



Операция по реконструкции молочной железы DIEP-лоскутом

Чего следует ожидать и как подготовиться

В данной памятке объясняется, чего следует ожидать от реконструкции груди DIEP-лоскутом, как подготовиться к операции и как планировать своё выздоровление.

Что такое операция по реконструкции груди DIEP-лоскутом?

Сокращение «DIEP - flap» расшифровывается как *свободный кожно-мышечный лоскут с глубокой нижней эпигастральной артерией* – то есть с сосудом, обеспечивающим кровоснабжение тканей на животе. Во время этой операции для реконструкции вашей груди хирург будет использовать *лоскут* (состоящий из кожи и жировой ткани), взятый из нижней части вашего живота. При этом ваши брюшные мышцы будут затронуты лишь незначительно.

Сначала лоскут берётся из области вашего живота и перемещается в область груди. Затем кровеносные сосуды, находящиеся внутри этого лоскута, вшиваются в кровеносные сосуды, находящиеся в вашей грудной стенке, чтобы сохранить жизнеспособность этого лоскута. Этот лоскут становится вашей новой грудью.

Как подготовиться к операции?

- За 1 неделю до операции **не** принимайте аспирин или другие препараты, влияющие на свёртываемость крови. К числу таких лекарственных препаратов относятся следующие два: Ибупрофен (Адвил, Мотрин) и Напроксен (Алев, Напросин). С дополнительной информацией можно ознакомиться в прилагаемом листе.
- **Не** брейте никакие части вашего тела, кроме тех, которые вы обычно бреете каждый день. Если вы обычно бреете какой-то участок вашего тела рядом с местом операции, не брейте эту область в течение 2-х дней (48-ми часов) до операции.



Вы будете восстанавливаться после операции в больнице в течение 3-5-ти дней.

- Планируйте находиться в больнице в течение 3-5 дней после операции.
- В течение первых 1-2 недель по возвращении домой вам потребуется помощник по уходу, который будет помогать вам питаться, осуществлять самоуход и справляться с повседневными делами.

За один день до операции

- **Питание:** за один день до операции ешьте только лёгкую, хорошо перевариваемую пищу.
- **Душ:** Примите душ один раз вечером, накануне операции:
 - Для мытья тела используйте антибактериальное мыло, выданное вам медсестрой.
 - **Не** используйте антибактериальное мыло для мытья лица и головы. Помойте лицо и голову своим собственным мылом и шампунем.
 - Насухо вытретесь чистыми полотенцами и наденьте чистую одежду.
- **Время прибытия:** Медсестра из предоперационного отделения позвонит вам в день накануне операции (во второй половине дня) – к 5-ти часам вечера. Если ваша операция назначена на понедельник, медсестра позвонит вам в предшествующую пятницу. Если вы не получите звонка от медсестры этого отделения до 5 часов вечера, пожалуйста, позвоните по телефону 206.598.6334.
- Медсестра сообщит вам о том, когда вам необходимо прибыть в больницу, а также напомним вам о следующем:
 - нельзя ничего есть или пить после определенного часа;
 - какие из обычно принимаемых вами лекарств вам необходимо принять, и какие не принимать;
 - при приёме лекарств вам можно будет сделать лишь несколько глотков воды, чтобы только проглотить таблетки.

В день операции

Дома

- **Еда и питьё:** ничего **не** ешьте и **не** пейте в день операции. Это включает жевательную резинку и мятные леденцы.
- **Душ:** ещё раз примите душ с антибактериальным мылом. Выполните все те же указания, что и в первый раз, когда вы принимали душ накануне вечером.
- **Лекарства:** следуйте инструкциям, которые вам дала медсестра предоперационного отделения в отношении того, какие лекарства

следует принять, а какие – не принимать. Не забудьте о том, что вам можно сделать лишь несколько глотков воды только для того, чтобы проглотить таблетки.

