Memorial Sloan Kettering Cancer Center

清单：不进行乳房重建或使用组织扩张器进行乳房重建的乳房切除术

请遵循医疗团队的指示做好手术准备和术后恢复工作。

请阅读*“关于乳房切除术”* (www.msk.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/about-your-mastectomy) 或*“关于乳房切除术：男性须知”* (www.msk.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/about-your-mastectomy-men)。 您的医疗团队成员将为您提供一份副本。 您也可以在线查找。

为您的手术做好准备

应采取的措施

- 如果您还没有 MyMSK 账户，请开设一个账户。 请访问 www.msk.org/pe/enroll_mymsk 查看说明。
- 填写医疗护理委托书。 您可以申请打印副本或在 www.health.ny.gov/publications/1401.pdf 上查看。
- 确定您的照护者。
- 安排人在术后接您回家。
- 请遵循医疗保健提供者关于服用药物的指示。

需购物品

- 购买 4% 葡萄糖酸氯己定 (CHG) 溶液抗菌皮肤清洁剂，如洗必泰®。
- 购买 325 毫克版对乙酰氨基酚片（如泰诺® 常规规格）。

术前测试 (PST) 预约

- 请带上您服用药物的清单，包括所有处方药和非处方药。
- 请带上所有重要的医疗记录或 MSK 以外的其他机构出具的检查结果。 （如果您的 MSK 护理团队已有这些资料，则您不需要带上它们。）

©2021-2024 Memorial Sloan Kettering Cancer Center
1275 York Ave., New York, NY 10065
上次更新日期 March 8, 2024

手术前 1 天

留意手术时间

- 工作人员将在下午 2:00 至晚上 7:00 之间致电给您。他们会告知您应该何时做手术。 如果您的手术在星期一，他们会在前一个星期五致电给您。
- 如果您在晚上 7 点前未接到电话，请致电 212-639-5014。

服用药物

- 请遵循医疗保健提供者关于服用药物的指示。

淋浴

- 晚上淋浴。
  - 照常清洗头部、面部和生殖器区域。
  - 使用 4% 的 CHG 溶液从颈部清洗到脚部。 清洗时请避开头部和生殖器区域。
  - 用干净的毛巾擦干身体。 之后请勿使用任何乳液、护肤霜、除臭剂、化妆品、粉扑、香水或古龙水。

饮食

- **抵达时间前 8 小时停止进食。**
  - 医疗保健提供者可能会让您早点停止进食。 如被告知，请遵循其指示。
- 在抵达时间前 8 小时，除以下清流质以外，请勿进食或饮用任何东西：
  - 水。
  - 苏打。
  - 透明果汁（如柠檬水、苹果汁和蔓越莓汁）。 请勿饮用橙汁或带果肉的果汁。
  - 黑咖啡或茶（不含任何牛奶或奶精）。
  - 运动饮品，如佳得乐 Gatorade®。
  - ClearFast CF (Preop)® 或 Ensure® Pre-Surgery clear carbohydrate 饮料。
  - 果冻，比如 Jell-O®。

  您可以持续饮用，直至抵达时间前 2 小时。

手术当天

饮食

- 请牢记，从抵达时间前 8 小时开始，请勿进食或饮用上述以外的任何东西。
- **抵达时间前 2 小时停止饮用。** 包括水。

服用药物

- 请仅服用医疗保健提供者告知您应服用的药物。 抿一小口水服药。

淋浴

- 术前淋浴。 步骤与前一晚的淋浴相同。

注意事项

- 如果您平时戴隐形眼镜，请用镜框眼镜代替。
- 请取下所有金属物品和首饰，包括穿孔首饰。
- 请将贵重物品留在家中。
- 请穿纽扣式或宽松上衣和走路安全的平底鞋。
- 请带上您的医疗保健代表委任书和其他预立医疗指示（如果您已填写完成）。

术后在院事宜

学习如何居家自我照护。

- 请与护士见面，回顾以下事项：
  - 如何管理疼痛。
  - 如何护理引流管和切口。
  - 如何淋浴。
  - 何时可以驾驶。
- 回顾要在家中进行的手臂锻炼。

为出院做准备

- 请确保有一名负责任的照护者接您回家。

居家

术后恢复期间，请谨记遵循医疗团队的指示。

服用药物

- 请根据医嘱和需要服用止痛药。
- 服用处方止痛药期间，请勿驾驶车辆或饮酒。

引流管的护理

- 请早晚各清空一次您的引流管。 每次清空时请抽挤管路。 请访问 www.msk.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/caring-your-jackson-pratt-drain 查看说明。
- 如果您未接受重建手术，请按照乳腺外科医生所指示的时间致电其办公室，安排拔除引流管。
- 如果您接受了重建手术，则请按照整形外科医生所指示的时间致电其办公室，安排拔除引流管。

淋浴

- 如果您未接受重建手术，则可以在手术后 24 小时开始淋浴。
- 如果您接受了重建手术，则请遵循整形外科医生的指示。

运动和体力活动

- 请遵循*“乳房切除术或乳房重建后的锻炼”*中的相关指示。 您可以在 www.msk.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/exercises-after-mastectomy-or-reconstruction 上进行查看。 您的医疗团队成员也会为您提供一份副本。
- 每天进行 3 次手臂锻炼，直到可以像术前一样活动手臂。 之后每天进行 1 次手臂锻炼。
- 如果您接受了重建手术，在您的保健提供者告知您安全之前，请勿提举重量超过 5 磅（2.3 千克）的物体。

性生活

- 当您感觉准备就绪时，您可以开始性生活。

何时电话联系您的医疗保健提供者

如果您出现以下情况，请致电您的医疗保健提供者：

- 发热体温超过 100.4 °F (38 °C)。
- 切口周围皮肤比平时更红或更热。
- 手术部位不适感增加。
- 切口出现渗出液。
- 手臂或切口部位周围开始出现肿胀或变得更肿。
- 呼吸困难。
- 任何疑问或担忧。

联系信息

周一至周五上午 9:00 至下午 5:00，请致电：

医生：_____

护士：_____

电话号码：_____

下午 5:00 后或在周末和节假日，请致电 212-639-2000。 请求值班工作人员帮您联系您的医疗保健提供者。

备注 _____

_____

_____

_____

_____

_____