



חינוך למטופל ולמטפל

אודות ניתוח למפקטומיה (כריתת גוש בשד)

מדריך זה יסייע לך להתכונן לניתוח כריתת גוש בשד, או למפקטומיה, ב-MSK. המדריך גם יסייע לך להבין למה לצפות במהלך ההחלמה מהניתוח.

ניתן להשתמש במדריך זה כמקור מידע לעיון בימים שלפני הניתוח. יש להביא אותו איתך ביום הניתוח. את/ה וצוות הטיפול שלך תעשו שימוש במדריך זה בעת הלמידה על תהליך ההחלמה.

אודות ניתוח למפקטומיה (כריתת גוש בשד)

את צפויה לעבור ניתוח לצורך בדיקת נגע חשוד בשד (גוש), או לצורך טיפול בסרטן השד. הניתוח שתעברי עשוי להיות:

- כריתה כירורגית
- למפקטומיה
- ניתוח דומה אחר

כריתה כירורגית

כריתה כירורגית הינה ניתוח להסרת גוש שנמצא בסיכון גבוה להיותו גידול סרטני. לאחר הסרת הגוש, הוא ייבדק כדי לראות אם הוא סרטני. לא כל הגושים הם סרטניים. חלקם שפירים (לא סרטניים).

למפקטומיה

למפקטומיה היא ניתוח להסרת גידול ממאיר (סרטני) מהשד. בניתוח זה

מסירים רק את הגידול יחד עם אזור קטן של רקמת שוליים בריאה שמסביבו. למפקטומיה היא ניתוח משמר שד המאפשר לך לשמור על צורת השד, ובדרך כלל גם על הפיטמה.

במהלך הניתוח

המנתח יבצע חתך כירורגי בשד שלך. הוא יסיר את הגוש או את הגידול יחד עם אזור קטן של רקמת שוליים בריאה שמסביבו. לאחר מכן, הוא יסגור את החתך בעזרת תפרים. הרופא יעשה כמיטב יכולתו לשמור על מראה השד, כפי שהיה לפני הניתוח.

הכנה לניתוח למפקטומיה

סעיף זה יסייע לך להתכונן לניתוח. יש לקרוא אותו כאשר נקבע מועד הניתוח. ניתן לעיין בו כאשר מועד הניתוח הולך וקרוב. הוא מכיל מידע חשוב לגבי הדברים שעליך לעשות כדי להתכונן.

תוך כדי קריאת סעיף זה, מומלץ לרשום את השאלות שברצונך לשאול את הרופא שלך.

ההכנות לניתוח

את/ה והצוות המטפל תפעלו יחדיו כדי להתכונן לניתוח. עזור/י לנו לשמור על בטיחותך על ידי כך שתספרי לנו אם אחת מההצהרות הבאות חלות עליך, גם אם אינך בטוח/ה.

• אני נוטל/ת נוגדי קרישה (מדללי דם), כגון:

○ אספירין

○ הפריין

○ ואפארין - (Jantoven®, Coumadin®)

○ קלופידוגרל - (Plavix®)

○ אנוקספרין - (Lovenox®)
אלו הן דוגמאות

○ דביגרטן - (Pradaxa®)
לתרופות. ישנן גם

○ אפיקסבן - (Eliquis®)
אחרות.

○ ריברוקסבן - (Xarelto®)

● אני נוטל/ת מעכב SGLT2, כגון:
○ קנגליפלוזין (Invokana®)
○ דאפאגליפלוזין (Farxiga®)
○ אמפאגליפלוזין (Jardiance®)
○ ארטוגליפלוזין (Steglatro®)

יש תמיד לוודא שספקי
שירותי הרפואה שלך
מודעים לכל התרופות
והתוספים שאת/ה
נוטל/ת.

● אני נוטל/ת תרופות מרשם, כולל מדבקות ומשחות. תרופת מרשם הינה
תרופה שניתן להשיג אך ורק עם מרשם מספק שירותי רפואה.

● אני נוטל/ת תרופות ללא מרשם, כולל מדבקות ומשחות. תרופה ללא
מרשם הינה תרופה שניתן לרכוש ללא מרשם.

● אני נוטל/ת תוספי תזונה כלשהם, כגון תוספי צמחים, ויטמינים, מינרלים
או תרופות טבעיות או ביתיות.

● יש לי קוצב לב, דפיברילטור מושתל אוטומטי (AICD) או מכשיר אחר
הקשור ללב.

● אני סובל/ת מדום נשימה בשינה.

● היו לי בעיות עם הרדמה בעבר. הרדמה הינה תרופה שגורמת לך להיות
רדום/ה במהלך ניתוח או הליך.

● יש לי אלרגיה לתרופות מסוימות או לחומרים מסוימים, כולל לטקס.

● איני מוכן/ה לקבל עירווי דם.

- אני צורך/ת אלכוהול.
- אני מעשן/ת או משתמש/ת במכשיר עישון אלקטרוני, כגון עט אידוי או סיגריה אלקטרונית.
- אני משתמש/ת בסמים קלים, כגון מריחואנה.

אודות שתיית אלכוהול

חשוב לשוחח עם הרופא המטפל על כמות האלכוהול שאת/ה שותה. זה יסייע לנו לתכנן את הטיפול בכך.

אם את/ה שותה אלכוהול באופן קבוע, את/ה עלול/ה להימצא בסיכון לסיבוכים במהלך הניתוח ולאחריו. סיבוכים אלה כוללים דימומים, זיהומים, בעיות לב ואשפוז ארוך יותר בבית החולים.

אם את/ה שותה אלכוהול באופן קבוע ומפסיק/ה בפתאומיות, זה יכול לגרום לפרוכוסים, הזיות ומוות. אם נדע שאת/ה נמצא/ת בסיכון לבעיות אלה, נוכל לרשום תרופות שיסייעו במניעתן.

להלן מספר דברים שניתן לעשות לפני הניתוח כדי למנוע בעיות.

- לנהוג בכנות עם הרופא המטפל לגבי כמות האלכוהול שאת/ה שותה.
- לנסות להפסיק לשתות אלכוהול ברגע שהניתוח נקבע. יש להתקשר לרופא המטפל באופן מיידי אם:
 - יש לך כאב ראש.
 - את/ה מרגיש/ה בחילה (תחושה שאת/ה עומד/ת להקיא).
 - את/ה מרגיש/ה יותר בחרדה (מתוח/ה או מודאג/ת) מהרגיל.
 - לא מצליח/ה לישון.

אלו הם סימנים מוקדמים של גמילה מאלכוהול וניתן לטפל בהם.

- ספרי לרופא שלך במידה ואינך יכול/ה להפסיק לשתות.
- שאל/י את ספק שירותי הרפואה שלך שאלות לגבי שתייה וניתוח. כל המידע הרפואי שלך יישמר בפרטיות, כתמיד.

אודות עישון

אם הנך מעשן/ת, ייתכן שיהיו לך בעיות בנשימה בעת ניתוח. הפסקת עישון, אפילו למספר ימים לפני הניתוח, יכולה לסייע.

הרופא יפנה אותך לתוכנית הטיפול שלנו - [Tobacco Treatment Program](#), במידה והנך מעשן/ת. ניתן גם ליצור קשר עם התוכנית בטלפון 212-610-0507.

