

Обезболивание после реконструктивной операции

Чего следует ожидать

Данная памятка предназначена для пациентов, перенесших реконструктивную операцию в Медицинском центре Вашингтонского университета (UWMC).

Чего ожидать

Если вы испытываете боль после операции – это нормально. По мере вашего выздоровления ваша боль должна постепенно ослабевать. В период восстановления большинство людей испытывают легкую или умеренную боль. Наша цель состоит в том, чтобы обеспечить вашу безопасность и поддерживать терпимый уровень боли.

Обезболивающие лекарственные препараты

После операции, – при болях используйте как безрецептурные (OTC, Over-The-Counter) так и отпускаемые по рецепту обезболивающие препараты – строго по предписанию врача. Например, вы можете принимать:

- **Ацетаминофен** (Тайленол и другие), до 1000 mg перорально, каждые 6 часов.
- Один из следующих *нестероидных противовоспалительных препаратов (NSAID)** – начиная со следующего **дня после операции** (если у вас была мастэктомия, подождите, пока не пройдет 24 часа после операции):
 - **Ибупрофен** (Адвил, Мотрин и другие), до 600 мг каждые 6 часов по мере необходимости, во время еды.
 - **Напроксен** (Напросин, Алив и другие), до 500 мг 2 раза в день по мере необходимости, во время еды.

Примерный режим приёма безрецептурных лекарственных препаратов	
Время	Лекарственный препарат
9:00 ч.	Ацетаминофен (до 1 000 мг)
12:00 ч. дня	Ибупрофен (до 600 мг)
15:00 ч.	Ацетаминофен (до 1 000 мг)
18:00 ч.	Ибупрофен (до 600 мг)
21:00 ч.	Ацетаминофен (до 1 000 мг)

*** Важно: не принимайте лекарства группы NSAID, если вы имеете или имели:**

- заболевание почек или серьёзное заболевание печени
- операцию по шунтированию желудка
- историю язвы желудка, кишечных кровотечений, сердечных приступов или инсульта
- Аллергии на препараты группы NSAIDs

Опиоидное обезболивающее средство

Большинство пациентов принимают отпускаемые по рецепту обезболивающие препараты (опиоиды) после операции, чтобы контролировать острые болевые ощущения. Опиоиды – это сильные обезболивающие препараты, такие как оксикодон или гидроморфон (дилаудид). Принимайте опиоиды только при сильной боли, которая не снимается другими методами. Как правило, пациентов *отлучают от приёма* опиоидов перед их первым визитом к врачу для последующего наблюдения. Никогда не принимайте больше опиоидов, чем предписанная вам доза.



Отсканируйте, чтобы получить
цифровую копию этого материала.

Возможные побочные эффекты опиоидов

- Опиоиды имеют побочные эффекты, такие как тошнота, зуд и запор. Принимайте средства для смягчения стула или слабительные средства в те дни, когда вы принимаете опиоидные препараты. Принимайте опиоиды во время еды, чтобы избежать тошноты.
- При длительном применении опиоиды могут вызывать привыкание. Сократите употребление опиоидов как можно скорее. **У большинства пациентов это происходит через 1 неделю после операции.** Принимайте постепенно уменьшающиеся дозы опиоидов до полного прекращения их приёма. Чтобы уменьшить потребление опиоидов и постепенно свести их приём на нет, вы можете сделать следующее:
 - Принимайте меньшую дозу. Например, при каждом приеме вместо 1 таблетки вы могли бы принимать по половине таблетки.
 - Распределите приём своих доз через более длительные промежутки времени. Например, вы могли бы принимать их каждые 8 часов, а не каждые 6 часов. Затем уменьшите прием до одного раза каждые 12 часов или принимаете их только вечером.
- Опиоиды влияют на ваше мышление и могут вызывать у вас сонливость. Пока вы принимаете опиоиды, **НЕ**:
 - не садитесь за руль, не путешествуйте самостоятельно и не используйте механическое оборудование или станки.
 - не употребляйте алкоголь и **не** принимайте другие седативные препараты.
 - не подписывайте юридические документы и **не** принимайте важные решения.

Когда обращаться в клинику

Обратитесь в клинику, если вам потребуется помощь в контроле боли или в прекращении приема опиоидных обезболивающих препаратов. Многие пациенты не нуждаются в продлении рецепта для повторного получения опиоидных препаратов. Если вы считаете, что вам нужно обновить рецепт на получение опиоидного препарата, свяжитесь с нами за 24 часа до того, как оно у вас закончится.

ВАЖНО:

Как безопасно выбрасывать опиоиды

Вам нет необходимости принимать все ваши опиоидные препараты. **Очень важно безопасно выбросить все лишние опиоидные таблетки, чтобы избежать их неправильного использования.**

- Чтобы найти ящик для безопасного сбора таблеток, посетите: www.takebackyourmeds.org
- Сдайте их в вестибюле Аптеки для амбулаторных пациентов Медцентра UW, работающей в течение 7 дней в неделю с 8:00 до 20:00 ч.

Вопросы?

Ваши вопросы очень важны. Обратитесь к своему лечащему врачу или медработнику, если у вас есть вопросы или опасения.

Часы работы Клиники (с понедельника по пятницу, кроме праздничных дней, с 8:00 до 17:00 часов)

Мы рекомендуем вам отправить сообщение вашему хирургу на сайте EPIC MyChart. Пожалуйста, приложите фотографию, если это поможет объяснить, что именно вызывает у вас беспокойство.

Вы также можете позвонить в Центр реконструктивной хирургии по номеру: 206.598.1217, добавочный 2.

Срочная помощь в нерабочие часы клиники:

Если вам требуется срочная медицинская помощь в нерабочее время, в выходные или праздничные дни, пожалуйста, позвоните по телефону 206.598.6190 и попросите соединить вас с дежурным пластическим хирургом.