



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

## Об орхиэктомии

Эти рекомендации помогут вам подготовиться к орхиэктомии в центре MSK. С его помощью вы также сможете узнать, чего ожидать в процессе восстановления.

Используйте это руководство как источник информации в дни перед операцией. Возьмите его с собой в день операции. Вы и ваша лечащая команда будете пользоваться им по мере того, как вы будете больше узнавать о своем восстановлении.

## Информация об орхиэктомии

Орхиэктомия — это операция по удалению одного из яичек.

Двусторонняя орхиэктомия — это операция по удалению обоих яичек.

Яички (тестикулы) — это 2 яйцевидных органа, в которых вырабатывается сперма и мужские гормоны (см. рис. 1). Орхиэктомия проводится через разрез (хирургический надрез) на мошонке (кожном мешке, в котором находятся яички) или в паху (области между животом и бедром).

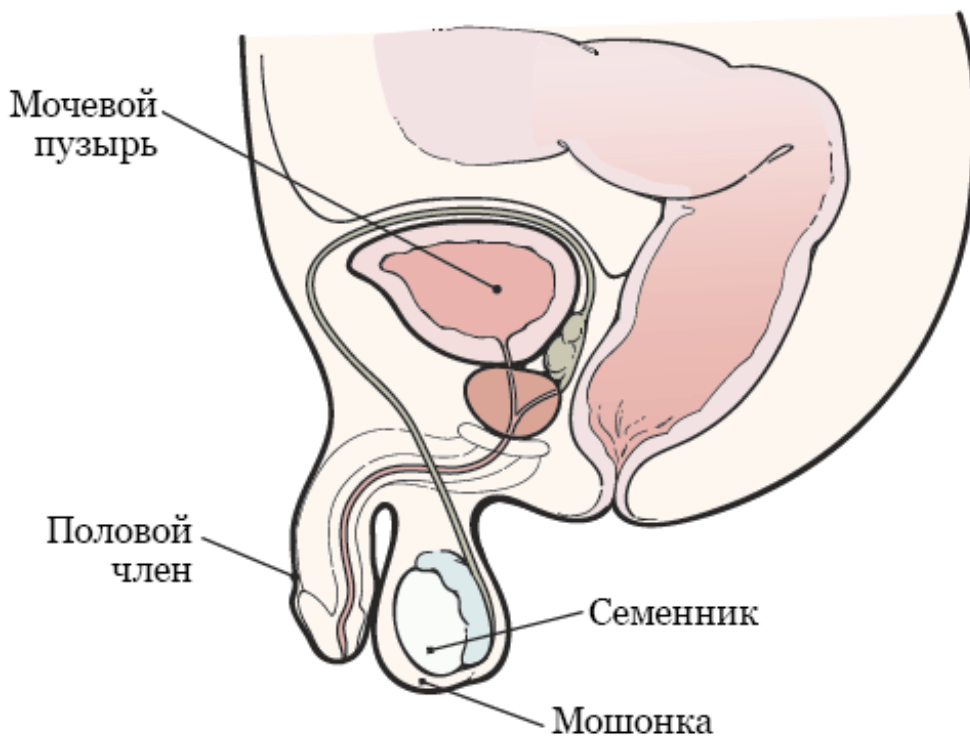


Рисунок 1. Ваша репродуктивная система

## 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<sup>®</sup>, Coumadin<sup>®</sup>)
- Clopidogrel (Plavix<sup>®</sup>)
- Enoxaparin (Lovenox<sup>®</sup>)
- Dabigatran (Pradaxa<sup>®</sup>)
- Apixaban (Eliquis<sup>®</sup>)
- Rivaroxaban (Xarelto<sup>®</sup>)
- Я принимаю ингибитор SGLT2, например:
  - Canagliflozin (Invokana<sup>®</sup>)
  - Dapagliflozin (Farxiga<sup>®</sup>)
  - Empagliflozin (Jardiance<sup>®</sup>)
  - Ertugliflozin (Steglatro<sup>®</sup>)
- 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, в том числе латекс.

