кабинет доноров крови

212-639-7643

Позвоните для получения информации, если вы [хотите стать донором крови или тромбоцитов](#).

Международный центр Bobst

332-699-7968

Мы принимаем пациентов со всего мира и [предлагаем большое количество услуг](#), чтобы им помочь. Если вы приехали из другой страны, позвоните для получения помощи в организации вашего лечения.

Центр по предоставлению консультаций (Counseling Center)

www.msk.org/counseling

646-888-0200

Многим людям помогают психологические консультации. Специалисты нашего Центра по предоставлению консультаций (Counseling Center) проводят индивидуальные, групповые и семейные сеансы. Мы также можем назначить лекарства, которые помогут вам избавиться от беспокойства или выйти из подавленного состояния. Чтобы записаться на прием, попросите направление у сотрудника своей лечащей команды или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Программа «Кладовая продуктов» (Food Pantry Program)

646-888-8055

Мы предоставляем продукты питания малообеспеченным пациентам во время лечения рака. Для получения более подробной информации поговорите с сотрудником своей

лечащей команды или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Служба интегративной медицины (Integrative Medicine Service)

www.msk.org/integrativemedicine

Наша служба интегративной медицины предлагает пациентам различные услуги в дополнение к традиционному медицинскому уходу. Например, мы предлагаем музыкальную терапию, терапию души и тела, танцевальную и двигательную терапию, йогу и тактильную терапию. 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 консультацию позвоните по номеру 646-608-8550.

Библиотека центра MSK (MSK Library)

library.mskcc.org

212-639-7439

Вы можете зайти на веб-сайт нашей библиотеки или обратиться к сотрудникам библиотеки. Вам помогут найти дополнительную информацию о конкретном виде рака. Вы также можете ознакомиться с [Руководством по обучению пациентов и потребителей медицинских услуг в библиотеке](#).

Служба по вопросам питания (Nutrition Service)

www.msk.org/nutrition

212-639-7312

Наша служба по вопросам питания предлагает консультации по вопросам питания с одним из клинических врачей-диетологов. Ваш клинический врач-диетолог обсудит с вами ваши пищевые привычки и посоветует, что следует употреблять в пищу во время лечения и после него. Чтобы записаться на прием, попросите направление у сотрудника своей лечащей команды или позвоните по указанному выше номеру телефона.

Образовательные материалы для пациентов и общественности (Patient and Community Education)

www.msk.org/pe

Посетите веб-сайт, посвященный обучению пациентов и общественности, где вы сможете поискать обучающие материалы в нашей виртуальной библиотеке.

Служба выставления счетов пациентам (Patient Billing)

646-227-3378

Позвоните, если у вас возникли какие-либо вопросы о предварительном согласовании с вашей страховой компанией. Это также называют предварительным разрешением (preapproval).

Представительская служба для пациентов (Patient Representative Office)

212-639-7202

Позвоните, если у вас возникли вопросы о бланке доверенности на принятие решений о медицинской помощи

или сомнения по поводу вашего лечения.

Периоперационная поддержка близких медсестрами/медбратьями (Perioperative Nurse Liaison)
212-639-5935

Позвоните, если у вас есть вопросы о том, кому MSK будет предоставлять информацию о вас во время вашей операции.

Персональные медсестры/медбратья и сопровождающие (Private Duty Nurses and Companions)
917-862-6373

Вы можете запросить помощь персональной(-ого) медсестры/медбрата или сопровождающих как в больнице, так и дома. Позвоните нам, чтобы получить более подробную информацию.

Услуги по реабилитации (Rehabilitation Services)
www.msk.org/rehabilitation

Некоторые виды рака и его лечение могут привести к возникновению слабости, скованности или напряжения в теле. В некоторых случаях может развиваться лимфедема (отек). Наши врачи-реабилитологи, реабилитационные терапевты и физиотерапевты могут помочь вам вернуться к привычному образу жизни.

