

بازسازی پستان فلپ دیپ (DIEP Flap)

این کتابچه اطلاعاتی را درباره موارد زیر در اختیار شما می‌گذارد:

- بازسازی پستان فلپ دیپ
- مراقبت‌های بعد از جراحی
- جهت دریافت حمایت روانی-اجتماعی با چه کسی باید تماس گرفت

فهرست مطالب

- 4 در مورد بازسازی پستان فلپ دیپ چه چیزی باید بدانم؟
- 4 در طول بازسازی پستان فلپ دیپ چه اتفاقی برای من خواهد افتاد؟
- 4 در طول عمل چه احساسی خواهم داشت؟
- 4 مدت زمان عمل چقدر است؟
- 5 قبل از انجام بازسازی پستان فلپ دیپ چه چیزی باید بدانم؟
- 6 دستورالعمل‌های بعد از عمل.
- 6 در طول بستری در بیمارستان چه اتفاقی خواهد افتاد؟
- 7 بعد از ترخیص از بیمارستان چه اتفاقی می‌افتد؟
- 7 داروی مسکن.....
- 7 درن.....
- 7 • تعداد درن‌ها.....
- 8 • مراقبت از درن.....
- 9 محدودیت‌های فعالیت.....
- 10 دستورالعمل‌های استحمام.....
- 10 مراقبت از زخم.....
- 10 محدودیت‌های تغذیه.....
- 10 مدیریت اسکار.....
- 11 در پی یافتن چه علائمی از عوارض باشم؟
- 12 مراقبت‌های بعدی.....
- 12 مراحل بعدی در بازسازی پستان چیست؟
- 13 در صورت داشتن هر یک از موارد زیر با جراح پلاستیک خود تماس بگیرید:.....
- 14 در صورتیکه به حمایت عاطفی بیشتری نیاز داشته باشم چطور؟
- 16 در صورت داشتن سوال با چه کسی تماس بگیرم؟
- 16 بعد از ساعت کاری یا آخر هفته با چه کسی تماس بگیرم؟

در مورد بازسازی پستان فلپ دیپ چه چیزی باید بدانم؟

DIEP مخفف عبارت Deep Inferior Epigastric Artery Perforator (فلپ سوراخ کننده اپی گاستریک تحت فشار عمیق) است.

بازسازی پستان فلپ دیپ عملی است که در آن از چربی و پوست شما که از شکم گرفته می‌شود برای تشکیل برجستگی سینه استفاده می‌شود.

گاهی اوقات ممکن است لازم باشد که یک تکه کوچک از ماهیچه نیز برداشته شود (به این عمل فلپ ترام بدون عضله گفته می‌شود). این تصمیم در طول جراحی گرفته می‌شود.

در طول بازسازی پستان فلپ دیپ چه اتفاقی برای من خواهد افتاد؟

جراح شما قبل از اینکه شما را برای عمل بیهوش کند، پستان‌ها و شکم شما (نواحی جراحی شما) را با یک مازیک بنفش علامت‌گذاری می‌کند.

در حالی که شما بیهوش هستید، دستگاه‌های فشرده سازی متوالی روی پاهای شما قرار می‌گیرند تا از لخته شدن خون در حین جراحی جلوگیری کنند. از این دستگاه‌ها تا زمانی که از بیمارستان ترخیص می‌شوید باید استفاده کنید. همچنین به شما داروهای رقیق کننده خون داده خواهد شد.

بافت جراحی شده به طور کامل از شکم جدا شده و به ناحیه قفسه سینه منتقل می‌شود تا یک برجستگی سینه تشکیل شود. از میکروسکوپ برای کمک به جراح جهت اتصال مجدد جریان خون استفاده می‌شود. این عمل منجر به سفت شدن قسمت تحتانی شکم می‌شود، شبیه به «تامی تاک» (عمل برداشتن چربی از بدن) اما با اسکاری کمی طولانی‌تر و بالاتر.

در طول عمل چه احساسی خواهیم داشت؟

در حین عمل جراحی احساس درد نخواهید کرد زیرا تحت بیهوشی به خواب خواهید رفت.

