

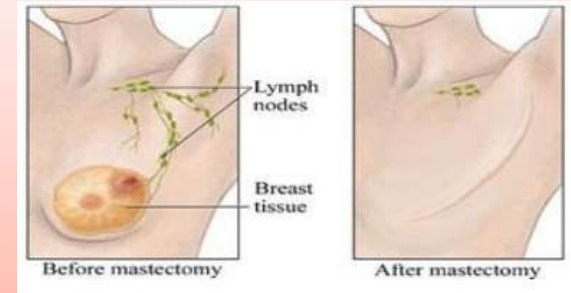


به نام اوکه هم درد است و هم درمان

بیمارستان نیمه شعبان

بخش جراحی

ماستکتومی



ادرس: کرمان - بلوار ۲۲ بهمن چهارراه شعبانیه

تلفن: ۹۸-۳۳۳۲۱۹۸۸

شماره دورنگار: ۰۳۴۳۳۳۱۲۱۴۵

تهیه و تدوین: زهرا ظهیری

مراقبت های بعد از ماستکتومی یا عمل برداشتن سینه

ماستکتومی یکی از روشهای اصلی درمان سرطان سینه است که به آن عمل برداشتن سینه یا تخلیه سینه هم گفته میشود.

علائم

احساس وجود توده

تغییر در پوست

فرورفتگی

خروج ترشحات غیر عادی در زنان غیر شیرده

درد

ورم یا زخم سینه

تشخیص

معاینه فیزیکی سینه

ماموگرافی

اولترا سونوگرافی

عکس ریه

بیوپسی

آسپیراسیون با سوزن ظریف

درمان

روش درمان، به مرحله بیماری، سن زن، وضعیت یائسگی و اثرات

تغییر شکل دهنده جراحی دارد

دارو درمانی

شیمی درمانی

رادیوتراپی

مراقبت های بعد از جراحی :

بعد از برطرف شدن حالت تهوع و تحمل مایعات با هماهنگی پزشک و پرستار توصیه می شود که از تخت خارج شده و پیاده روی شروع شود جهت کاهش ادم موقت در اندام مبتلا سه بار در روز برای ۴۵ دقیقه بازوها روی بالش قرار داده شود

از اویختن دست عمل شده خودداری کنید

روی دست عمل شده نخوابید

از روز دوم بعد از عمل ورزش های دست شانه بازو و ورزش های تنفسی شروع شود

ورزش بعد از ماستکتومی معمولا ۳ بار در روز و هر بار به مدت ۲۰ دقیقه باید انجام شوند و تا وقتی که دامنه حرکتی به صورت کامل برگشت کند ادامه داده می شود معمولا ۶-۵ هفته بعد از عمل توصیه می شود.

مراقبت از دست و بازو بعد از خارج کردن غدد لنفاوی زیر بغل

از گرفتن فشارخون تزریق و گرفتن خون از دست سمت عمل شده اجتناب شود

از ضدآفتاب با (عیار حفاظتی بیش از ۱۵) در برابر آفتاب استفاده شود برای اجتناب از نیش زدگی حشرات از مواد دافع حشرات (توری و حشره کش ها) استفاده شود

از قیچی کردن کناره های گوشتی اطراف ناخن اجتناب شود و درطی مانیکور نیز احتیاط شود

برای تراشیدن زیر بغل فقط از تیغ الکتریکی استفاده شود

از بلند کردن اشیا با وزن بیشتر از ۴-۲ کیلوگرم اجتناب شود.

درصورت ایجاد صدمه یا پارگی در پوست ناحیه با آب و صابون شسته شود و از یک پماد ضد باکتری استفاده شود

تغذیه

توصیه ای شود که از رژیم غذایی پرکالری و پرپروتئین مثل گوشت حیوانات تخم مرغ و ... جهت تامین نیازهای انرژی ترمیم زخم و افزایش مقاومت بدن استفاده شود. جهت بهبود اشتها غذا در وعده های زیاد و با حجم کم مصرف شود.

غذای سرشار از پروتئین، کم نمک همراه با میوه و سبزی استفاده کنید .

شکلات و نوشیدنی های کافئین دار مانند قهوه و چای را کمتر مصرف کنید.