- **Врачи-реабилитологи** занимаются диагностикой и лечением проблем, влияющих на то, как вы двигаетесь и выполняете действия. Они могут составить для вас программу реабилитационной терапии и помочь скоординировать ее выполнение либо в центре MSK, либо в другом учреждении поближе к дому. Чтобы получить

дополнительную информацию, позвоните в отделение реабилитационной медицины (физиотерапии) по телефону 646-888-1929.

- **Реабилитационный терапевт** может вам помочь, если у вас возникают проблемы с выполнением привычных повседневных дел. Он, к примеру, может порекомендовать приспособления, облегчающие выполнение повседневных задач. **Физиотерапевт** может научить вас упражнениям, позволяющим развить силу и гибкость. Чтобы получить дополнительную информацию, позвоните в отделение реабилитационной терапии по телефону 646-888-1900.

Программа «Ресурсы для жизни после рака» (Resources for Life After Cancer Treatment [RLAC] Program)

646-888-8106

В центре MSK уход за пациентами не заканчивается после завершения активной стадии лечения. Программа «Ресурсы для жизни после рака» (RLAC) создана для пациентов, которые уже завершили свое лечение, а также для членов их семей.

В рамках этой программы предусмотрено множество услуг. Мы предлагаем семинары, мастер-классы, группы поддержки и консультации, касающиеся жизни после лечения. Мы также оказываем помощь в решении проблем с медицинской страховкой и трудоустройством.

Программы по вопросам сексуальной медицины и здоровья (Sexual Health Programs)

Рак и процедуры его лечения могут повлиять на сексуальное здоровье, детородную функцию или затронуть обе эти сферы. Программа сексуального здоровья при MSK может помочь вам до, во время и после лечения.

- Наша [программа сексуальной и репродуктивной медицины для женщин \(Female Sexual Medicine and Women's Health Program\)](#) поможет справиться с проблемами сексуального здоровья, такими как преждевременная менопауза или проблемы, связанные с детородной функцией. Для получения более подробной информации обратитесь за направлением к сотруднику вашей лечащей команды в центре MSK или позвоните по телефону 646-888-5076.
- Наша [программа сексуальной и репродуктивной медицины для мужчин \(Male Sexual and Reproductive Medicine Program\)](#) поможет справиться с проблемами сексуального здоровья, например такими, как эректильная дисфункция (ЭД). Обратитесь к члену вашей лечащей команды за направлением или позвоните по телефону 646-888-6024, чтобы узнать больше.

Социальная работа

www.msk.org/socialwork

212-639-7020

Социальные работники помогают пациентам, членам их семей и друзьям справляться с проблемами, характерными для онкологических заболеваний. Они предоставляют индивидуальные консультации и группы поддержки на протяжении всего курса лечения. Они могут помочь вам

общаться с детьми и другими членами семьи.

Наши сотрудники социальных служб также могут направить вас в местные агентства и на различные программы. Если вы испытываете трудности с оплатой счетов, они также располагают информацией о ресурсах для получения финансовой помощи. Позвоните по телефону, указанному выше, чтобы получить более подробную информацию.

Духовная поддержка

212-639-5982

Наши капелланы (духовные наставники) готовы выслушать, поддержать членов семьи и прочесть молитву. Они могут связаться с местным духовенством или религиозными группами, просто утешить и протянуть руку духовной помощи. За [духовной поддержкой](#) может обратиться любой человек. Для этого не нужно иметь какую-либо религиозную принадлежность.

Межконфессиональная часовня центра MSK находится рядом с основным вестибюлем Memorial Hospital. Она открыта круглосуточно. Если у вас произошла экстренная ситуация, позвоните по номеру 212-639-2000. Попросите соединить вас с дежурным капелланом.