אודות דום נשימה בשינה

דום נשימה בשינה הינה הפרעת נשימה שכיחה. אם את/ה סובל/ת מדום נשימה בשינה, משמעות הדבר היא שאת/ה מפסיק/ה לנשום לפרקי זמן קצרים בזמן השינה. הסוג הנפוץ ביותר הוא דום נשימה חסימתי בשינה (OSA-obstructive sleep apnea). עם OSA, דרכי הנשימה נחסמות לחלוטין במהלך השינה.

OSA עלול לגרום לבעיות חמורות במהלך הניתוח ולאחריו. ספרי לנו אם יש לך, או אם את/ה חושב/ת שאולי יש לך, דום נשימה בשינה. אם את/ה משתמש/ת במכשיר נשימה, כגון מכשיר CPAP, אנא הבא/י אותו עימך ביום הניתוח.

שימוש בחשבון MyMSK

MyMSK (my.mskcc.org) הוא פורטל המטופלים שלך ב-MSK. באפשרותך להשתמש ב-MyMSK כדי לשלוח ולקבל הודעות מהצוות המטפל, לצפות בתוצאות הבדיקות שלך, לראות את התאריכים ואת שעות הפגישות שלך ועוד. באפשרותך גם להזמין את המטפל שלך ליצור חשבון משלך כדי שיוכל

לצפות במידע אודות הטיפול.

אם אין לך חשבון MyMSK, ניתן להירשם באתר my.mskcc.org. ניתן לקבל מספר מזהה להרשמה על ידי התקשרות למספר 646-227-2593, או במשרד הרופא שלך.

כדי לקבל מידע נוסף, ניתן לצפות ב- *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal*

(<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mymask-patient-portal>). ניתן גם ליצור קשר עם מוקד התמיכה של MyMSK על ידי שליחת דוא"ל לכתובת mymask@mskcc.org, או התקשרות למספר 800-248-0593.

במהלך 30 הימים לפני ניתוח למפקטומיה בדיקות טרום-ניתוח (PST)

תיקבע עבורך פגישת PST לפני הניתוח. תתקבל תזכורת מהמשרד של ספק שירותי הרפואה שלך לגבי תאריך, שעה ומיקום הפגישה. ניתן לבקר בעמוד www.msk.org/parking לצורך קבלת מידע אודות חניה והוראות הגעה לכל המיקומים של MSK.

ניתן לאכול וליטול את התרופות הרגילות שלך ביום של פגישת ה-PST שלך.

רצוי להביא את הפריטים הבאים לפגישה:

- רשימה של כל התרופות שאת/ה נוטל/ת, כולל תרופות מרשם ותרופות ללא מרשם, מדבקות ומשחות.
- תוצאות של בדיקות רפואיות שנעשו מחוץ ל-MSK בשנה שחלפה, במידה ויש לך כאלה. דוגמאות לכך כוללות תוצאות מבדיקת ארגומטריה, בדיקת אקו לב או בדיקת אולטרסאונד דופלר.

- השמות ומספרי הטלפון של הרופאים המטפלים שלך.

טיפול/י עם ספק רפואה מתקדם (APP) במהלך פגישת ה-PST שלך. ספקים אלה עובדים בצמוד לצוות ההרדמה של MSK. אלה הם רופאים עם הכשרה מיוחדת לשימוש בחומרי הרדמה במהלך ניתוח או הליך רפואי.

ספק הרפואה המתקדם שלך יסקור יחד איתך את ההיסטוריה הרפואית והניתוחית שלך. ייתכן שתעבור/י בדיקות שיסייעו לנו לתכנן את הטיפול בך, כגון:

- אלקטרוקרדיוגרמה (EKG) לבדיקת קצב הלב.

- צילום חזה.

- בדיקות דם.

ייתכן שספק הרפואה המתקדם ימליץ לך לפגוש רופאים אחרים. הוא גם ישוחח איתך על התרופות שעליך ליטול בבוקר הניתוח.

בחירת המטפל שלך

למטפל שלך יש תפקיד חשוב בתהליך הטיפול שלך. לפני הניתוח שלך, את/ה והמטפל שלך תקבלו מידע לגבי הניתוח מספקי שירותי הרפואה שלך. לאחר הניתוח, המטפל שלך יקח אותך הביתה לאחר שחרורך מבית החולים. הוא גם יעזור לך לטפל בעצמך בבית.

למטפלים



הטיפול באדם העובר טיפולים נגד סרטן כרוך באחריות רבה. אנו מציעים משאבי מידע ותמיכה כדי לסייע לך לנהל את תחומי האחריות הללו. לקבלת מידע נוסף, ניתן לקרוא את A

Guide for Caregivers

(<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient->

מלא/י טופס ייפוי כוח בריאותי

אם עדיין לא מילאת טופס ייפוי כוח בריאותי, אנו ממליצים למלא טופס זה כעת. אם כבר מילאת טופס שכזה, או אם קיבלת הנחיות רפואיות מקדימות, הבא/י אותם איתך לפגישתך הבאה.

טופס ייפוי כוח בריאותי הינו מסמך משפטי. הוא מזהה את האדם שידבר בשמך במידה ואינך יכול/ה לתקשר בעצמך. אדם זה נקרא סוכן הבריאות שלך.

- לקבלת מידע אודות יפויי כוח בריאותיים והנחיות רפואיות מקדימות אחרות, ניתן לקרוא את *Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning>)
 - לקבלת מידע אודות תפקידך כסוכן בריאות, ניתן לקרוא את *How to Be a Health Care Agent* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent>)
- שוחח/י עם חבר בצוות הטיפול שלך אם יש לך שאלות לגבי מילוי טופס שירותי בריאות.

דאג/י לכך שמישהו יסיע אותך חזרה הביתה

עליך לדאוג ששותף אחראי לטיפול ייקח אותך הביתה לאחר הניתוח. שותף אחראי לטיפול הוא אדם שיכול לסייע לך להגיע הביתה בבטחה. על השותף האחראי לדווח על חששות או דאגות כלשהן לצוות המטפל. חשוב לתכנן זאת לפני יום הניתוח.

אם אין לך שותף אחראי לטיפול שייקח אותך הביתה, אנא התקשר/י לאחת מהסוכנויות שלהלן. הם ישלחו מישהו שייסע איתך הביתה. שירות זה כרוך בתשלום, ויהיה עליך לספק את אמצעי התחבורה. ניתן להשתמש במונית או בשירותי הסעות, אבל עדיין צריך שיהיה איתך שותף אחראי לטיפול.

סוכנויות בניו ג'רזי

Caring People: 877-227-4649

סוכנויות בניו יורק

VNS Health: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

קני תמיסה אנטיספטית כלורהקסידין גלוקונאט 4% (CHG) לניקוי העור (כגון Hibiclens®).

תמיסת CHG 4% הוא חומר ניקוי לעור המחסל חיידקים למשך 24 שעות לאחר השימוש. מקלחת עם תמיסה זו לפני הניתוח תסייע להפחית את הסיכון לזיהום לאחר הניתוח. ניתן לקנות תמיסה אנטיספטית לניקוי העור CHG 4% במרכז השד על שם אוולין ה. לאודר (Evelyn H. Lauder Breast Center), או בבית המרקחת המקומי שלך, ללא מרשם.

