

هل تريد أن تعرف؟

J02
sheet 1/2

استئصال الثدي Mastectomy

التعريف

- هناك نوعان من عملية استئصال الثدي: الإِستئصال الجزئي: هو عملية استئصال الجزء الذي يحتوي على أنسجة سرطانية.
- الإِستئصال الجذري المعدل: هو عملية استئصال كل أنسجة الثدي مع العقد الليمفاوية الإبطية.

ما يجب أن تعرفه؟



الأدوية
تناولي الأدوية المخففة للألم، وفقاً لإرشادات الطبيب.



الطعام والحمية
تناولي الأغذية ذات نسبة بروتينات وسعرات حرارية معتدلة. إن البروتين ضروري لإعادة بناء الأنسجة. ومن الأطعمة التي تحتوي على بروتينات: الاجبان، اللحوم، الدجاج، السمك، البيض، الحبوب، اللبنة.



النشاط والحركة
يفضل أخذ قسطاً من الراحة بعد النشاط والرياضة من أجل المحافظة على الطاقة ومنع حدوث مشاكل ومضاعفات.



الخيارات العلاجية
• إرفعي الطرف المصاب بطريقة معتدلة للتخفيف من الألم.
• غيри على الجرح وفقاً لإرشادات الطبيب، وذلك للتخفيف من إمكانية حدوث التهاب.
• عند وجود أنبوب داخل الجرح، يجب مراقبته جيداً لمنع تجمع الإفرازات تحت الجلد.
• أفرغي محتويات الأنبوب بشكل مستمر. عادة ما ينزع هذا الأنبوب بعد أن تكون كمية الإفرازات قد أصبحت ضئيلة.

- ينحسر الإحساس في مكان العملية الجراحية، لذا يجب الإهتمام بها بعناية ورفق.
- راقبي الجرح وأخبري الطبيب عند حصول: الإحمرار، الورم، النزف، أو الرائحة الكريهة.
- إبتعدي عن كل ما يسبب تحسناً زائداً في مكان الجرح، وذلك لمدة 6-10 أسابيع. يمكن إرتداء حمالة صدر واسعة إذا كان الإِستئصال صغيراً.
- في حال الإِستئصال الجزئي، يمكن إرتداء حمالة صدر لمنع تحريك الثدي.
- للمحافظة على الدورة الدموية بعد شفاء الجرح: دلكي المنطقة بالفيتامين (E) أو بأي مرهم آخر. إن إعادة تجميل الثدي ممكنة حسب حالة المريضة.

إنقباض المفاصل وتشنجها

- قومي ببعض التمارين، وفقاً لإرشادات المعالج الفيزيائي، وذلك لمنع حدوث أي تقلص أو تصلب في المفاصل.
- تجنبي التمارين التي قد تؤدي إلى التعب في الطرف المتأثر.
- إبدئي بالتمارين في اليوم الأول بعد الجراحة، فهذا يساعد على إحداث نظام جديد لتصريف السائل الليمفاوي.
- إبدئي بالتمارين فور نزع أنابيب التصريف لمساعدة التروية الدموية ومنع تقلص العضلات.
- قومي بالعناية الذاتية: تنظيف الأسنان، غسل الوجه وتسريح الشعر، التي تعتبر من التمارين المفيدة.
- قومي بتمارين خاصة لمنع تقلص العضلات (مثل تمرين تسلق الحائط بأصابع اليدين).

تجمع السوائل في الذراع

تتجمع السوائل في الذراع نتيجة استئصال العقد والجهاز الليمفاويين، بحيث تصبح القنوات الليمفاوية العاملة غير كافية لتوفر عودة السائل الليمفاوي إلى دورته الخاصة.

إن المعلومات الواردة هي لهدف التثقيف فقط. يجب استشارة الطبيب في حال تطابق أي من العوارض الواردة ضمناً. تم تحضير هذه النشرة من قبل قسم الخدمات التمريضية بالتنسيق مع جهات طبية أخرى.