مدت زمان عمل چقدر است؟

اگر یک پستان در حال بازسازی باشد این عمل حدود 8 ساعت و در صورت بازسازی هر دو پستان 10 ساعت طول می‌کشد.

قبل از انجام بازسازی پستان فلپ دیپ چه چیزی باید بدانم؟

- بهبودی این عمل حدود 8-12 هفته طول می‌کشد.
- علاوه بر پستان(های) خود در ناحیه شکم و اطراف ناف خود جای زخم نیز خواهید داشت.
- شما احساس پستان طبیعی نخواهید داشت و همچنین مقداری بی حسی در شکم خود خواهید داشت. این تغییرات دائمی است.
- اگر یک از پستان‌های شما بازسازی شود، شکل دهی مجدد پستان دیگر ممکن است در زمان جراحی فلپ دیپ یا در جراحی دوم پس از بهبودی توصیه شود.
- حداقل به مدت 8 هفته نمی‌توانید کار کنید.
- ممکن است مجبور شوید برای خرید، کارهای خانه و مراقبت از کودکان کوچک برای حدود 3 هفته بعد از جراحی از دیگران کمک بگیرید.
- بعد از عمل تا زمانی که تمام داروهای مسکن را قطع نکنید و توانایی عادی چرخیدن و دور زدن برای بررسی نقاط کور را نداشته باشید، نمی‌توانید رانندگی کنید.
- در روز جراحی، لباس‌های راحت و گشاد و کفش‌های بدون بند راحت را برای پوشیدن در خانه به همراه داشته باشید (پیراهن‌های دارای دکمه/زیپ در جلو بعد از جراحی راحت‌تر پوشیده می‌شوند).
- برای اقامت در بیمارستان باید لوازم بهداشتی و روپوشی به همراه داشته باشید.
- اگر قهوه یا سایر نوشیدنی‌های حاوی کافئین می‌نوشید، باید قبل از جراحی این نوشیدنی‌ها را کاملاً کنار بگذارید زیرا کافئین می‌تواند با ایجاد تنگی عروق بر بازسازی شما تأثیر منفی بگذارد.
- اگر تاموکسیفن مصرف می‌کنید، باید 3 هفته قبل از عمل جراحی مصرف آن را قطع کنید. وقتی از بیمارستان به خانه برگشتید، می‌توانید دوباره شروع به مصرف تاموکسیفن کنید.
- 10 روز قبل از جراحی باید مصرف هرگونه مکمل، ویتامین E یا داروهای ضدالتهاپی را متوقف کنید.

دستورالعمل‌های بعد از عمل

در طول بستری در بیمارستان چه اتفاقی خواهد افتاد؟

- شما 3 یا 4 شب بعد از عمل در بیمارستان می‌مانید*.
- به شما گفته می‌شود که از وارد کردن فشار به فلپ‌ها خودداری کنید (در هر دو طرف بدن یا روی شکم خود دراز نکشید).
- شما به پشت در وضعیت «V شکل» یا «صندلی راحتی» خواهید خوابید.
- زمانی که در بیمارستان هستید داروی ضد درد دریافت خواهید کرد.
- به شما رقیق‌کننده خون تزریق خواهد شد.
- در پستان (و شکم) بازسازی شده، درن‌هایی نصب می‌شود که به مدت 1 تا 3 هفته در جای خود باقی خواهند ماند.
- حداقل به مدت یک روز سوند مثانه خواهید داشت.
- یک پرستار به طور مکرر جریان خون فلپ شما را بررسی می‌کند. این بدان معنی است که وقتی رنگ فلپ و صدای جریان خون را با دستگاه سونوگرافی داپلر کوچک بررسی می‌کنند، ممکن است از خواب بیدار شوید. به این فرآیند «فلپ چک» می‌گویند.
- یک فیزیوتراپ با کاردرمانگر شما را در بیمارستان ویزیت می‌کند و در مورد ورزش و از سرگیری فعالیت‌های روزانه به شما توصیه‌هایی می‌کند.