קני טבליות אצטמינופן במינון 325 מיליגרם (כגון Tylenol® Regular Strength)

אצטמינופן היא תרופה נגד כאבים ללא מרשם. את תשתמשי בה לאחר הניתוח כדי לסייע בניהול הכאב בבית. רצוי לקנות אותה מבעוד מועד. ניתן לרכוש אותה ללא מרשם בבית המרקחת המקומי. בעת נטילת התרופה, יש להקפיד תמיד למלא אחר ההוראות שעל האריזה או הוראות הרופא המטפל.

7 ימים לפני ניתוח למפקטומיה

עקוב אחר הוראות הרופא בנוגע לנטילת אספירין.

אספירין עלול לגרום לדימום. אם אתה נוטל אספירין או תרופה המכילה אספירין, ייתכן שיהיה עליך לשנות את המינון או להפסיק ליטול אותו 7 ימים לפני הניתוח שלך. יש לעקוב אחר הוראות הרופא. אין להפסיק ליטול

אספירין אלא אם כן ניתנה לך הוראה לעשות כן.

למידע נוסף, ניתן לקרוא את *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids>).

הפסקה של נטילת ויטמין E, מולטי-ויטמינים, תרופות צמחיות ותוספי תזונה אחרים.

ויטמין E, מולטי-ויטמינים, תרופות צמחיות ותוספי תזונה אחרים עלולים לגרום לדימום. יש להפסיק ליטול אותם 7 ימים לפני הניתוח שלך. אם הרופא נותן לך הוראות אחרות, יש לפעול בהתאם להוראות אלה.

למידע נוסף, ניתן לקרוא את *Herbal Remedies and Cancer Treatment* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment>).

יומיים לפני ניתוח למפקטומיה

הפסקה של נטילת תרופות אנטי-דלקתיות שאינן כוללות סטרואידים (NSAID)

תרופות נוגדות דלקת לא סטרואידיות (NSAID), כגון איבופרופן (Advil®), (Motrin) ונאפרוקסן (Aleve®), עלולות לגרום לדימום. יש להפסיק ליטול אותם יומיים לפני הניתוח שלך. אם הרופא נותן לך הוראות אחרות, יש לפעול בהתאם להוראות אלה.

למידע נוסף, ניתן לקרוא את *How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other->

יום אחד לפני ניתוח למפקטומיה שים/י לב למועד הניתוח שלך

איש צוות יתקשר אליך לאחר 14:00 ביום שלפני הניתוח. אם הניתוח מתוכנן ליום שני, הוא יתקשר אליך ביום שישי שלפניו. אם לא תתקבל שיחת טלפון עד השעה 19:00, יש להתקשר למספר 212-639-5014.

איש הצוות יאמר לך באיזו שעה עליך להגיע לבית החולים לצורך ביצוע הניתוח. הוא גם יזכיר לך לאן עליך לפנות.

ניתן לבקר בעמוד www.msk.org/parking לצורך קבלת מידע אודות חניה והוראות הגעה לכל המיקומים של MSK.

יש להתקלח עם תכשיר ניקוי אנטיספטי לעור 4% CHG, כגון Hibiclens

יש להתקלח עם תכשיר ניקוי אנטיספטי לעור 4% CHG בערב שלפני הניתוח, לפני שאת/ה הולך/ת לישון.

1. יש לחפוף את השיער עם השמפו והמרכך הרגילים שלך. חשוב לשטוף את הראש היטב.
2. יש לשטוף את הפנים ואיזור אברי המין (המפשעה) עם הסבון הרגיל שלך. שטוף את גופך היטב במים חמימים.
3. פתח את בקבוק תמיסת 4% CHG. שפוך מעט לתוך כפות ידיך או על מטלית רחצה נקיה.
4. התרחק/י מזרם המים במקלחת. שפשף את תמיסת 4% CHG בעדינות על הגוף מהצוואר לרגליים. אין להניח את התמיסה על הפנים או באזור המפשעה.

5. יש לחזור אל מתחת לזרם המקלחת כדי לשטוף את תמיסת ה-CHG 4%.
השתמש במים חמימים.
6. התנגב במגבת נקייה.

אין למרוח תחליב, קרם, דיאודורנט, מייק אפ, טלק, בושם או אפטר שייב
לאחר המקלחת.

הנחיות לאכילה



יש להפסיק לאכול בחצות (12:00 בלילה) בלילה שלפני
הניתוח. זה כולל סוכריות קשות ומסטיק.

אם הרופא המטפל הורה לך להפסיק לאכול מוקדם יותר
מחצות, יש לעקוב אחר הוראותיו. חלק מהאנשים צריכים לצום (לא לאכול)
למשך פרק זמן ארוך יותר לפני ביצוע הניתוח.

בבוקר של יום ניתוח הלמפקטומיה הנחיות שתיה

בין חצות (12:00 בלילה) ועד לשעתיים לפני מועד הגעתך, עליך לשתות אך
ורק את הנוזלים הרשומים ברשימה שלהלן. אין לאכול או לשתות שום דבר
אחר. יש להפסיק לשתות שעתיים לפני מועד הגעתך.

- מים.
- מיץ תפוחים צלול, מיץ ענבים צלול או מיץ חמוציות צלול.
- גייטורייד (Gatorade) או פאוארייד (Powerade).
- קפה שחור או תה רגיל. ניתן להוסיף סוכר. אין להוסיף שום דבר אחר.
- אין להוסיף כל כמות מסוג כלשהו של חלב או שמנת. זה כולל תחליפי
חלב או שמנת ממקור צמחי.

○ אין להוסיף דבש.

○ אין להוסיף סירופ בטעמים.

אם את/ה סובל/ת מסוכרת, שים/י לב לכמות הסוכר הנמצאת במשקאות אלה. יהיה לך קל יותר לשלוט ברמות הסוכר בדם אם תצרוך/י את הגרסאות ללא סוכר, מופחתות סוכר או ללא תוספת סוכר של משקאות אלה.

כדאי לשתות כמות מספקת של מים לפני ניתוח, לכן אם את/ה צמא/ה - שתה/י. אין לשתות יותר ממה שאת/ה צריך/ה. במהלך הניתוח תקבל/י נוזלים בעירו.



יש להפסיק לשתות שעותיים לפני מועד הגעתך. זה כולל מים.

עליך ליטול את תרופותיך על פי ההנחיות.

חבר בצוות הטיפול ישוחח איתך על התרופות שעליך ליטול בבוקר הניתוח. עליך ליטול אך ורק את התרופות האלה, עם לגימה של מים. בהתאם לתרופות שאתה נוטל בדרך כלל, אלה יכולות להיות כל תרופות הבוקר הרגילות שלך, חלקן או אף אחת מהן.

יש להתקלח עם תכשיר ניקוי אנטיספטי לעור 4% CHG, כגון Hibiclens

יש להתקלח עם תכשיר ניקוי אנטיספטי לעור 4% CHG (כגון Hibiclens) לפני עזיבתך את בית החולים. השתמש/י בו באותה דרך שבה השתמשת בו בערב הקודם.