Ниже приведены примеры лекарств. Существуют и другие аналогичные препараты,

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

- 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.

## **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.

## **За 30 дней до орхиэктомии**

## 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](http://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.

APP 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 (EKG)) для проверки вашего сердечного ритма.
- Рентген грудной клетки.
- Анализы крови.

APP 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](http://www.msk.org/caregivers) или ознакомьтесь с материалом *Руководство для лиц, ухаживающих за больными* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/guide-caregivers](http://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](http://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](http://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.

## **Выполняйте дыхательную гимнастику и упражнения, стимулирующие откашливание**

До операции потренируйтесь выполнять глубокие вдохи и прокашливаться. Ваш медицинский сотрудник выдаст вам стимулирующий спирометр, который поможет расширить легкие. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Как пользоваться стимулирующим спирометром* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-incentive-spirometer)).

## **Выполняйте физические упражнения**

Физические упражнения помогут вашему организму наилучшим образом подготовиться к операции, а также способствуют облегчению и ускорению процесса выздоровления.

Старайтесь ежедневно заниматься физической активностью. Это могут быть любые упражнения, ускоряющие сердцебиение, например, ходьба, плавание или езда на велосипеде. В холодную погоду ходите по лестнице в своем доме, отправляйтесь в торговый центр или в магазин.



## **Придерживайтесь принципов здорового питания**

До операции старайтесь получать хорошо сбалансированное здоровое питание. Если вам необходима помощь в составлении диеты, попросите своего медицинского сотрудника направить вас к врачу-диетологу — специалисту по питанию.

## **Хранение спермы**

Если после орхиэктомии или двусторонней орхиэктомии у вас удалены оба яичка, в вашем организме больше не сможет вырабатываться сперма. А, значит, вы не сможете иметь биологического ребенка. Перед операцией вам следует рассмотреть возможность сдачи спермы на хранение. Обратитесь к медсестре/медбрата за более подробной консультацией по данной процедуре.

Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалами *Создание семьи после лечения рака: информация для людей, чей пол при рождении был мужским* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles)) и *Хранение спермы* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/sperm-banking](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/sperm-banking)). Вы можете попросить копию у медсестры/медбрата или найти ее на нашем сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

Если после орхиэктомии у вас осталось 1 яичко, возможно, вам не понадобится сохранять сперму. Ваш организм сможет вырабатывать сперму, необходимую для того, чтобы иметь биологических детей.

## **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 приобрести антисептическое средство для очищения кожи на основе 4 % раствора CHG в ближайшей аптеке без рецепта.

## **За 7 дней до орхиэктомии**

### **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](http://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](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment)).

## **За 2 дня до орхиэктомии**

### **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](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids)).

## **За 1 день до орхиэктомии**

### **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.

Это будет:

### **Дооперационный центр (Presurgical Center (PSC)) в Memorial Hospital**

1275 York Ave. (между East 67<sup>th</sup> Street и East 68<sup>th</sup> Street)

New York, NY 10065

Воспользуйтесь лифтом В и поднимитесь на 6-й этаж.

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

## **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.

## **В день проведения операции**

### **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**

- Наденьте удобную свободную одежду.
- Если вы носите контактные линзы, снимите их и наденьте очки. Во время операции контактные линзы могут травмировать глаза.
- Не надевайте металлических предметов. Снимите все ювелирные украшения, включая пирсинг на теле. Используемое во время операции оборудование при соприкосновении с металлом может вызвать ожоги.
- Не наносите лосьоны, крема, дезодоранты, макияж, пудру, духи или одеколон.
- Оставьте ценные вещи дома.

## **Что взять с собой**

- Свой дыхательный аппарат для профилактики приступов апноэ во сне (например, аппарат СИПАП (CPAP)) при его наличии.
- Бланк доверенности на принятие решений о медицинской помощи и другие предварительные распоряжения, если вы их 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, если они у вас есть. Личными вещами являются очки, слуховые аппараты, зубные и другие протезы, парик и религиозные атрибуты.
- Эти рекомендации. Они потребуются вам, когда вы будете учиться

ухаживать за собой после операции.