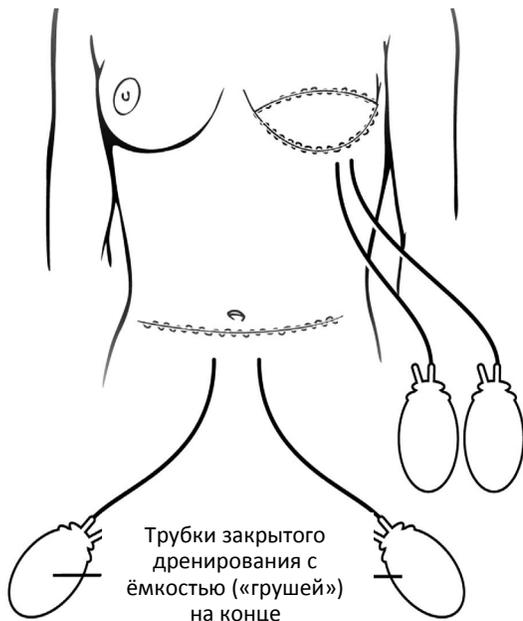
В больнице

- **Одеяло с подогревом:** мы накроем вас одеялом с электроподогревом, чтобы согреть ваше тело, пока вы будете ждать транспортировки в операционную комнату (OR). Это помогает снизить риск заражения. Попросите одеяло с подогревом, если вы его не получите.

После операции

Вы проснетесь в послеоперационной палате. Вы будете испытывать сонливость. У вас на теле будут установлены:

- В руке – тонкая **внутривенная трубка (ВВ)**. Мы будем использовать этот внутривенный катетер, чтобы вводить вам лекарства от боли и тошноты.
- В мочевом пузыре – **трубка катетера**, введённого вам в мочевой пузырь для вывода мочи. Эта трубка будет вам введена в операционной комнате (OR) в то время, пока вы будете спать.
 - **Аппараты пневматической последовательной компрессии нижних конечностей (АПК)** – у вас на ногах. Вы будете чувствовать, как эти массажёры для ног время от времени будут наполняться воздухом. Создаваемое таким образом давление помогает крови циркулировать по венам ног. Аппараты АПК будут способствовать предотвращению образования тромбов, пока вы будете находиться в постели и не сможете вести обычный активный образ жизни.
 - Несколько **трубок закрытого дренирования с ёмкостью («гармошкой» или «грушей») на конце**, выходящих из ваших послеоперационных швов (см. рисунок слева). Пожалуйста, прочтите памятку «Уход за закрытым дренажем с ёмкостью (грушей)», чтобы подробнее ознакомиться с дренажем такого типа.
 - Небольших размеров проволока, называемая **проволокой ультразвуковой доплерографии**, будет установлена в месте сшивания кровеносных сосудов вашего лоскута. Эта проволока поможет медсестрам следить за притоком крови к вашему лоскуту. Проволока будет удалена через 2-3 недели после операции, во время вашего 1-го или 2-го послеоперационного визита.



Послеоперационные швы и дренажи после операции по реконструкции груди с помощью DIEP- лоскута.

Восстановление в больнице

Вы проведёте в больнице 3-5 дней после операции. Первые 24-48 часов вы будете находиться в отделении интенсивной терапии (ОИТ). Когда ваша хирургическая бригада убедится в том, что кровоснабжение вашего лоскута стабильно хорошее, они переведут вас в отделение обычного стационарного ухода.

Постельный режим

Вы проведёте в постели весь следующий день после операции. Изголовье кровати будет слегка приподнято, чтобы уменьшить нагрузку на живот. В то время, когда вы будете находиться в постели:

- вас накроют тёплым одеялом, чтобы помочь вам с кровоснабжением;
- время от времени вы будете чувствовать, как аппараты АПК мягко сжимают ваши ноги;
- в течение первых 24 часов ваши медсестры будут часто проверять приток крови к вашему лоскуту.

Операционные разрезы

Сразу после операции все ваши операционные разрезы будут закрыты марлей.

- **Разрез брюшной стенки** будет сделан выше лобковой линии волос. Он будет проходить от одного бедра до другого.
- Место **разреза на груди** будет зависеть от типа перенесённой вами мастэктомии.

Диета

Большинство пациентов бывают не в состоянии есть или пить через рот в течение 24 часов после операции. На протяжении этого времени вы будете получать жидкости и питательные вещества через капельницу.

