

ZALECENIA DLA PACJENTEK PO PODSKÓRNEJ AMPUTACJI PIERSI Z REKONSTRUKCJĄ EKSPANDEREM / IMPLANTEM

W okresie gojenia

1. Toaleta ciała pod krótkim prysznicem.
2. Miejsce operowane myj delikatnie wodą z mydłem, najlepiej bezzapachowym, hipoalergicznym.
3. Gojącą się skórę delikatnie osuszaj czystym i suchym ręcznikiem poprzez dotykanie a nie pocieranie, może być ręcznik jednorazowy.
4. Użyj środka antyseptycznego zgodnie z zaleceniem lekarza.
5. Noś biustonosz zgodnie z zaleceniem lekarza.
6. W przypadku objawów takich jak: zaczerwienienie, ból, obrzęk piersi, większe ucieplenie skóry, wyciek z rany, gorączka natychmiast zgłoś się do lekarza.
7. Odżywianie zgodnie z zasadami zdrowego żywienia:
 - regularne spożywanie posiłków, często ale w małych ilościach, 4- 5 razy dziennie (ostatni posiłek na 2-3 godz. przed snem).
 - wypijanie płynów w ilości 1500 – 2000 ml/ dobę (soki warzywne i owocowe, woda mineralna, herbaty owocowe).
 - zalecana dieta zróżnicowana z dużą zawartością błonnika (pieczywo razowe, nasiona strączkowe), białka (kefir, jogurt, ser twarogowy, ryby morskie, drób), niskotłuszczowa.
 - wskazana duża ilość warzyw i owoców z wyjątkiem bogatych w węglowodany (np. banany, gruszki).
 - ograniczenie spożycia słodczy, tłustych potraw, używek (kawa, alkohol, papierosy).
 - ograniczenie soli kuchennej, zastąpienie soli przyprawami (np. suszone zioła).
 - przestrzeganie higieny przygotowania i spożywania posiłków.
8. Ogranicz wysiłek fizyczny, do momentu zakończenia rekonstrukcji.
9. Kontynuuj zalecenia dotyczące masażu odtworzonej piersi zgodnie z zaleceniem rehabilitanta.

10. Przez 3 - 4 tyg. ograniczaj zakres ruchu obręczy barkowej strony operowanej do 90° zgięcia - nie należy wykonywać pełnego ruchu w stawie (180°).
11. Po zakończeniu rekonstrukcji piersi zalecane są typowe ćwiczenia kondycyjne oraz pływanie.
12. Chronić gojącą się skórę przed otarciami, uciskiem, działaniem zbyt wysokich i niskich temperatur, nadmiernym promieniowaniem słonecznym.

TELEFONY KONTAKTOWE

Oddział Chirurgii Onkologicznej ze Specjalistycznymi Pododdziałami Leczenia Chorób
Nowotworowych

Pododdział Chirurgii Piersi i Rekonstrukcji

Dyżurka lekarska - tel. 85 66 46 733

Dyżurka pielęgniarska - tel. 85 66 46 735

Sekretariat oddziału: poniedziałek-piątek 8.00-15.00 tel. 85 67 84 179