## **По прибытии в больницу**

Когда вы войдете в больницу, поднимитесь на лифте В на 6-й этаж. Пройдите в зал ожидания дооперационного центра (PSC) и отметьтесь в регистратуре.

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.

Ваш врач или анестезиолог также могут обсудить с вами возможность установки эпидурального катетера (тонкой гибкой трубки) в позвоночник (спину). Эпидуральный катетер — это еще один способ введения обезболивающего лекарства после 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**

Когда вы уснете, специалисты вашей лечащей команды введут вам через рот в трахею дыхательную трубку. Она поможет вам дышать. Кроме того, в мочевой пузырь вам установят мочевой катетер (Foley). Через него из мочевого пузыря будет отводиться моча во время операции.

После завершения операции хирург наложит на разрезы саморассасывающиеся швы. Кроме того, на разрезы вам могут наложить Steri-Strips™ (тонкие полоски хирургического пластыря) или нанести Dermabond® (хирургический клей). Разрезы будут закрыты повязкой.

Как правило, лечащая команда извлекает дыхательную трубку еще в операционной.



# 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.

## Что ожидать в день процедуры

Когда вы проснетесь после операции, вы будете находиться в палате пробуждения. Медсестра/медбрат будет следить за вашей температурой, пульсом, артериальным давлением и уровнем кислорода. Возможно, вы будете получать кислород через трубку, которая будет располагаться под носом, или через маску, закрывающую нос и рот. Кроме того, на голени будут надеты компрессионные ботинки.

## 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-](http://www.mskcc.org/ru/cancer-)

## Обезболивание

Период времени, на протяжении которого люди испытывают боль и дискомфорт, может быть разным. После возвращения домой у вас могут остаться болевые ощущения, и, возможно, вы будете принимать обезболивающее лекарство. У некоторых людей боли в области разреза, ощущение стянутости или ломота в мышцах могут продолжаться в течение 6 месяцев или дольше. Это не означает, что с вами что-то не так.

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 асетаминофен, 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. Запор – это более редкое или более затрудненное опорожнение кишечника чем обычно, или и то, и другое.

## **Предотвращение и устранение запоров**

Обсудите со своим медицинским сотрудником способы предотвращения и устранения запоров. Вы также можете следовать рекомендациям ниже.

- Ходите в туалет в одно и то же время каждый день. Ваш организм привыкнет опорожнять кишечник в это время. Однако если вам захотелось в туалет, не нужно терпеть.
- Попробуйте ходить в туалет через 5–15 минут после приемов пищи. Лучше всего опорожнять кишечник после завтрака. В это время рефлексы в толстом кишечнике имеют наибольшую силу.
- Если можете, выполняйте физические упражнения. Ходьба — это прекрасный вид физических упражнений, который может помочь в профилактике и лечении запоров.
- По возможности пейте по 8–10 чашек (объемом 8 унций [240 мл] каждая, всего 2 л) жидкости ежедневно. Отдавайте предпочтение

воде, сокам (в том числе сливовому), супам и молочным коктейлям. Ограничьте употребление 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 в неочищенных фруктах и овощах, цельных злаках и хлопьях из злаков. Если у вас установлена стома или недавно был прооперирован кишечник, проконсультируйтесь с медицинским сотрудником перед внесением изменений в рацион питания.
- Для лечения запоров применяются лекарства, которые продаются по рецепту и без него. Перед приемом любых лекарств для лечения запоров проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником. Это очень важно, если у вас установлена стома или вы перенесли операцию на кишечнике. 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.

## **Принятие душа**

Вы можете принять душ через 48 часов после операции. Промывайте разрез во время душа. Не принимайте ванну в течение первых 6 недель после операции.

