



ماستکتومی

گروه هدف: بیمار و خانواده



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با تأیید: دکتر مظفر (فوق تخصص جراحی عروق)

بازبینی بهار ۱۴۰۴ - بازبینی مجدد سه سال بعد

ورزش های مناسب پس از عمل

این ورزش ها باعث افزایش گردش خون و پیشگیری از سفتی مفاصل و حفظ و بازگرداندن دامنه حرکتی مفصل می شود .

ورزش های زیر را سه بار در روز مطابق تصویر و هر با ۲۰ دقیقه انجام دهید.



منابع:

[www. Pishgiri.ir](http://www.Pishgiri.ir)

<http://www.health.com/patients/kidneyliving/index.cfm>

تورم دست

به علت برداشتن غدد لنفاوی زیر بغل ممکن است تورم دست اتفاق بیوفتد. این تورم معمولاً بعد از یک ماه بهبود می یابد.

از این دست تا آخر عمر نباید فشار خون یا نمونه خون گرفت یا سرم تزریق کرد و هنگام مراجعه به هر مرکز درمانی باید سابقه عمل جراحی خود را به پرسنل آن مرکز اطلاع دهید .

به طور کلی از روز دوم بعد از عمل می توان دوش گرفت و زخم و محل درن را با آب و صابون، با دست شست و تا ۷ روز باید روزانه محل را پانسمان کرد.

محدودیت های پس از عمل

- به مدت ۴ تا ۶ هفته از بلند کردن اجسام سنگین (بیش از دو کیلو) خودداری کنید.
- پس از کشیدن بخیه ها می توانید کارهای ساده خانه را انجام دهید.

ماستکتومی چیست

برداشتن تمام یا قسمتی از سینه برای خارج کردن توده های این ناحیه را ماستکتومی می گویند.

در جراحی ماستکتومی کامل برای جلوگیری از انتشار توده به ناحیه زیر بغل، علاوه بر بافت سینه غدد لنفاوی زیر بغل نیز خارج می شود .

تشخیص

۱. تغییر در اندازه و شکل پستان

علامت غیر معمول این نوع سرطان بوده و اگر همراه با تومور پستان باشد، احتمال سرطان بالا می رود .

۲. درگیری پوست

در سرطان پیشرفته پستان ، پوست زخم شده و گاهی شبیه پوست پرتقال می شود.

۳. بزرگ شدن غدد لنفاوی

گاهی تشخیص توده اولیه در پستان ممکن نبوده و تنها علامت، بزرگ شدن غدد لنفاوی زیر بغل است .

۴. درد

سرطان پستان اغلب درد ندارد .

دلیل ابتلا به سرطان پستان چیست

✓ سابقه فامیلی ابتلا به سرطان پستان به خصوص در مادر ، خواهر یا دختر

✓ سابقه سرطان پستان در خود فرد

✓ سن اولیه زایمان بیشتر از ۳۵ سال

✓ نازایی

✓ بلوغ زودرس

✓ یائسگی دیررس

✓ چاقی پس از یائسگی

✓ مصرف زیاد چربی حیوانی

✓ سابقه تابش اشعه زیاد به قفسه سینه

✓ برخی از بیماری های خوش خیم پستان

البته باید تاکید کرد که داشتن یک یا تمام این شرایط در هر فردی به معنای ابتلای قطعی وی به این بیماری نیست و این عوامل صرفا احتمال ابتلا را افزایش می دهد.

مراقبت های بعد از عمل :

❖ اکثر بیماران ۱ تا ۲ روز بعد از عمل با لوله در در محل جراحی مرخص می شوند .

❖ ترشحات در ابتدا خونی است و به تدریج رنگ آن تغییر کرده و روشن می شود.

❖ معمولا ۷ تا ۱۰ روز پس از عمل درن خارج می گردد .

❖ در صورت تغییر رنگ ناگهانی یا قطع ناگهانی ترشحات درن و خارج شدن درن سریعاً به پزشک مراجعه کنید .

عوارض :

✓ تورم دست

✓ عفونت

✓ هماتوم (جمع شدن خون زیر پوست)