

## Уважаемые пациентки,

После операции мы обсудим с вами все детали лично и дадим важные рекомендации по уходу. Этот информационный листок поможет вам сохранить основные инструкции для начального периода восстановления дома. Пожалуйста, обратите внимание на следующее:

### 1. После операции

Пожалуйста, носите спортивный или поддерживающий бюстгальтер с грудным ремнём (Штутгартский пояс) круглосуточно в течение двух недель. В следующие четыре недели его следует носить как можно чаще, особенно ночью и при физической активности. После этого можно перейти на обычный бюстгальтер. Рекомендуемые модели, такие как «Anita Active®» или Marena Recovery с интегрированным грудным ремнём, также доступны на Amazon.

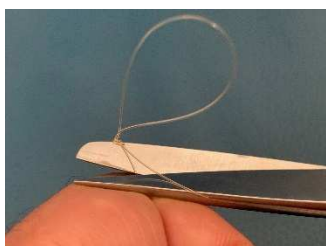


Если после операции на вашей груди был наложен бандаж, оставьте его на 24 часа. Затем носите указанный выше бюстгальтер. На ране находятся клейкие полоски (Steri-Strip®), которые следует оставить на две недели. Душ можно принимать со второго дня после операции; после душа высушите клейкие полоски феном. Если полоски начинают отклеиваться, их можно снять.



### 2. Уход за раной и швы

Швы рассасываются самостоятельно, примерно через шесть-восемь недель после операции. Выступающие концы швов можно аккуратно подрезать на уровне кожи. Осторожно потяните конец шва и, если есть узелок, обрежьте его вместе с узелком.



### **3. Обезболивание**

Для снятия боли мы рекомендуем принимать Ибупрофен 400 мг три раза в день в течение пяти дней. При необходимости можно увеличить дозу до 800 мг до четырех раз в день. Со второго дня после операции дозу можно снижать по мере уменьшения боли.

### **4. Общие рекомендации**

- Спать на боку можно с первого дня после операции.
- Пожалуйста, избегайте прямого солнечного света и солярия в течение восьми недель.
- Легкая физическая активность разрешена через два дня после операции, но она не должна быть интенсивной.
- Онемение в области операции является нормальным явлением в течение первых двух месяцев (иногда дольше) и обычно проходит со временем.

### **5. Специальные инструкции при удалении лимфоузлов**

После операции может возникнуть онемение в верхней части руки, особенно на внутренней стороне. В области операции может скапливаться жидкость (серома), и её может понадобиться удалить у врача, если это вызывает дискомфорт (вы можете обратиться к нам). Иногда требуется повторное удаление жидкости. Если установлена дренажная трубка с флаконом, она может оставаться до десяти дней. Отмечайте уровень жидкости ежедневно. Как только объём жидкости снизится до 50 мл в течение 24 часов, посетите нас для удаления трубки – запись не требуется, достаточно звонка.

### **6. Тревожные симптомы**

Пожалуйста, немедленно свяжитесь с нами, если рана сильно покраснела (больше ладони), грудь становится очень горячей или у вас появляется жар. Это позволит нам контролировать процесс заживления и при необходимости принять меры.

### **7. Дополнительные вопросы**

Если у вас есть дополнительные вопросы, мы всегда готовы помочь. Вы также можете отправить нам фотографию проблемной области (без лица).

### **Контроль у гинеколога**

Пожалуйста, позвоните своему гинекологу на следующий день после операции, чтобы записаться на контрольный осмотр, который обычно проводится примерно через десять дней после операции.

### **Анкета AQS**

Пожалуйста, заполните анкету, которую вы получили при выписке, и отправьте её в течение 14 дней в прилагаемом конверте с оплатой обратно в компанию medicaltex GmbH. Ваш отзыв помогает нам участвовать в проверке качества.

**Желаем вам скорейшего выздоровления!**