Соблюдайте приведенные ниже рекомендации, чтобы предотвратить развитие инфекции и ускорить процесс заживления разреза:

1. Перед душем или во время душа снимите повязку (повязки), но не снимайте Steri-Strips. На марлевой салфетке, покрывающей разрез, вы можете заметить незначительные следы крови. Это нормально.
2. Аккуратно промойте разрез водой с мылом. Тщательно ополосните слабой струей воды.
3. После душа промокните разрез насухо чистым полотенцем.
4. Осмотрите разрез, воспользовавшись маленьким ручным зеркалом, или попросите кого-то помочь вам. Вы можете почувствовать болезненность и увидеть небольшое покраснение, отек и синяки. Это нормально и может продолжаться несколько дней.
5. Положите марлевую салфетку поверх разреза. Не используйте лейкопластырь. Марлевую салфетку будет удерживать ваше нижнее белье.

Если у вас на разрезе находятся хирургические скобки или швы, их можно мочить.

Принимая душ, пользуйтесь мылом, но не наносите его на сам разрез. Не трите область вокруг разреза.

После душа промокните эту область насухо чистым полотенцем. Если одежда может натирать разрез, наложите на него небольшую повязку. Если нет, оставьте разрез открытым.

## **Уход за разрезом**

Для очищения разреза ежедневно принимайте душ. Соблюдайте указания раздела «Принятие душа».

Если кожа под разрезом онемела, это нормально. Это происходит из-за того, что во время операции часть нервных окончаний была отсечена. Через некоторое время онемение пройдет.

Звоните медицинскому сотруднику, если:

- кожа вокруг разреза очень красная или начала краснеть;
- кожа вокруг разреза более теплая, чем обычно;
- появился или увеличивается отек области вокруг разреза;
- вы заметили выделения, похожие на гной (густые и мутные);
- из разреза появился неприятный запах.

Если вам на разрезы наложили пластырь Steri-Strips или клей Dermabond, все это отклеится и отпадет само. Если этого не произошло по прошествии около 10 дней, вы можете удалить пластырь или клей самостоятельно.

## **Прием пищи и питье**

Вы можете употреблять ту же пищу, что и до операции, если ваш медицинский сотрудник не дал вам иных указаний. Прием высококалорийной сбалансированной пищи с высоким содержанием белка поможет вам выздороветь после операции. Старайтесь употреблять богатые белком продукты (например, мясо, рыбу или яйца) при каждом приеме пищи. Также старайтесь есть фрукты, овощи и цельные злаки.

Также важно пить много жидкости. Старайтесь выпивать 8–10 чашек (объемом 8 унций [240 мл] каждая) жидкости каждый день. Выбирайте безалкогольные напитки и ограничьте употребление кофеина.

Если у вас возникли вопросы о рационе питания, попросите записать вас на прием к врачу-диетологу.

## **Физическая нагрузка и упражнения**

На момент выписки из больницы ваш разрез может выглядеть

зажившим снаружи, однако он еще не заживет внутри. В первые 4–6 недель после операции:

- Не поднимайте ничего тяжелее 10 фунтов (4,5 кг).
- Воздержитесь от интенсивных физических нагрузок, таких как бег и теннис.
- Не занимайтесь контактными видами спорта, например, футболом.

Физическая нагрузка, например, ходьба и подъем по лестнице, поможет вам восстановить силы и улучшить самочувствие. Старайтесь выполнять физические упражнения 20–30 минут не менее 2–3 раз в день. Вы можете ходить по улице или в помещении, например, в магазине или торговом центре.

Обычно у человека после операции меньше сил, чем обычно. Продолжительность восстановления у всех разная. По мере возможности увеличивайте нагрузку каждый день. Обязательно соблюдайте баланс между периодами активности и периодами отдыха. Отдых является важным условием вашего выздоровления.

## **Вождение автомобиля**

Уточните у своего медицинского сотрудника, когда можно снова садиться за руль. Большинство людей возвращаются к вождению автомобиля через 1 неделю после операции. Не водите автомобиль, пока вы принимаете обезболивающее лекарство, оно может вызывать сонливость.

Вы можете ездить на автомобиле в качестве пассажира в любое время после выписки.