אין למרוח תחליב, קרם, דיאודורנט, מייק אפ, טלק, בושם או אפטר שייב לאחר המקלחת.

פרטים שחשוב לזכור

- אם את משתמשת בעדשות מגע, אנא הרכיבי את משקפייך במקומן. הרכבת עדשות מגע בעת ניתוח עלולה לפגוע בעיניך.
- אין לענווד פריטים מתכתיים. יש להסיר את כל התכשיטים, כולל פירסינג בגוף. הציווד בו נעשה שימוש במהלך הניתוח עלול לגרום לכוויות במידה והוא בא במגע עם מתכת.
- דברי ערך יש להשאיר בבית.
- בעת המחזור חודשי (וסת), השתמשי בתחבושת היגיינית ולא בטמפון. תקבלי תחתונים חד פעמיים ותחבושת הגיינית, במידת הצורך.

מה להביא

- חולצה מכופתרת או לא צמודה.
- חזייה תומכת, כגון חזיית ספורט.
- מכשיר הנשמה לדום נשימה בשינה (כגון מכשיר ה-CPAP), אם יש ברשותך מכשיר שכזה.
- טופס ייפוי כוח רפואי והנחיות מתקדמות אחרות, במידה ומילאת טפסים שכאלה.
- טלפון נייד ומטען.
- סכום כסף שיספיק אך ורק לרכישות קטנות שאולי תרצה/י, כגון עיתון.
- נרתיק לחפצים אישיים, אם יש לך כאלה. דוגמאות לחפצים אישיים: משקפיים, אביזרי שמיעה, שיניים תותבות, פרותזות, פאות וחפצי דת.
- מדריך זה. במדריך זה ייעשה שימוש בזמן שתלמדי כיצד לטפל בעצמך לאחר הניתוח.

לכשתגיעי לניתוח

אנשי צוות רבים יבקשו ממך לומר ולאיית את שמך ותאריך הלידה שלך. זאת למען בטחונך. ייתכן שמטופלים בעלי אותו שם או שם דומה יעברו ניתוח באותו יום.

כאשר יגיע הזמן להחליף בגדים לקראת הניתוח, יינתנו לך חלוק, כותונת וגרביים נגד החלקה של בית החולים.

פגישה עם האחות

תיערך פגישה עם האחות לפני הניתוח. יש לעדכן את האחות לגבי מינון התרופות שנטלת לאחר חצות (12:00 בלילה) והשעה שבה נטלת אותן. בעדכון יש לכלול תרופות מרשם ותרופות ללא מרשם, מדבקות וקרמים.

יתכן שהאחות תחדיר לך עירווי תוך ורידי (IV), בדרך כלל בורידים ביד או בזרוע. במידה והאחות לא תחדיר לך עירווי, הוא יוחדר לך על ידי הרופא המרדים שלך בחדר הניתוח.

פגישה עם הרופא המרדים

תיערך פגישה גם עם הרופא המרדים לפני הניתוח. הרופא:

- יבדוק יחד איתך את ההסטוריה הרפואית שלך.
- ישאל האם היו לך בעיות עם הרדמה בעבר. זה כולל בחילה (תחושה שאת/ה עומד/ת להקיא) או כאבים.
- ישוחח איתך אודות נוחות וביטחון בעת הניתוח.
- ישוחח איתך על סוג ההרדמה שאת/ה עומד/ת לקבל.
- יענה על שאלותיך בנושא הרדמה.

סימון אתר הניתוח

יחד עם הבקשה לומר את שמך ותאריך הלידה שלך, אנשי הצוות עשויים גם לשאול מה שמו של המנתח שלך, איזה ניתוח את עוברת ואיזה צד אמור

להיות מנותח. המנתח שלך, או חבר אחר בצוות הכירורגי, ישתמש בטוש כדי לסמן על גופך את המקום שינותח. זה מבוצע לצורך בטיחותך וכדי לוודא שכל חברי הצוות הכירורגי מבינים את תוכנית הניתוח שלך.

ההכנה לניתוח

כשיגיע זמן הניתוח, יהיה עליך להסיר משקפיים, עזרי שמיעה, שיניים תותבות, פרותזות, פאות וחפצי דת.

תוכל/י להיכנס לחדר הניתוח בהליכה או להיות מובל/ת על מיטה על ידי אחד מאנשי הצוות. חבר בצוות חדר הניתוח יסייע לך לעבור למיטת הניתוח. הוא יניח מגפי לחץ על החלק התחתון של רגליך. אלה מתנפחים ומתרוקנים בעדינות כדי לסייע בזרימת הדם ברגליים.

ברגע שתרגיש/י בנוח, הרופא המרדים ייתן לך תרופת הרדמה דרך העירוי ואז תירדם/י. במהלך הניתוח ולאחריו תקבל/י גם נוזלים דרך צינור העירוי.

התאוששות לאחר ניתוח למפקטומיה

סעיף זה יסייע לך לדעת למה לצפות לאחר הניתוח. תלמד כיצד להתאושש בביטחה מהניתוח, הן בבית החולים והן בבית.

תוך כדי קריאת סעיף זה, מומלץ לרשום את השאלות שברצונך לשאול את הרופא שלך.

ביחידה לטיפול לאחר הרדמה (PACU) או בחדר התאוששות

כאשר תתעוררי לאחר הניתוח, את תהיי ב-PACU או בחדר ההתאוששות. האחות תמשיך לעקוב אחרי חום גופך, הדופק, לחץ הדם ורמות החמצן. תקבלי חמצן דרך צינורית דקה המונחת מתחת לאף.

תרופות נגד כאבים

הצוות הרפואי שלך ישאלו אותך לגבי הכאב לעיתים קרובות ויתנו לך

תרופות במידת הצורך. תקבלי גם מרשם לתרופה לשיכוך כאב לנטילה בבית. שוחחי עם הצוות הרפואי שלך לגבי תופעות לוואי אפשריות ומתי יהיה באפשרותך לעבור לתרופות לשיכוך כאבים ללא מרשם.

שחרור מה-PACU או מחדר ההתאוששות

לאחר שתתעוררי והכאב יהיה תחת שליטה, תוכלי לחזור הביתה יחד עם השותף שלך לטיפול. לפני עזיבתך את בית החולים, בדקי את החתך יחד עם אחד מהצוות הרפואי שלך. הידיעה של כיצד נראה החתך תסייע לך להבחין בשינויים מאוחר יותר.

בבית

קראי את מה אפשר לעשות כדי להימנע מפילה

([https://sandbox18.mskcc.org/he/cancer-care/patient-](https://sandbox18.mskcc.org/he/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)

[education/what-you-can-do-avoid-falling](https://sandbox18.mskcc.org/he/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)) כדי ללמוד מה ביכולתך לעשות כדי למנוע נפילות בזמן שהותך בבית ובעת ביקוריך ב-MSK.

מילוי טופס המעקב אחר ההתאוששות

ברצוננו לדעת כיצד אתה מרגיש לאחר עזיבתך את בית החולים. כדי לסייע לנו בטיפול בך, אנו נשלח שאלות לחשבון MyMSK שלך. אנו נשלח אותן בכל יום למשך 10 ימים לאחר עזיבתך את בית החולים. שאלות אלה נקראות טופס מעקב אחר התאוששות.

