



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

جراحی پستان چیست و چگونه از خود مراقبت کنید؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش جراحی ۲

تدوین: خرداد ۱۴۰۱

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T2-AC-02

➤ برای جلوگیری از خشکی پوست از لوسیون استفاده کنید. از کرم ضد آفتاب استفاده کنید و از قرار گیری بیش از حد در مقابل آفتاب خودداری کنید.

➤ در صورت ایجاد بریدگی سطحی در دست عمل شده، ناحیه را با آب و صابون شسته و با بتادین ضد عفونی کنید. پانسمان کنید. در صورت عدم التیام زخم به پزشک مراجعه کنید.

➤ در صورت قرمزی و درد و تورم در دست به اورژانس بیمارستان یا مطب پزشک مراجعه نمایید.

در صورت بروز علائم زیر به پزشک اطلاع دهید یا



به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید:

➤ تورم بازو (دست طرف عمل شده)
➤ ترشح از محل عمل، تجمع بیش از حد خون یا ترشح در مخزن درن
➤ علائم عفونت: تب، درد، ترشح چرکی، قرمزی، گرمی محل عمل

پیگیری:



➤ در زمان تعیین شده با خلاصه پرونده جهت ویزیت مراجعه نمایید.

➤ جواب پاتولوژی را پیگیری و به اطلاع پزشک برسانید.

➤ معاینه پستان و ماموگرافی پستان غیر مبتلا را طبق نظر پزشک پیگیری نمایید.

➤ درمانهای تکمیلی مورد نیاز مانند: هورمون تراپی، شیمی درمانی و رادیوتراپی را دنبال کنید.

➤ جهت استفاده از انواع پروتز با پزشک مشورت نمایید.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل

با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس حاصل

نمایید.

منبع: برونر و سوارث - هند بوک آموزش به بیمار ام کانابو

در صورت برداشتن غدد لنفاوی ناحیه عمل موارد زیر را حتما رعایت نمایید:

- از کنترل فشار خون، تزریقات و گرفتن نمونه خون از دست عمل شده خودداری نمایید.
- در حالت درازکش جهت کاهش تورم در طرف جراحی شده، بازوی طرف عمل شده را روی بالش قرار دهید. به گونه ای که مچ دست بالاتر از آرنج و آرنج بالاتر از شانه باشد.
- روی دست عمل شده نخوابید و از سمت غیر عمل عمل شده از تخت خارج شوید.
- از آویزان کردن دست خودداری نمایید. در هنگام نشستن نیز دست خود را بر روی یک بالش قرار دهید.
- لباس تنگ نپوشید و جواهرات را در طرف مبتلا استفاده نکنید و کیف دستی را بر روی دست جراحی شده نیندازید.
- تا زمانی که بخیه های زیر بغل برداشته نشده اند و زخم بهبود نیافته، از خوشبو کننده و مواد ضد عرق استفاده نکنید.
- از وارد آمدن صدمه و جراحت در دست عمل شده خودداری نمایید.
- در هنگام استفاده از اشیاء تیز و برنده مراقبت نمایید.
- برای تراشیدن موهای زیر بغل از ریش تراش برقی استفاده نمایید.
- از قیچی کردن کناره های گوشتی ناخن خودداری نمایید و از سوهان جهت صاف کردن گوشه های ناخن استفاده کنید. از مانیکور کردن و استفاده از کاشت ناخن در دست مبتلا خودداری کنید.
- در پشه بند بخوابید تا از نیش حشرات در امان باشید.
- در هنگام استفاده از شوینده های قوی و سیم های مفتولی حتما از دستکش لاستیکی استفاده کنید در زمان خیاطی از انگشتانه و در باغبانی حتما از دستکش (کتانی) استفاده کنید.
- در هنگام کار با اجاق گاز از دستکش پنبه ای بلند روی بازوی مبتلا استفاده کنید.

جراحی پستان چیست ؟

از روش های درمان جراحی برای سرطان پستان هستند که بر اساس نظر جراح و اندازه ی تومور، میزان گسترش تومور و... انجام می گیرند.

جراحی لامپکتومی شامل: برداشتن توده و کناره های بافت های سالم اطراف توده است.

جراحی ماستکتومی ساده: شامل برداشتن بافت پستان است که پوست، نوک پستان و بافت قهوه ای رنگ اطراف آن را شامل می شود ولی غدد لنفاوی زیر بغلی برداشته نمی شود.

جراحی ماستکتومی رادیکال: شامل برداشتن بافت پستان همراه با پوست و نوک پستان و بافت قهوه ای و غدد لنفاوی زیر بغلی است.