Дыхательная гимнастика

Ваша медсестра будет помогать вам делать дыхательные упражнения и упражнения, стимулирующие отхаркивание, каждые 1-2 часа, в то время, когда вы будете бодрствовать. Эти упражнения будут очищать ваши лёгкие и помогут предотвратить развитие *пневмонии* (лёгочной инфекции).

Контроль боли

В течение 1-2-х дней после операции вы будете сами себе вводить обезболивающее лекарство, используя для этого помпу, которая входит в систему, называемую «*контролируемая пациентом анальгезия*» (КПА). Вы будете нажимать кнопку, чтобы получить

очередную дозу обезболивающего лекарства из капельницы каждый раз, когда вам это будет нужно для поддержания комфортного состояния.

Если обезболивающее лекарство потребуется вам дома после выписки, принимайте то болеутоляющее лекарство, которое вам прописал ваш врач.

Катетер мочевого пузыря

В течение 1-2-х дней после операции в мочевом пузыре у вас будет установлен катетер. Это позволит вам соблюдать постельный режим. Кроме того, это вам позволит уменьшить нагрузку на область живота.

Дренажи

Ваша медсестра выдаст вам памятку под названием «Уход за закрытым дренажем с ёмкостью (грушей)». Пожалуйста, внимательно её прочитайте. Задайте медсестре любые вопросы, которые у вас возникнут.

У вас в области живота и в месте реконструкции груди будут установлены дренажи (см. рисунок на стр. 3). Вас выпишут домой с этими дренажами.

Прежде чем вы покинете больницу, ваша медсестра обучит вас тому, как ухаживать за этими дренажами. Вас обучат тому, как правильно:

- выдавливать («сцеживать») скопившуюся в дренажных трубках жидкость в «грушу» каждые 8 часов, чтобы эти трубки не засорились;
- опорожнять их;
- записывать количество собранной жидкости.

Когда количество жидкости, слитой из установленных в месте вашего DIEP-лоскута дренажей, составит менее 30 куб. см на протяжении 24-х часов в течение 2-х дней подряд, вам можно будет снять дренажи. Вы можете либо подождать до вашего следующего визита к врачу, либо назначить специальный визит к медсестре, чтобы их удалить. Позвоните по телефону 206.598.1217, чтобы записаться на приём к медсестре.

Меры предосторожности и уход за собой в домашних условиях

Поддержка груди

- **Не** носите бюстгальтер в течение 3-х недель после операции. Носите такую одежду, которая оказывает поддерживающее действие, но при этом не сдавливает грудь.

- Для поддержки груди вы можете носить специальный корректирующий послеоперационный лифчик. В нём имеются съёмные карманы для дренажей. Могут подойти также обычные топы (рубашки с бретельками) и майки (футболки без рукавов).
- Не носите бюстгальтер на косточках до тех пор, пока операционные разрезы у вас на груди не заживут полностью.

Поддержка живота

В течение 3-4-х недель после операции мы рекомендуем вам носить какой-либо из следующих видов специального белья:

- велосипедные шорты с высокой талией или
- компрессионные трусики

Они будут поддерживать ваш живот, легко его сдавливая при равномерном распределении давления по всей области брюшной полости. Это поможет предотвратить скопление жидкости у вас в животе. Вы можете приобрести такие шорты в спецмагазинах спорттоваров или в других торговых предприятиях, а трусики – в магазинах одежды.

Душ

- Вы можете принимать душ, не снимая дренажей.
- **Не** принимайте ванну, не сидите в гидромассажной ванне и не плавайте до тех пор, пока:
 - ваши дренажи не будут удалены.
 - ваши операционные разрезы полностью не заживут и не оставят при этом струпьев, выделений или разошедшихся послеоперационных швов.

Ограничения физической активности

- В течение 4-х недель после операции не поднимайте никакие предметы, весом более 5 фунтов (2-литровая бутылка воды весит почти 5 фунтов.)
- В течение 4-6 недель после операции не работайте в саду, не пылесосьте, не занимайтесь аэробикой или какими-либо иными видами физической активности, которые могут вызвать расхождение вашего послеоперационного шва.
- Совершайте короткие прогулки для поддержания физической активности и обеспечения полноценного кровообращения.
- Пока разрез на животе не заживет, в течение 4-6 недель, вы не сможете стоять прямо, так как это может повысить нагрузку на область спины. Если в прошлом у вас уже были проблемы со

спиной, в данный период времени вам рекомендуется ходить с палкой-тростью или с каким-либо другим ортопедическим приспособлением, обеспечивающим опору при ходьбе.