## **Возвращение на работу**

Поговорите о своей работе со своим медицинским сотрудником. Он скажет, когда вам будет безопасно снова начать работать, в зависимости от того, чем вы занимаетесь. Если на работе вы много двигаетесь или поднимаете тяжести, возможно, вам придется побыть дома дольше. Если вы сидите за столом, то сможете вернуться на работу раньше.

## Управление эмоциями

После операции по поводу серьезного заболевания у вас может появиться новое чувство подавленности. Многие люди говорят, что иногда им хотелось плакать, они испытывали печаль, обеспокоенность, нервозность, раздражение или злость. Вы можете обнаружить, что 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. Мы также можем 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. Мы готовы помочь вам, вашим друзьям и близким справиться с эмоциональными аспектами вашей болезни. Мы можем помочь независимо от того, где вы находитесь — в больнице или дома.

## Использование MyMSK

MyMSK ([my.mskcc.org](http://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](http://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-mymsk-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal)). Вы также можете обратиться в справочную службу MyMSK (MyMSK Help Desk) по адресу электронной почты [mymsk@mskcc.org](mailto:mymsk@mskcc.org) или по номеру телефона 800-248-0593.

## **Когда следует обращаться к своему медицинскому сотруднику**

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

- температура 100,5 °F (38 °C) и выше;
- усиливается покраснение в паховой области;
- усиливается отечность мошонки или паховой области, например, когда мошонка по размеру становится больше, чем маленький апельсин;
- появились выделения из разреза, например усилилось кровотечение или выделение гноя;
- трудности с мочеиспусканием;
- у вас запор;
- коготечение из разреза, пропитывающее насквозь марлевую салфетку;
- у вас возникли какие-либо вопросы или опасения.

### **Контактная информация**

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Вы можете связаться с сотрудником своей лечащей команды с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00. В остальное время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом.

Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником,

позвоните по номеру 212-639-2000.

## 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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://www.msk.org/rehabilitation)

Некоторые виды рака и его лечение могут привести к возникновению слабости, скованности или напряжения в теле. В некоторых случаях может развиться 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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://www.cancerandcareers.org)

646-929-8032

Ресурс, на котором собраны образовательные материалы, инструменты



и информация о различных мероприятиях для работающих людей, заболевших раком.

### **Организация Cancer Care**

[www.cancercare.org](http://www.cancercare.org)

800-813-4673

275 Seventh Avenue (между улицами West 25<sup>th</sup> и 26<sup>th</sup> Streets)

New York, NY 10001

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

### **Общество Cancer Support Community**

[www.cancersupportcommunity.org](http://www.cancersupportcommunity.org)

Предоставляет поддержку и образовательные материалы людям, столкнувшимся с раком.

### **Организация Caregiver Action Network**

[www.caregiveraction.org](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://www.cancer.gov)

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

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

[www.cancer-network.org](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://www.rxhope.com)

877-267-0517

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

## **Triage Cancer**

[www.triagecancer.org](http://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](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/guide-caregivers))

- *О вашей анкете Recovery Tracker* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker))
- *О вашей анкете Recovery Tracker* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/mymsk-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](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/advance-care-planning))
- *Позовите на помощь! Не упадите!* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/call-dont-fall))
- *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](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids))
- *Frequently Asked Questions About the MyMSK Goals to Discharge Checklist* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mymsk-goals-discharge-checklist](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-use-your-mymsk-goals-discharge-checklist))
- *Часто задаваемые вопросы о ходьбе после операции* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/frequently-asked-questions-about-walking-after-your-surgery))
- *Лечебные средства из трав и лечение рака* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment](http://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](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent))
- *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymsk-patient-portal))
- *Как пользоваться стимулирующим спирометром* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-your-)

[incentive-spirometer](#))

- *Управляемая пациентом аналгезия (УПА) (Patient-Controlled Analgesia (PCA))* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/patient-controlled-analgesia-pca))
- *Что можно сделать, чтобы избежать падений* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling))

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](http://www.mskcc.org/pe).

About Your Orchiectomy - Last updated on August 5, 2024

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center