فلوچارت زیر نشان می‌دهد که در طول اقامت شما در بیمارستان چه اتفاقی خواهد افتاد:

روز
2

- راه رفتن با کمک
- تمرینات تنفسی
- فلپ چک در هر 2 ساعت

روز
1

- استراحت و بهبودی
- نشستن روی صندلی
- شروع به خوردن غذا
- فلپ چک در هر ساعت

روز عمل

*نکته: در صورت بروز عوارض در حین عمل، مدت بستری در بیمارستان ممکن است تغییر کند

بعد از ترخیص از بیمارستان چه اتفاقی می افتد؟

داروی مسکن

قبل از ترک بیمارستان، جراح برای شما داروی مسکن تجویز می کند. طبق دستور مصرف کنید. باید به اندازه کافی راحت باشید تا به حرکت ادامه دهید.

همچنانکه که درد شما با گذشت زمان بهتر یا کمتر می شود، می توانید داروهای داروی ضد درد **مخدر** تجویز شده را **قطع** کرده یا فقط قبل از خواب از آن استفاده کنید.

مصرف Tylenol Extra Strength را هر **6 ساعت یکبار ادامه دهید** و پس از اتمام Celebrex خود، **همچنین می توانید Advil** را در صورت نیاز هر **4-6 ساعت مصرف کنید**.

درن

پس از جراحی و به هوش آمدن، درن هایی را مشاهده خواهید کرد که به مدت **1 تا 3 هفته** در جای خود باقی می مانند.

درن ها برای کمک به جلوگیری از تجمع مایع و خون در محل عمل وارد می شوند و توسط یک بخیه کوچک که با برداشتن درن برداشته می شود، در جای خود ثابت می شوند.

تعداد درن ها

شما **1 درن** در هر پستان خواهید داشت و ممکن است **2 درن** در شکم خود داشته باشید.

درن های شما با نوار چسبی شماره گذاری می شود تا بتوانید خروجی هر درن را کنترل کنید.

روز
4

شاید به یک روز اضافی جهت آماده شدن رفتن به خانه نیاز شود

روز
3

- راه رفتن بدون کمک
- رفتن به دستشویی بدون کمک
- کنترل درد فقط با قرص
- فلپ چک در هر 4 ساعت
- ممکن است برای مشورت در مورد مراقبت از درن و رفتن به خانه آماده باشید

مراقبت درن

ترتیب ملاقات با پرستاری جامعه می‌تواند انجام شود تا به شما در مراقبت از درن کمک کند.

یک تکه گاز کوچک محل هر درن را می‌پوشاند. این گاز فقط در صورت خیس شدن نیاز به تعویض دارد. پرستار جامعه یا پرستار کلینیک می‌توانند در مورد تغییر پانسمان به شما کمک کنند.

شما می‌توانید 2 روز پس از جراحی دوش بگیرید (مگر اینکه خلاف آن به شما گفته شود). از حمام کردن یا نشستن در وان آب خودداری کنید.

جهت مراقبت از درن در خانه از دستورالعمل‌های زیر پیروی کنید:

1. خروجی درن خود را 2 بار در روز (با فاصله 12 ساعت) اندازه‌گیری کنید و مقدار مایع تخلیه شده داخل پمپ را ثبت کنید. مقدار هر درن را جداگانه ثبت کنید و کل خروجی را در هر 24 ساعت ثبت کنید.
2. هنگامی که خروجی یک درن برای 2 روز متوالی کمتر از 30 میلی لیتر باشد، درن آماده خروج است. بسته به مقدار مایعی که تخلیه می‌شود، ممکن است برخی از درن‌ها بیشتر از سایرین در محل زخم باقی بمانند. پرستار جامعه یا پرستار کلینیک درن‌های شما را بررسی می‌دارد. یک باند کوچک با پماد آنتی بیوتیک روی دهانه‌ای که درن خارج شده است قرار می‌گیرد. محل درن ظرف 1-2 روز بسته می‌شود.