עליך למלא את טופס המעקב ההחלמה מידי יום לפני חצות (12:00 בלילה). מילוי הטופס אורך רק 2-3 דקות. תשובותיך לשאלות אלה יסייעו לנו להבין מה אתה מרגיש ולמה אתה זקוק.

בהתבסס על תשובותיך, אנו עשויים לפנות אליך לקבלת מידע נוסף. מעת לעת, ייתכן שנבקש ממך להתקשר למשרד הרופא המנתח. באפשרותך תמיד להתקשר למשרד הרופא המנתח במידה ויש לך שאלות.

למידע נוסף, קרא את *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker>).

הטיפול בחתך

התבונני בחתך מדי יום. התקשרי לצוות הרפואי שלך במידה שאת מבחינה באדמומיות או בהפרשה כלשהן.

החתך יהיה סגור באמצעות תפרים מתחת לעור. תפרים אלה מתמוססים מעצמם, ואין צורך להסירם.

במידה שתחזרי לביתך עם Steri-Strips™ (אגד רפואי) או Dermabond® (דבק רפואי) מעל החתך, הם יתרופפו וינשרו, או יתקלפו מעצמם. במידה שלא, הרופא המטפל שלך יוכל להסיר אותם במהלך פגישת המעקב שלכם. אם הם לא נשרו לאחר 14 יום, תוכלי להסיר אותם בעצמך.

תחושות חדשות בשד

במהלך החלמתך, את עשויה לחוש מספר תחושות שונות בשד. מספר דוגמאות נפוצות לכך כוללות רגישות, חוסר תחושה ועקצוצים. תחושות אלו בדרך כלל באות והולכות ויתמעטו עם הזמן, לרוב בתוך החודשים הראשונים לאחר הניתוח.

עם התקדמות ההחלמה, את עשויה להרגיש רקמת צלקת לאורך האזור בו בוצע החתך. היא תהיה קשה למגע. זה נפוץ, והיא תתרכך במהלך החודשים הקרובים.

מקלחת

ניתן להתקלח 24 שעות לאחר הניתוח. מקלחת חמה מרגיעה ועשויה לסייע בהפחתת תחושה של חוסר נוחות. במהלך המקלחת, השתמשי בסבון כדי לשטוף בעדינות את החתך. לאחר המקלחת, יבשי את החתך בטפיחות

קלות בעזרת מגבת נקייה. הותירי את החתכים חשופים, אלא אם קיימת הפרשה מהחתך. אם קיימת הפרשה, התקשרי לרופא המטפל שלך.

אין לטבול באמבטיה, לשחות, לטבול בג'קוזי או להיכנס לסאונה עד שתשוחחי עם הרופא המטפל שלך בפגישתכם הראשונה לאחר הניתוח.

ניהול הכאב

אנשים חווים כאב או חוסר נוחות למשך פרקי זמן משתנים.

יש לעקוב אחר ההנחיות להלן כדי לסייע בניהול הכאב בבית.

- עליך ליטול את תרופותיך לפי ההנחיות ועל פי הצורך.
- יש ליצור קשר עם הרופא המטפל במידה והתרופות שנרשמו אינן מקלות על הכאב.
- אין לנהוג או לשתות אלכוהול בעת נטילת תרופות מרשם לכאב. תרופות מרשם מסויימות להפגת כאב עלולות לגרום לישנוניות (נמנום). אלכוהול עשוי להחמיר את הנמנום.
- ככל שהחתך מחלים, כך יפחתו גם הכאב וגם ההזדקקות לתרופות להפגת כאב. משכך כאבים ללא מרשם יוכל לסייע במקרה של כאבים ואי נוחות. אצטמינופן (Tylenol®) ואיבופרופן (Advil או Motrin) הינם דוגמאות לתרופות לשיכוך כאבים ללא מרשם.
 - יש לעקוב אחר הוראות הרופא בנוגע להפסקה של נטילת התרופות במרשם להפגת כאב.
 - אין להגזים בנטילת תרופה מכל סוג שהוא. יש לפעול על פי ההוראות שעל תווית התרופות או על פי הוראות הרופא המטפל.
 - יש לקרוא את התוויות על גבי כל התרופות שאת/ה נוטל/ת. הדבר חשוב במיוחד במקרה של נטילת אצטמינופן. אצטמינופן הוא מרכיב

נפוץ בתרופות ללא מרשם רופא. נטילה מוגזמת עלולה לפגוע בכבד.
אין ליטול יותר מתרופה אחת המכילה אצטמינופן מבלי לשוחח עם
חבר בצוות המטפל.

- תרופות להפגת כאב אמורות לסייע לך לחזור לפעילות רגילה. יש ליטול כמות מספיקה של תרופות שיאפשרו לך לבצע את הפעילויות או התרגילים שלך בנוחות. יתכן שהכאב יתגבר מעט ברגע שתתחיל/י להיות פעיל/ה יותר.
- יש לעקוב אחר זמני נטילת התרופות להפגת כאב. הן פועלות בצורה הטובה ביותר 30-45 דקות לאחר נטילתן. נטילת התרופות כשהכאב רק מתחיל עדיפה מאשר להמתין שהכאב יחמיר.
- תרופות מסויימות נגד כאבים (כגון אופיואידים) עלולות לגרום לעצירות (כלומר, פחות תנועות מעיים מהרגיל).

מניעת עצירות וניהולה

- שוחח/י עם הרופא לגבי הדרכים למניעת עצירות ולניהולה. ניתן גם לעקוב אחרי ההנחיות שלהלן.
- השתדל/י ללכת לשירותים בכל יום באותו זמן. גופך יתרגל ללכת בזמן הזה. אך אם את/ה מרגיש/ה דחף להתפנות, אל תדחה/י זאת.
 - נסה/י להשתמש בשירותים 5 עד 15 דקות לאחר הארוחות. זמן טוב להתפנות הוא אחרי ארוחת הבוקר. זה הזמן בו הרפלקסים במעי הגס הם החזקים ביותר.
 - בצע/י פעילות גופנית, במידה ואת/ה יכול. הליכה הינה דוגמה לפעילות נהדרת שיכולה למנוע עצירות ולנהל אותה.
 - יש לשתות 8 עד 10 כוסות של 8 אונקיות (2 ליטר) של נוזלים ביום, אם הדבר אפשרי עבורך. בחר/י לשתות מים, מיצים (כגון מיץ שזיפים

מיובשים), מרקים ומילקשייקים. הגבל/י צריכת נוזלים המכילים קפאין, כגון קפה ומשקאות תוססים. קפאין עלול להוציא נוזלים מהגוף.

- הגבר/י בהדרגה את כמות הסיבים בתזונה ל-25 עד 35 גרם ליום. פירות וירקות בקליפתם, דגנים מלאים ודגני בוקר מכילים סיבים. אם יש לך אוסטומיה או שעברת ניתוח מעיים לאחרונה, שוחח/י עם הרופא לפני ביצוע שינויים בתזונה.