مراقبت از درن هموواگ پس از ماستگتومی:

معمولا پس از عمل جراحی، جهت خروج ترشحات محل عمل و جلوگیری از تجمع ترشحات و با هدف کمک به بهبودی زخم جراحی، اقدام به گذاردن درن در محل عمل جراحی می کنند . برخی از درن ها به کیسه تخلیه ترشحات وصل می شوند که یکی از آنها هموواگ نام دارد. اینگونه درن ها اغلب اوقات قبل از مرخص شدن بیمار از بیمارستان کشیده می شود اما گاهی از اوقات به دلایلی از جمله ترشحات خونی زیاد، بیمار با درن مرخص می شود و پزشک معالج در ویزیت های بعدی (معمولا درن زیر بغل ۷ روز بعد از جراحی خارج می شود) در مطب و کیلینیک بیمارستان، اقدام به خارج نمودن آن می کنند. تخلیه کننده ترشحات و سائیلی هستند که به درن ها وصل شده و بصورت مکنده و مدام با فشار کم عمل می کنند.

برای پیشگیری از ورم لنفی چه اقداماتی مفید است؟

ورزش

استفاده از پوشش های کشی مخصوص

به جریان درآوردن لنف با استفاده از ماساژ

بانداز

استفاده از دستگاه پمپ فشار تحت نظر پزشک

ورزشهای بعد از ماستگتومی (برداشتن توده پستان)

بالا بردن دست ها روی دیوار: در فاصله ی نزدیک روبه روی دیوار

بایستید. دست را به موازات شانه به روی دیوار قرار داده و به تدریج

آن ها را به سمت بالا بکشید. سپس به آرامی دست ها را به وضعیت

قبل بر گردانید



تاب دادن بازو: با حرکت دایره وار بازو را بچرخانید حرکت چرخشی

را تا زمانی که فشار به دستتان وارد کند ادامه دهید



باز و بسته کردن دست ها: دست خود را باز و بسته کنید.

توصیه های پس از ترخیص

توصیه می شود بیمار از بلند کردن اشیاء سنگین خودداری کند

توصیه می شود که ناحیه عمل با روش کاملاً استریل پانسمان شود

پانسمان طبق دستور پزشک ۵بار در روز و بخیه ها ۷-۱۰روز بعد از

عمل کشیده شوند

در صورت ترخیص شدن بیمار با درن (لوله های پلاستیکی از محل

عمل به یک محفظه پلاستیک وصل است) مراقبت و شستشوی ناحیه

درن به روش استریل انجام شود. دقت کنید راه درن باز باشد و به

ترشحات قبلی اضافه شود. محل قرار گیری محفظه پلاستیکی باید

پایین تر از سطح بدن باشد

در صورت بروز قرمزی بوی نامطبوع خروج ترشحات چرکی و تب بالای

۳۳ درجه سانتی گراد به پزشک اطلاع داده شود آنتی بیوتیک های

تجویز شده به موقع مصرف شوند و درمان با آنها تکمیل شود

تا ۲ سال بعد از عمل هر ۳ ماه یکبار به پزشک خود مراجعه کند بعد از

هر ۶ ماه تا ۵ سال و بعداً مجدداً سالانه مراجعه داشته باشید

به دلیل اینکه عصب پوست بعد از جراحی پستان قطع می شوند

بیماران انواع حس ها را مثل احساس کشیدگی و سوزش در دیواره

قفسه سینه زیر بغل و قسمت داخلی بازو باشد و برای چند ماه تا

یکسال باقیمانده و سپس کاهش یابد. توصیه می شود ورزش های دست

و بازو انجام شود و از اسکن های تجویزی استفاده گردد. از دوش آب

گرم با صابون ملایم جهت تسکین درد های عضلانی پس از بهبود کامل

استفاده کنید. توصیه ای شود که پستان باقیمانده (پستانی که تومور آن

برداشته شده) و در مورد برداشتن کامل پستان دیواره قفسه سینه مورد

خود آزمایی پستان قرار گیرد. جهت غربالگری طبق تجویز پزشک

ماموگرافی سالانه سونوگرافی و MRI انجام شود