Возвращение на работу

Продолжительность вашего отпуска по болезни будет зависеть от того, где и кем вы работаете. Большинство людей берут от 1 до 2 месяцев отпуска на восстановление после такой операции

Последующие контрольные визиты

1-й послеоперационный контрольный визит

Вы придёте на приём к своему хирургу через 2-3 недели после операции. Во время этого визита:

- Мы можем снять вам дренажи, если количество выделений в них уменьшится в достаточной степени.
- Мы вас спросим о том, бывают ли у вас боли и как вы себя чувствуете дома после выписки.
- Мы можем снять установленную в вашем теле проволоку(-и) ультразвуковой доплерографии, если потребность в ней отпадёт.

2-й послеоперационный контрольный визит

Во время вашего 2-го визита, через 5-6 недель после операции:

- Мы снимем оставшиеся у вас дренажи, если количество выделений в них уменьшится в достаточной степени.
- Мы спросим вас о том, как вы себя чувствуете дома, каков уровень вашей боли и какое количество болеутоляющих лекарств вы принимаете.
- Если установленная в вашем теле проволока ультразвуковой доплерографии не была удалена во время вашего 1-го послеоперационного визита, мы можем удалить её во время этого визита, если потребность в ней отпадёт.

Когда следует звонить

Звоните своей медсестре или врачу, если у вас имеются какие-либо из следующих симптомов:

- Кровотечение или выделения, которые пропитывают вашу повязку
- Повышенная температура/жар выше 100,5°F (38°C)
- Дрожь и озноб
- Любые признаки инфекции в вашем послеоперационном шве:
 - Покраснение или припухлость

- Усиливающаяся боль
- Дурно пахнущие выделения или изменение типа или количества жидкости, накапливаемой в дренажах
- Тошнота, рвота или одновременно и то и другое
- Проблемы или вопросы, не терпящие отлагательства до вашего последующего визита

Кому следует звонить

Пожалуйста, смотрите номера телефонов в разделе под заголовком «Есть вопросы?», приведённом на данной странице в рамке слева.

Есть вопросы?

Ваши вопросы для нас важны. Звоните своему врачу или другому медработнику, если у вас имеются вопросы или проблемы.

В будние дни: с 8 утра до 5 часов вечера звоните в Центр реконструктивной хирургии по телефону 206.598.1217.

В нерабочее время, а также в выходные и праздничные дни звоните по телефону 206.598.6190 и попросите вызвать по пейджерной связи дежурного врача-ординатора, работающего с вашим хирургом.

DIEP Flap Breast Reconstruction

What to expect and how to prepare

This handout explains what to expect from DIEP flap breast reconstruction, how to prepare for your surgery, and how to plan for your recovery.

What is DIEP flap breast surgery?

DIEP stands for *deep inferior epigastric perforator*. In this surgery, your surgeon will use a *flap* (skin and fat) from your lower belly to rebuild your breast. Your stomach muscle is only slightly affected.

First, the flap from your belly is moved to your breast area. The blood vessels in the flap are then sewn into blood vessels in your chest wall to keep the flap alive. This flap becomes your new breast.

How do I prepare for surgery?

- For 1 week before your surgery, do **not** take any aspirin or other products that affect blood clotting. Two of these are ibuprofen (Advil, Motrin) and naproxen (Aleve, Naprosyn). See attached sheet for more information.
- Do **not** shave any part of your body that you do not already shave every day. If you normally shave near your surgical site, do **not** shave that area for 2 days (48 hours) before your surgery.
- Plan to stay in the hospital for 3 to 5 days after your surgery.
- When you go home, you will need someone to help you with meals, self-care, and daily activities for 1 to 2 weeks.



You will be recovering in the hospital for 3 to 5 days after your surgery.