- קיימות גם תרופות ללא מרשם וגם תרופות במרשם לטיפול בעצירות. יש להתייעץ עם ספק שירותי הרפואה לפני השימוש בתרופות למניעת עצירות. זה חשוב ביותר, במיוחד אם עברת אוסטומיה או ניתוח מעיים. יש לפעול על פי ההוראות שעל תווית התרופות או על פי הוראות הרופא המטפל. דוגמאות לתרופות ללא מרשם לעצירות כוללות:

- נטרן דוקוסאט (Colace®). זהו מרכך צואה (תרופה שמרככת את יציאות המעיים שלך) הגורם לתופעות לוואי מעטות. ניתן להשתמש בו כדי למנוע עצירות. אין ליטול את התרופה עם שמן מינרלי.

- פוליאטילן גליקול (MiraLAX®). זהו חומר משלשל (תרופה שגורמת לתנועת מעיים) הגורם לתופעות לוואי מעטות. יש ליטול אותו עם 8 אונקיות (כוס אחת) של נוזל. יש ליטול אותו אך ורק במידה שכבר יש לך עצירות.

- סנה (Senokot®) (Senna). זהו חומר משלשל ממריץ, שעלול לגרום להתכווצויות. מומלץ ביותר ליטול אותו לפני השינה. יש ליטול אותו אך ורק במידה שכבר יש לך עצירות.

אם כל אחת מתרופות אלה גורמת לשלשולים (יציאות מעיים רכות או מימיות), יש להפסיק ליטול אותה. ניתן לשוב וליטול אותן במידת הצורך.

אם לא היו לך יציאות מעיים במשך יומיים, התקשרי לרופא המטפל שלך.

תוכלי לחזור לנהוג ברכב כל עוד אינך נוטלת תרופות במרשם לשיכוך כאבים שעלולות לגרום לישנוניות. אמור להיות לך טווח תנועה מלא בזרוע, כך שתוכלי לסובב את ההגה בנוחות.

ניתן לנסוע במכונית כנוסע בכל זמן לאחר השחרור מבית החולים.

ביקורי מעקב

פגישת המעקב שלך תתקיים 1-2 שבועות לאחר הניתוח. הרופא המטפל ישוחח איתך לגבי תוצאות הפתולוגיה שלך במהלך פגישה זו.

ניהול הרגשות שלך

ייתכן שתחושה/י רגשות לא נעימים שלא חווית בעבר לאחר ניתוח שבוצע עקב מחלה קשה. אנשים רבים מדווחים שחשו בנטיה לבכי, עצובים, מודאגים, חרדים, עצבניים וכועסים בזמן כזה או אחר. את/ה עשוי/ה לגלות שאין ביכולתך לשלוט בחלק מרגשות אלה. במידה וכך קורה, מומלץ לחפש תמיכה רגשית. ספק שרותי הרפואה שלך יכול להפנות אותך למרכז היעוץ של MSK. ניתן להשיג את מרכז היעוץ גם בטלפון שמספרו 646-888-0200.

הצעד הראשון בהתמודדות הוא לדבר על תחושותיך. משפחה וחברים יכולים לסייע במצבים כאלה. גם אנחנו יכולים להרגיע, לתמוך בך ולהדריך אותך. תמיד מומלץ לדווח לנו כיצד את/ה, בני משפחתך וחבריך מרגישים מבחינה רגשית. משאבים רבים עומדים לרשותך ולרשות בני משפחתך. אנחנו כאן כדי לסייע לך ולבני משפחתך וחבריך להתמודד עם ההיבטים הרגשיים של מחלתך. ביכולתנו לסייע בין אם את/ה נמצא/ת בבית החולים או בביתך.

מתי יש ליצור קשר עם הרופא המטפל

יש ליצור קשר עם הרופא המטפל במקרה ש:

- יש לך חום של 101°F (38.3°C) או יותר.
- יש לך קוצר נשימה.
- העור שמסביב לחתך חם לתחושה יותר מהרגיל.
- את חווה אי נוחות מוגברת באיזור.
- האיזור מסביב לחתך הולך ונעשה אדום יותר.
- האיזור שמסביב לחתך מתחיל להתנפח.
- הנפיחות מסביב לחתך מחמירה.
- קיימת הפרשה מהחתך.

פרטי יצירת קשר

בימים שני עד שישי בין השעות 9:00 ל-17:00 ניתן להתקשר למשרד ספק שירותי הרפואה.

אחרי השעה 17:00 בערב, במהלך סוף השבוע ובזמן חופשות, ניתן להתקשר לטלפון 212-639-2000. בקשי לשוחח עם הרופא התורן הממלא את מקום ספק שירותי הרפואה שלך.

שירותי תמיכה

בסעיף זה מפורטים שירותי התמיכה. אלה יכולים לסייע לך להתכונן לניתוח ולהתאושש לאחריו.

תוך כדי קריאת סעיף זה, מומלץ לרשום את השאלות שברצונך לשאול את הרופא שלך.

שירותי התמיכה של MSK

משרד קבלה

212-639-7606

אנא צור קשר אם יש לך שאלות בנוגע לאשפוז בבית החולים, כגון בקשה לחדר פרטי.

מחלקת הרדמה

212-639-6840

אנא צור קשר אם יש לך שאלות אודות [תהליך ההרדמה](#).

חדר תרומת דם

212-639-7643

אנא צור קשר לקבלת מידע במידה שאתה מעוניין במתן [תרומת דם או טסיות](#).

Bobst International Center

332-699-7968

אנו מקבלים בברכה מטופלים מכל רחבי העולם, ו**[מציעים מגוון שירותים](#)** לעזרה. אם הינך מטופל בינלאומי, אנא התקשר לעזרה בתיאום הטיפול.

מרכז הייעוץ

www.msk.org/counseling

646-888-0200

אנשים רבים מוצאים שהייעוץ מסייע להם מאוד. מרכז הייעוץ שלנו מספק שירותי ייעוץ ליחידים, זוגות, משפחות וקבוצות. יש באפשרותנו גם לרשום תרופות לסיוע במקרים של חרדה או דיכאון. בקש הפנייה מאחד מחברי צוות הטיפול שלך, או התקשר למספר שלמעלה כדי לקבוע פגישה.

Food Pantry Program

646-888-8055

אנו מספקים מזון לאנשים הזקוקים לכך במהלך טיפולי הסרטן. שוחח עם חבר בצוות הטיפול שלך, או התקשר למספר שלמעלה כדי לקבל מידע

שירות הרפואה האינטגרטיבית

www.msk.org/integrativemedicine

שירות הרפואה האינטגרטיבית שלנו מציע טיפולים רבים כהשלמה (בשילוב עם) לטיפול רפואי מסורתי. לדוגמה, אנו מציעים טיפול במוזיקה, טיפולי גוף/נפש, טיפול במחול ותנועה, יוגה וטיפול במגע. לקביעת פגישה עבור שירותים אלה, יש להתקשר למספר 1010-449-646.

ניתן גם לקבוע פגישת יעוץ עם רופא במסגרת שירות הרפואה האינטגרטיבית. הרופא יעבוד איתך יחד כדי לבנות תוכנית לאורח חיים בריא ולניהול תופעות הלוואי. לקביעת פגישת ייעוץ, יש להתקשר למספר 8550-608-646.