Программа лечения табакозависимости (Tobacco Treatment Program)

www.msk.org/tobacco

212-610-0507

Если вы хотите бросить курить, в центре MSK есть специалисты, которые могут помочь. Позвоните нам, чтобы

получить более подробную информацию.

Виртуальные программы

www.msk.org/vp

Мы предлагаем онлайн-обучение и поддержку для пациентов и ухаживающих за ними лиц. Это занятия в интерактивном режиме, во время которых вы можете поговорить или просто послушать. Вы можете больше узнать о своем диагнозе и о том, чего ожидать во время лечения и как подготовиться к лечению рака.

Занятия проводятся конфиденциально, бесплатно и с привлечением высококвалифицированных специалистов. Посетите наш веб-сайт, чтобы получить дополнительную информацию о виртуальных программах или зарегистрироваться для участия.

Внешние вспомогательные службы

Организация Access-A-Ride

web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm

877-337-2017

Центр МТА в Нью-Йорке предлагает совместные поездки и услуги сопровождения для людей с ограниченными возможностями, которые не могут воспользоваться автобусом или метро.

Организация Air Charity Network

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

Помогает организовать поездки в медицинские центры.

Американское общество по борьбе с раком (American

Cancer Society, ACS)

www.cancer.org

800-ACS-2345 (800-227-2345)

Предлагает разнообразную информацию и услуги, в том числе «Приют надежды» (Hope Lodge) — место для бесплатного проживания пациентов и ухаживающих за ними лиц на время лечения рака.

Веб-сайт «Карьера и рак» (Cancer and Careers)

www.cancerandcareers.org

646-929-8032

Ресурс, на котором собраны образовательные материалы, инструменты и информация о различных мероприятиях для работающих людей, заболевших раком.

Организация CancerCare

www.cancercare.org

800-813-4673

275 Seventh Avenue (между улицами West 25th и 26th Streets)
New York, NY 10001

Предоставляет консультации, группы поддержки, образовательные мастер-классы, публикации и финансовую помощь.

Общество Cancer Support Community

www.cancersupportcommunity.org

Предоставляет поддержку и образовательные материалы людям, столкнувшимся с раком.

Организация Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org

800-896-3650

Предоставляет образовательные материалы и поддержку для тех, кто заботится о близких с хроническими заболеваниями или с ограниченными возможностями.

Организация Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

Предлагает бесплатные поездки по стране с целью лечения за счет свободных мест на корпоративных авиарейсах.

Организация Good Days

www.mygooddays.org

877-968-7233

Предлагает финансовую помощь для покрытия доплат во время лечения. У пациентов должна быть медицинская страховка, они должны соответствовать ряду критериев, и им должны быть назначены лекарства, которые входят в формуляр Good Days.

HealthWell Foundation

www.healthwellfoundation.org

800-675-8416

Предоставляет финансовую помощь для покрытия доплат, взносов на медицинское страхование и нестрахуемых минимумов на определенные лекарства и виды лечения.

Организация Joe's House

www.joeshouse.org

877-563-7468

Предоставляет больным раком и членам их семей список

мест для проживания рядом с медицинскими центрами.

Ресурс LGBT Cancer Project

www.lgbtcancer.com

Предоставляет поддержку и защиту интересов для представителей ЛГБТ-сообщества, включая группы поддержки онлайн и базу данных клинических испытаний, которые приветствуют участие членов ЛГБТ-сообщества.

Организация LIVESTRONG Fertility

www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services

855-744-7777

Предоставляет информацию о репродуктивной функции и поддержку больных раком, лечение которых включает риски, связанные с детородной функцией, а также пациентов, излечившихся от рака.

Программа «Выгляди хорошо и чувствуй себя лучше» (Look Good Feel Better Program)

www.lookgoodfeelbetter.org

800-395-LOOK (800-395-5665)

Эта программа предлагает мастер-классы, которые помогут научиться позитивнее воспринимать свой внешний вид. Для получения дополнительной информации или для записи на мастер-класс позвоните по указанному выше номеру телефона или посетите веб-сайт программы.