Day Before Surgery

- **Meals:** The day before your surgery, eat only light foods that you can digest easily.
- **Shower:** Take 1 shower the night before your surgery:
 - Use the antibacterial soap your nurse gave you to wash your body.
 - Do **not** use the antibacterial soap on your face and hair. Use your own soap and shampoo on your face and hair.
 - Use clean towels to dry off, and put on clean clothing.
- **Arrival time:** The pre-surgery nurse will call you by 5 p.m. the night before your surgery. If you are having surgery on a Monday, the nurse will call you the Friday before. If you do not hear from this nurse by 5 p.m., please call 206.598.6334.

The nurse will tell you when to come to the hospital and remind you:

- Not to eat or drink after a certain time
- Which of your regular medicines to take or not take
- To sip only enough water to swallow your pills

Day of Surgery

At Home

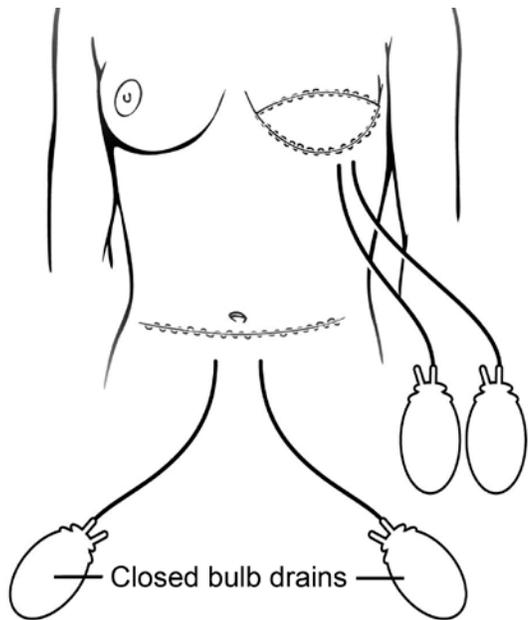
- **Food and drink:** Do **not** eat or drink anything on the day of surgery. This includes gum and mints.
- **Shower:** Take another shower with the antibacterial soap. Follow the same steps as you did for your shower the night before.
- **Medicines:** Follow the instructions the pre-surgery nurse gave you about what medicines to take or not take. Remember to sip only enough water to swallow your pills.

At the Hospital

- **Heating blanket:** We will cover you with a heating blanket to warm your body while you wait to go into the operating room (OR). This helps reduce your risk of infection. Ask for a heating blanket if you do not receive one.

After Surgery

You will wake up in the recovery room. You will feel sleepy. You will have:



DIEP flap breast reconstruction incisions and drains.

- A thin **intravenous tube** (IV) in your arm. We will use the IV to give you medicine for pain and nausea.
- A **catheter tube** inserted into your bladder to drain your urine. This tube was put in place while you are asleep in the OR.
- **Sequential compression devices** (SCDs) on your legs. You will feel these leg wraps fill with air from time to time. This pressure helps blood move through your leg veins. SCDs help prevent blood clots while you are in bed and not as active as usual.
- Some **closed bulb drains** coming from your incisions (see drawing at left). Please read the handout “Caring for Your Closed Bulb Drain” to learn more about these drains.
- A small wire called a **Doppler wire** in your flap where the blood vessels are attached. This wire helps the nurses watch the blood flow to your flap. The wire will be removed 2 to 3 weeks after your surgery, at your 1st or 2nd follow-up visit.

Recovering in the Hospital

You will stay in the hospital for 3 to 5 days after your surgery. The first 24 to 48 hours, you will be in the Intensive Care Unit (ICU). When your surgical team sees that the blood flow to your flap is staying strong, they will move you to a bed in a regular care unit in the hospital.

Bed Rest

You will rest in bed the day after your surgery. The head of the bed will be slightly raised to lessen the strain on your abdomen. While you rest:

- A warm blanket will be placed over you to help with blood flow.
- From time to time, you will feel the SCDs gently squeezing your legs.
- Your nurses will check the blood flow to your flap often in the first 24 hours.

Incisions

All of your incisions will be covered with gauze right after your surgery.

- Your **abdominal incision** will be above your pubic hairline. It will go from hip to hip.
- Where your **chest incision** depends on the type of mastectomy you had.