ספריית MSK

library.mskcc.org

212-639-7439

באפשרותך לבקר באתר הספרייה שלנו או להתקשר כדי לדבר עם צוות הספרייה. הצוות יוכל לסייע לך למצוא מידע נוסף על סוג הסרטן המסוים שלך. ניתן גם לעיין במקור המידע **המדריך החינוכי למטופלים ולצרכנים של שירותי הרפואה** שבספרייה.

שירותי תזונה

www.msk.org/nutrition

212-639-7312

שירותי התזונה שלנו כוללים יעוץ תזונתי בליווי של דיאטנית-תזונאית קלינית. התזונאית הקלינית תדבר איתך על הרגלי האכילה שלך. היא תוכל גם לייעץ לגבי אכילה במהלך ולאחר הטיפול. בקש הפנייה מאחד מחברי צוות הטיפול שלך, או התקשר למספר שלמעלה כדי לקבוע פגישה.

חינוך למטופלים ולקהילה

www.msk.org/pe

בקר באתר האינטרנט החינוכי למטופלים ולקהילה כדי לחפש מקורות מידע חינוכיים, סרטונים ותוכניות מקוונות.

חיוב מטופלים

646-227-3378

התקשר למחלקה לחיוב מטופלים בכל שאלה בנוגע לאישור מראש מול חברת הביטוח שלך. זה מכונה אישור מראש.

משרד נציג המטופלים

212-639-7202

אנא התקשר אם יש לך שאלות בנוגע לטופס ייפוי כוח בריאותי או אם יש לך דאגות או חששות בנוגע לטיפול.

איש הקשר לשירותי סיעוד פריאופרטיביים

212-639-5935

ניתן להתקשר אם יש לך שאלות לגבי מדיניות MSK בנוגע לשחרור מידע במהלך הניתוח שלך.

שירות אחיות ומלווים פרטיים

917-862-6373

ניתן לבקש שירות אחיות או מלווים פרטיים לטיפול בכך בעת שהותך בבית החולים ובבית. התקשר לקבלת מידע נוסף.

שירותי שיקום

www.msk.org/rehabilitation

סרטן וטיפולים בסרטן עלולים לגרום לתחושת חולשה, נוקשות או מתח בגוף. חלק מהטיפולים עלולים לגרום לבצקת לימפית (נפיחות).

הפיזיאטרים (רופאים המתמחים בשיקום), המרפאים בעיסוק והפיזיותרפיסטים שלנו יכולים לעזור לך לשוב לפעילויות הרגילות שלך.

- **רופאים המתמחים בשיקום** מאבחנים ומטפלים בבעיות המשפיעות על דרך התנועה ואופן הפעילות שלך. הם יכולים לתכנן ולסייע לך לתאם את תוכנית טיפולי השיקום שלך, בין אם ב-MSK ובין אם במיקום אחר הקרוב יותר לביתך. ניתן להתקשר למחלקה לרפואת שיקום (פיזיאטריה) בטלפון 646-888-1929 לקבלת מידע נוסף.
- **מרפאים בעיסוק** יוכלו לסייע לך במידה ואתה מתקשה בביצוע פעילויות יומיומיות. לדוגמה, הם יוכלו להמליץ לך על כלים שיכולים להקל על מטלות יומיומיות. פיזיותרפיסטים יוכלו ללמד אותך תרגילים שיעזרו לך להתחזק ולשפר את הגמישות. ניתן להתקשר למחלקה לטיפול שיקום (פיזיאטריה) בטלפון 646-888-1900 לקבלת מידע נוסף.

מקורות מידע עבור תוכנית RLAC (Resources for Life after Cancer)
646-888-8106

ב-MSK, הדאגה לרווחתך אינה מסתיימת לאחר הטיפול שלך. תוכנית RLAC מיועדת לחולים שסיימו את הטיפול ולבני משפחותיהם.

תוכנית זו מציעה שירותים רבים. אנו מציעים ימי עיון, סדנאות, קבוצות תמיכה, וייעוץ לחיים שלאחר הטיפול. נוכל גם לסייע בנושאים ביטוחיים ובנושאי תעסוקה.

תוכניות לבריאות מינית

סרטן וטיפולים בסרטן יכולים להשפיע על הבריאות המינית שלך, על הפוריות שלך או על שתיהן. התוכניות לבריאות מינית של MSK יכולות לסייע לך לפני, במהלך או לאחר הטיפול שלך.

- **התכנית לרפואה מינית לנשים ובריאות האישה** עשויה לסייע עם בעיות

בבריאות המינית, כגון הקדמת גיל המעבר או בעיות פוריות. ניתן לבקש הפנייה מאחד מחברי צוות הטיפול, או להתקשר למספר 646-888-5076 כדי לקבל מידע נוסף.

- **התכנית לרפואה מינית ורפואת מערכת הרבייה לגברים** עשויה לסייע בבעיות בבריאות המינית, כגון הפרעות זיקפה (ED). ניתן לבקש הפנייה מאחד מחברי צוות הטיפול, או להתקשר למספר 646-888-6024 כדי לקבל מידע נוסף.

עבודה סוציאלית

www.msk.org/socialwork

212-639-7020

עובדים סוציאליים מסייעים למטופלים, למשפחותיהם ולחבריהם להתמודד עם נושאים הנפוצים בקרב חולי סרטן. הם מספקים קבוצות ייעוץ ותמיכה פרטניות לאורך כל הטיפול. הם יכולים לסייע לך לתקשר עם ילדים ועם בני משפחה אחרים.

העובדים הסוציאליים שלנו יכולים גם לסייע בהפניה לסוכנויות ותוכניות קהילתיות. אם אתה מתקשה לשלם את החשבונות שלך, תוכל גם לקבל מהם מידע לגבי משאבים כספיים. התקשר למספר שלמעלה כדי לקבל מידע נוסף.

טיפול רוחני

212-639-5982

אנשי הדת (יועצים רוחניים) שלנו זמינים לצורך האזנה, סיוע בתמיכה בבני משפחה ותפילה. באפשרותם ליצור קשר עם קבוצות קהילה או אמונה, או פשוט להוות בני לוויה ונוכחות רוחנית מנחמת. באפשרותו של כל אחד לבקש **תמיכה רוחנית**. אינך חייב/ת להשתייך לקבוצה דתית מסוימת (חיבור לדת).

הקפלה הבין-דתית של MSK ממוקמת ליד הלובי הראשי של בית החולים.
היא פתוחה 24 שעות ביממה. במקרה חירום, יש להתקשר לטלפון 212-
639-2000. בקש/י לשוחח עם איש הדת התורן.

Tobacco Treatment Program

www.msk.org/tobacco

212-610-0507

אם ברצונך להפסיק לעשן, ל-MSK יש מומחים שיכולים לסייע בכך.
התקשר לקבלת מידע נוסף.

תוכניות וירטואליות

www.msk.org/vp

אנו מציעים חינוך מקוון ותמיכה לחולים ולמטפליהם. תוכניות אלה הינן
מפגשים חיים בהם ניתן לדבר או רק להקשיב. ניתן ללמוד על האבחנה
שקיבלת, למה לצפות במהלך הטיפול וכיצד להתכונן לטיפול בסרטן.

המפגשים הינם פרטיים, חינוכיים ומובלים על ידי צוות מומחים. בקרו
באתר שלנו לקבלת מידע נוסף אודות התוכניות הווירטואליות או כדי
להירשם.