Национальный институт рака (National Cancer Institute)

www.cancer.gov

800-4-CANCER (800-422-6237)

Национальная сеть больных раком из ЛГБТ-сообщества (National LGBT Cancer Network)

www.cancer-network.org

Предоставляет образовательные материалы, обучающие курсы и защиту интересов пациентов — представителей ЛГБТ-сообщества, перенесших рак и входящих в группу риска.

Ресурс Needy Meds

www.needymeds.org

Предоставляет список программ помощи пациентам, связанной с непатентованными лекарствами и лекарствами с зарегистрированной торговой маркой.

Организация NYRx

www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm

Предоставляет льготы при приобретении рецептурных лекарств настоящим и бывшим сотрудникам бюджетного сектора штата Нью-Йорк, которые соответствуют определенным требованиям.

Фонд обеспечения доступа для пациентов (Patient Access Network Foundation)

www.panfoundation.org

866-316-7263

Предоставляет помощь в покрытии доплат для пациентов со страховкой.

Фонд защиты интересов пациентов (Patient Advocate Foundation)

www.patientadvocate.org

800-532-5274

Обеспечивает доступ к медицинскому обслуживанию, финансовую помощь, помощь в страховании, помощь в сохранении рабочего места, а также доступ к национальному справочнику ресурсов для незастрахованных пациентов.

Программа профессиональных консультаций по рецептурным лекарствам (Professional Prescription Advice)

www.pparx.org

888-477-2669

Помогает пациентам, у которых нет страхового покрытия рецептурных лекарственных препаратов, получать лекарства бесплатно или приобретать их по низкой цене.

Сообщество Red Door Community (ранее известное как Gilda's Club)

www.reddoorcommunity.org

212-647-9700

Место, где больные раком люди получают социальную и эмоциональную поддержку благодаря общению, участию в мастер-классах, лекциях и общественных мероприятиях.

Организация RxHope

www.rxhope.com

877-267-0517

Оказывает помощь в приобретении лекарств, на которые у людей нет средств.

Triage Cancer

www.triagecancer.org

Предоставляет юридическую, медицинскую и финансовую информацию и ресурсы для людей, больных раком, и ухаживающих за ними лиц.

Образовательные ресурсы

В этом разделе приводится перечень обучающих материалов, которые упоминались в данном руководстве. Эта информация поможет вам подготовиться к операции и восстановиться после нее.

Читая эти материалы, записывайте вопросы, чтобы задать их своему медицинскому сотруднику.

- *Руководство для лиц, ухаживающих за больными* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/guide-caregivers)
- *О вашей анкете Recovery Tracker* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mym-sk-recovery-tracker)
- *Информация о заблаговременном планировании ухода за пациентом, предназначенная для людей, больных раком, и лиц, ухаживающих за ними* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/advance-care-planning)
- *Упражнения после лампэктомии или удаления подмышечных лимфоузлов* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/exercises-after-your-axillary-lymph-node-dissection)
- *Сохранение детородной функции перед лечением рака:*

варианты для людей, у которых при рождении были яичники и матка (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment)

- *Рекомендации для кистей и рук после удаления подмышечных лимфоузлов* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/hand-and-arm-care-after-removal-axillary-lymph-nodes)
- *Лечебные средства из трав и лечение рака* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)
- *Как быть представителем по медицинской помощи* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent)
- *Как проверить, содержит ли лекарство или добавка aspirin, другие НПВП, витамин E или рыбий жир* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)
- *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymask-patient-portal)

Для получения дополнительной информации о лимфедеме можно также прочесть материал «*Представление о лимфедеме (Understanding Lymphedema)*», подготовленный Департаментом здравоохранения штата Нью-Йорк (New York State Department of Health).

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

About Your Lumpectomy and Axillary Surgery - Last updated on June 4, 2024

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center