Diet

Most patients cannot eat or drink anything by mouth for 24 hours after surgery. You will receive fluids and nutrients through your IV during this time.

Breathing Exercises

Your nurse will help you do breathing and coughing exercises every 1 to 2 hours while you are awake. These exercises will keep your lungs clear and help prevent *pneumonia* (lung infection).

Pain Control

You will use a pump called *patient-controlled analgesia* (PCA) to give yourself pain medicine for 1 to 2 days after your surgery. You will push a button to get pain medicine through your IV when you need it so that you stay comfortable.

If you need pain medicine after you go home, take the pain medicine your doctor prescribed for you.

Bladder Catheter

You will have a catheter in your bladder for 1 to 2 days. This will allow you to rest in bed. It will also lessen the strain on your belly.

Drains

Your nurse will give you a handout called “Caring for Your Closed Bulb Drain.” Please read it carefully. Ask your nurse any questions you have.

You will have drains in your belly and in the area of your breast reconstruction (see the drawing on page 3). You will go home with these drains in place.

Before you leave the hospital, your nurse will teach you how to take care of your drains. You will be taught to:

- Strip them every 8 hours so that they do not clog
- Empty them
- Record the amount of drainage that collects

When drainage from your DIEP flap drains is less than 30 cc in 24 hours for 2 days in a row, your drains can be removed. You can wait until your follow-up visit to have this done, or you can schedule a visit with a nurse to have them removed. Call 206.598.1217 to make an appointment with a nurse.

Precautions and Self-care at Home

Breast Support

- Do **not** wear a bra for 3 weeks after surgery. Wear something that is supportive that does not constrict your breasts.
- You may wear a surgical camisole for breast support. These have removable pockets for drains. Regular camisoles and tank tops are OK, too.
- Do not wear an underwire bra until your breast incisions are fully healed.

Belly Support

For 3 to 4 weeks after surgery, we advise you to wear either:

- High-waisted bike shorts or
- Compression panties

These will support your belly with light, even pressure. This helps keep fluid from collecting in your belly. You can buy the shorts at sporting goods or other stores, and the panties at clothing stores.

Shower

- You may shower with your drains in.
- Do **not** take a bath, sit in a hot tub, or go swimming until:
 - Your drains are removed.
 - Your incisions are fully healed without any scabs, drainage, or incision openings.

Activity Limits

- For 4 weeks after surgery, do **not** lift anything that weighs more than 5 pounds. (A 2-liter bottle of water weighs almost 5 pounds.)
- For 4 to 6 weeks after surgery, do not do any gardening, vacuuming, aerobic activities, or anything else that pulls on your incision.
- Take short walks for exercise and to keep your blood moving.
- For 4 to 6 weeks, while the incision in your belly is healing, you will not be able to stand up straight. This can put stress on your back. If you have had back problems in the past, you may want to walk with a cane or other support during this time.

Return to Work

How much time you take off work depends on what you do for a living. Most people take 1 to 2 months off to recover.

Follow-up Visits

1st Follow-up Visit

You will visit your surgeon 2 to 3 weeks after surgery. At this visit:

- We may remove your drains if drainage has decreased enough.
- We will ask how your pain is and how you are doing at home.
- We may remove your Doppler wire(s), if ready.

2nd Follow-up Visit

At your 2nd visit, 5 to 6 weeks after surgery:

- We will remove the rest of your drains if drainage has decreased enough.
- We will ask how you are doing at home, what your pain level is, and how much pain medicine you are taking.
- If your Doppler wire was not removed at your 1st follow-up visit, we may remove it at this visit, if ready.

When to Call

Call your nurse or doctor if you have:

- Bleeding or drainage that soaks your dressing
- A fever higher than 100.5°F (38°C)
- Shaking and chills
- Any sign of infection in your incision:
 - Redness or swelling
 - Increasing pain
 - Bad-smelling drainage, or a change in the type or amount of drainage
- Nausea, vomiting, or both
- Concerns or questions that cannot wait until your follow-up visit

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call the Center for Reconstructive Surgery at 206.598.1217.

After hours and on weekends and holidays, call 206.598.6190 and ask for the resident on call for your surgeon to be paged.

Who to Call

Please see phone numbers in the “Questions” box on this page.