چگونه پس از جراحی در منزل از خود مراقبت کنید؟

مصرف داروها:



- داروهای تجویز شده را به طور کامل مصرف نمایید و خودسرانه کم یا زیاد نکنید.
- آنتی بیوتیک را با یک لیوان آب کامل مصرف کنید و دوره درمان را کامل کنید.
- بهتر است داروی مسکن را بعد از غذا مصرف کنید تا منجر به ناراحتی معده نشود .
- در صورت بروز هرعارضه دارویی پزشک معالج را مطلع نمایید.
- برای شروع مجدد داروهای ضد انعقاد نظیر: پلاویکس و اسویکس ویا آسپرین و... حتماً از پزشک معالج سوال کنید.
- در صورت استفاده از هر نوع درمان جایگزینی(داروهای گیاهی، دم نوش ها و ...) با پزشک خود مشورت نمایید.



مصرف رژیم غذایی:

- از رژیم غذایی پرپروتئین و کم نمک همراه با مصرف سبزی و میوه جات استفاده نمایید.
- مایعات به میزان کافی مصرف کنید.
- شکلات و نوشیدنی های کافئین دار کمتر مصرف کنید.
- در صورت دیابتی بودن رژیم غذایی صحیح خود را رعایت نمایید.
- در صورت اضافه وزن، وزن خود را کاهش دهید.



میزان و محدوده فعالیت:

- فعالیت های عادی روز مره خود (شانه زدن و...) را به تدریج از سر بگیرید.
- در حالت درازکش جهت کاهش تورم در طرف جراحی شده، بازوی طرف عمل شده را روی بالش قرار دهید. به گونه ای که مچ دست بالاتر از آرنج و آرنج بالاتر از شانه باشد.
- بازوی عمل شده را از بدن دور نکنید.
- روی دست عمل شده نخواستید و از سمت غیر عمل شده از تخت خارج شوید.
- به مدت ۴ تا ۶ هفته از انجام کارهای سنگین و وارد آمدن فشار، ضربه در محل بخیه ها خودداری نمایید.
- ورزش های دامنه حرکتی بازوی عمل شده را بعد از جراحی با مشورت پزشک معالج انجام دهید.
- تا زمانی که نتوانید دست خود را به طور کامل حرکت دهید، رانندگی نکنید.



مراقبت از زخم جراحی و استحمام:

- پانسمان ناحیه عمل را هر روز طبق دستور پزشک به روش استریل ، تعویض نمایید .
- از بکار بردن لوسیون و پماد بر روی برش جراحی تا التیام و بسته شدن کامل لبه های زخم اجتناب نمایید.

- بعد از سه روز از جراحی می توانید حمام نمایید و تا زمانی که بخیه ها برداشته نشده و یا درن دارید یک دوش ساده بگیرید و از شامپوی بچه استفاده کنید و در صورت داشتن ترشحات و یا همچنان لوله های اتصال در محل عمل، محل عمل را با پانسمان استریل ببوشانید.
- بعد از جراحی به دلیل قطع شدن اعصاب پوست احساس کشیدگی و سوزش در دیواره قفسه سینه، زیر بغل و قسمت داخلی بازو برای چند ماه تا یک سال دارید و سپس به مرور کاهش می یابد. از دوش آب گرم و صابون ملایم جهت تسکین درد استفاده نمایید. مراقبت از زخم را به آرامی انجام دهید و ورزش های دست و بازو را با مشورت پزشک به مرور انجام دهید.
- در صورت ترخیص با اتصالات (درن) محل عمل (معمولاً به مدت ۷ تا ۱۰ روز در محل باقی می ماند)، از کشیدگی، پیچ خوردگی و تاخوردن لوله خودداری کنید. ترشحات ابتدا به رنگ خون است و به تدریج رنگ آنها روشن می شود. همواره مخزن درن را پایین تر از سطح بدن و در حالت خلاء نگهدارید. تا ترشحات به آسانی خارج شود.
- پس از تخلیه روزانه ترشحات میزان آن را یادداشت نمایید و در زمان تعیین شده جهت خروج درن مراجعه نمایید.
- محل زخم جراحی و درن را از نظر علائم عفونت : قرمزی، التهاب، ترشح از زخم و اطراف درن بررسی نمایید.
- برای کاهش تورم و درد می توانید از کمپرس سرد استفاده کنید.
- از پروتز های خارجی و کمرست با نظر پزشک و تا زمانی که تورم از بین برود و زخم ناحیه عمل کاملاً بهبود یابد استفاده نکنید.
- در زمان تعیین شده جهت کشیدن بخیه به پزشک مراجعه نمایید.
- پس از ترمیم زخم و کشیدن بخیه التیام کامل زخم ممکن است چند ماه طول بکشد.