



患者及照护者教育

隆胸手术后的自我护理

这些信息将有助于您在隆胸手术后进行自我护理。

手术后

- 我们会用纱布绷带包扎您的切口（手术切口）。这种绷带将通过胸罩或透明胶带固定在适当位置。
- 您出院时可能已置入 Jackson-Pratt® 引流管（JP 引流管）。这是一种插入胸腔的塑料引流管，用于引流手术中的液体。引流管通常在手术后 1 至 2 周移除。在您回家前，护士会教您如何进行护理。
 - 护士将为您提供相关资源 *Jackson-Pratt 引流管的护理* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain)，或者您可以在 mskcc.org/pe 上搜索。
- 您将获得止痛药和抗生素的处方。
- 如果您需要乘车出行，请在安全带和重建乳房之间放置一个小枕头或毛巾。重建乳房后的皮肤通常很薄，很容易被刮伤。这会导致感染。

居家

胸部的护理

- 如果您的胸罩上有固定绷带，请至少每天一次取下并更换新绷带，直到复诊。复诊时，医生或护士会告诉您是否可以停止更换。
- 如果您的绷带是用透明塑料绷带固定的，可以在手术后 48 小时（2 天）取下绷带。
- 为了在乳房下方形成自然褶皱，医生会在您的皮肤下缝上隐形的缝合线。它们会自行溶解，无需拆线。这些缝合线可能会让您感到刺痛或拉扯的感觉，并且可能会很痛。如果您感到任何疼痛，可服用止痛药。

手术后的前 48 小时：

- 您可能会有轻微发烧。您的体温可能达到 101°F (38.3°C)。
- 重建乳房周围的皮肤可能会变成粉红色或红色。

这些不是感染的体征。这些体征表明您的身体正在适应植入物。如果手术后 48 小时内发红或发烧没有好转，或者体温高于 101F (38.3° C)，请致电医生。

淋浴

- 手术后的前 48 小时内请勿洗澡或弄湿绷带。
- 向医生咨询在放置 JP 引流管情况下淋浴的事宜。
- 手术后至少 6 周内避免洗盆浴、热水浴和游泳。
- 在切口附近的任何地方使用除臭剂、乳液或乳霜之前，请先咨询医生或护士。

穿衣注意事项

- 手术后六周内，即使在睡觉时也要穿柔软的支撑胸罩。洗澡或淋浴时可以脱下胸罩。
- 请勿穿着带钢圈的胸罩。

药物

- 医生会根据需要给您开药来缓解疼痛。
- 医生会给您开抗生素。请遵医嘱服用抗生素。

体力活动的限制

手术后您可以立即恢复大多数活动，但应避免以下一些活动：

- 避免做任何会绷紧胸部肌肉的运动。如果您对此有任何疑问，请咨询医生或护士。
- 4 至 6 周内请勿举起任何重量超过 5 磅（2.3 公斤）的物体。
- 开始剧烈运动（如跑步、慢跑或举重）前，请咨询您的医生或护士。

运动时，请穿着柔软且有支撑力的胸罩。

如果出现以下情况，请致电您的医生或护士：

- 发热 $\geq 101^{\circ}\text{F}$ (38.3°C)
- 乳房区域发红、发热、疼痛或肿胀加剧
- 颤抖性寒战
- 呼吸困难

- 切口处有液体流出或渗出

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.

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Caring for Yourself After Your Breast Implant Surgery - Last updated on January 23, 2020

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利