שירותי תמיכה חיצוניים

Access-A-Ride

web.mta.info/nyct/paratran/guide.htm

877-337-2017

בעיר ניו יורק, רשות התחבורה העירונית (MTA) מציעה שירות נסיעה
משותפת, מדלת לדלת, עבור אנשים עם מוגבלויות שאין באפשרותם לנסוע
באוטובוס או ברכבת התחתית.

Air Charity Network

www.aircharitynetwork.org

877-621-7177

מספקים שירותי הסעות למרכזי טיפול.

האגודה האמריקאית לסרטן (ACS)

www.cancer.org

ACS-2345-800 (800-227-2345)

מציעים מגוון שירותים ומידע, הכוללים את Hope Lodge, מקום שבו מטופלים ומטפלים יכולים לשהות בחינם בזמן טיפולי הסרטן שלהם.

Cancer and Careers

www.cancerandcareers.org

646-929-8032

מקור מידע לשם חינוך, מתן כלים ועריכת אירועים לעובדים החולים בסרטן.

CancerCare

www.cancercare.org

800-813-4673

השדרה השביעית 275 (בין רחובות מערב 25 ו-26)

ניו יורק, ניו יורק 10001

מספקים שירותי יעוץ, קבוצות תמיכה, סדנאות למידה, פרסומים ועזרה כלכלית.

Cancer Support Community

www.cancersupportcommunity.org

מספקים תמיכה וחינוך לאנשים שנפגעו מסרטן.

Caregiver Action Network

www.caregiveraction.org

800-896-3650

מספקים חינוך ותמיכה עבור אנשים המטפלים ביקיריהם הסובלים ממחלה כרונית או מוגבלות.

Corporate Angel Network

www.corpangelnetwork.org

866-328-1313

מציעים טיסות בחינם לטיפולים בכל רחבי הארץ תוך שימוש במושבים פנויים במטוסי חברה.

Good Days

www.mygooddays.org

877-968-7233

מציעים עזרה כלכלית בתשלומים שיתופיים (copayment) במהלך הטיפול. על המטופלים להיות בעלי ביטוח רפואי, לעמוד בקריטריוני ההכנסה, ולהיות בעלי מרשמים לתרופות הנמצאות במסגרת סל הבריאות של Good Days.

Healthwell Foundation

www.healthwellfoundation.org

800-675-8416

מספקים עזרה כלכלית לכיסוי תשלום שיתופי (copayment), פרמיות של שירותי רפואה ותשלומי השתתפות עצמית (deductibles) עבור תרופות וטיפולים מסוימים.

Joe's House

www.joeshouse.org

877-563-7468

מספקים רשימת מקומות לשהייה הסמוכים למרכזי טיפול עבור אנשים החולים בסרטן ומשפחותיהם.

LGBT Cancer Project

www.lgbtcancer.com

מספקים תמיכה והגנה משפטית עבור קהילת הלהט"ב, כולל קבוצות תמיכה מקוונות ומאגרי מידע של מחקרים קליניים הידידותיים לקהילת הלהט"ב.

LIVESTRONG Fertility

www.livestrong.org/we-can-help/fertility-services

855-744-7777

מספקים מידע אודות רבייה ותמיכה לחולים ולמחלימים מסרטן, שלטיפולים הרפואיים שעברו קיים סיכון הקשור לאי פוריות.

Look Good Feel Better Program

www.lookgoodfeelbetter.org

(LOOK (800-395-5665-800-395

תוכנית זו מציעה סדנאות בהן ניתן ללמוד דברים שאפשר לעשות כדי להרגיש טוב יותר לגבי המראה שלך. למידע נוסף או להרשמה לסדנה, נא להתקשר למספר שלעיל או לבקר באתר התוכנית.

National Cancer Institute

www.cancer.gov

(CANCER (800-422-6237-800-4

National LGBT Cancer Network

www.cancer-network.org

מספקים חינוך, הדרכה וסיוע משפטי עבור להט"בים שהחלימו מסרטן

וכאלה הנמצאים בסיכון.

Needy Meds

www.needy meds.org

מספקים רשימה של תוכניות סיוע למטופלים עבור מותגי תרופות ותרופות גנריות.

NYRx

www.health.ny.gov/health_care/medicaid/program/pharmacy.htm

מספקים הטבות מרשם לעובדים זכאים ולגמלאים של המגזר הציבורי במדינת ניו יורק.

Patient Access Network (PAN) Foundation

www.panfoundation.org

866-316-7263

מספקים סיוע בתשלומים שיתופיים (copayments) עבור מטופלים עם ביטוח.

Patient Advocate Foundation

www.patientadvocate.org

800-532-5274

מספקים גישה לטיפולים, סיוע כלכלי, סיוע ביטוחי, סיוע בשימור עבודה וגישה למדריך המשאבים הלאומי של תתי המבוטחים.

Professional Prescription Advice

www.pparx.org

888-477-2669

מסייעים למטופלים זכאים ללא כיסוי לתרופות מרשם לקבל תרופות בחינם או בעלות מופחתת.

(לשעבר Gilda's Club) Red Door Community

www.reddoorcommunity.org

212-647-9700

מקום שבו אנשים החיים עם סרטן יוכלו למצוא תמיכה חברתית ורגשית באמצעות נטוורקינג, סדנאות, הרצאות ופעילויות חברתיות.

RxHope

www.rxhope.com

877-267-0517

מספקים סיוע בהשגת תרופות לאנשים שידם אינה משגת.

Triage Cancer

www.triagecancer.org

מספקת מידע ומשאבים בנושאים משפטיים, רפואיים ופיננסיים עבור מטופלי סרטן ומטפליהם.

מקורות חינוכיים

סעיף זה מפרט את המשאבים החינוכיים המוזכרים במדריך זה. אלה יסייעו לך להתכונן לניתוח ולהתאושש לאחריו.

תוך כדי קריאת מקורות מידע אלה, מומלץ לרשום את השאלות שברצונך לשאול את הרופא שלך.

• *A Guide for Caregivers* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/guide-caregivers>)

• *Common Questions About MSK's Recovery Tracker* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/mymsk-recovery-tracker>)

- Advance Care Planning for People With Cancer and Their Loved Ones* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/advance-care-planning>)
- Exercises After Your Lumpectomy or Axillary Lymph Node Procedure* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/exercises-after-your-axillary-lymph-node-dissection>)
- Herbal Remedies and Cancer Treatment* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/herbal-remedies-and-treatment>)
- How to Be a Health Care Agent* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/how-be-health-care-agent>)
- How To Check if a Medicine or Supplement Has Aspirin, Other NSAIDs, Vitamin E, or Fish Oil* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/common-medications-containing-aspirin-and-other-nonsteroidal-anti-inflammatory-drugs-nsaids>)
- How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mysk-patient-portal>)
- מה אפשר לעשות כדי להימנע מנפילה* (<https://sandbox18.mskcc.org/he/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling>)

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000

למשאבים נוספים אנא בקר/י ב- www.mskcc.org/pe כדי לחפש בספריה הוירטואלית שלנו.

About Your Lumpectomy - Last updated on June 4, 2024
כל הזכויות בבעלות ושמורות ל-Memorial Sloan Kettering Cancer Center