درن بدین صورت می‌باشد. قسمت سفید
قسمتی است که زیر پوست شما قرار دارد.
لوله شفاف از پوست شما خارج می‌شود. پمپ
هر مایعی که خارج می‌شود را داخل خود نگه
می‌دارد. قسمت آبی گیره‌ای است که پمپ را
روی لباس شما نگه می‌دارد.



محدودیت‌های فعالیت

پس از حدود 2 هفته، اکثر بیماران می‌توانند بیشتر فعالیت‌های روزانه خود را از سر بگیرند، به استثنای برخی موارد (که در زیر مشخص شده است). مدت زمان محدودیت فعالیت ممکن است برای هر بیمار متفاوت باشد. قبل از از سرگیری فعالیت‌های عادی خود مطمئن شوید که برای چنین کاری راحت و آماده هستید. از محدودیت‌های زیر به عنوان راهنما استفاده کنید:

به مدت 2 هفته:

- دستان خود را بالاتر از ارتفاع شانه بلند نکنید تا زمانی که جراح بگوید انجام این کار مشکلی ندارد (معمولاً پس از اولین ملاقات پیگیری 2 هفته پس از جراحی).
- از فعالیت‌هایی که باعث افزایش ناگهانی فشار خون شما می‌شود خودداری کنید.

به مدت 4-6 هفته

- از فشار دادن و کشیدن اجسام با بازوها و حرکات تکراری شانه خودداری کنید.
- به مدت 6 هفته یا تا زمانی که تمام لبه‌های زخم التیام نیافته‌اند از فعالیت‌هایی مانند ایروبیک سنگین، دویدن، شنا و غیره خودداری کنید.

به مدت 3 ماه

- از بلند کردن اجسام بیش از 10 پوند خودداری کنید.
- ورزش‌هایی که شامل تقویت عضلات سینه یا عضلات شکم شما می‌شود را انجام ندهید.

دستورالعمل‌های استحمام

- می‌توانید 2 روز پس از جراحی دوش بگیرید مگر اینکه خلاف این به شما گفته شود.
- از استفاده از آب بسیار داغ خودداری کنید.
- از استفاده از هرگونه صابون یا لوسیون معطر در اطراف بریدگی‌ها تا زمانی که به طور کامل بهبود نیافته‌اند خودداری کنید.
- از صابون‌های پراکسید یا آنتی‌باکتریال استفاده نکنید.
- بعد از دوش گرفتن، بریدگی‌ها را با یک حوله تمیز خشک کنید.
- تا زمانی که تمام زخم‌های شما به طور کامل بهبود نیافته است، حمام نروید یا از استخر یا جکوزی استفاده نکنید.

مراقبت از زخم

پماد وازلین یا پلی‌سپورین (نه کرم) را روی تمام بریدگی‌های خود (ناف، شکم، سینه‌ها در صورت باز بودن) دو بار در روز تا اولین جلسه پیگیری خود بمالید. از پدهای گرم کننده یا کمپرس سرد روی سینه یا ناحیه شکم خود استفاده نکنید. احساس شما با جراحی تغییر می‌کند.

بافت جراحی شده ممکن است در ابتدا در لبه بالایی سینه بسیار سفت باشد - این تورم سینه طبیعی است و به مرور زمان نرم می‌شود. بعد از 2 هفته می‌توانید ماساژ ناحیه جراحی شده را شروع کنید.

محدودیت‌های تغذیه

تا 2 هفته پس از جراحی از مصرف کافئین (قهوه، چای، کولا یا شکلات) خودداری کنید.

مدیریت اسکار

مدیریت اسکار بعد از جراحی بازسازی پستان فلپ دیپ برای ظاهر نهایی و نرم شدن اسکار مهم است. پس از بهبود کامل بریدگی‌ها، می‌توانید دو بار در روز از روغن یا کرم ویتامین E بر روی جای بریدگی‌ها استفاده کنید و در این مرحله می‌توانید دو بار در روز شروع به ماساژ جای بریدگی‌ها به صورت دورانی کنید.

حداقل 12 ماه از اسکارهای خود در برابر نور خورشید محافظت کنید.

در پی یافتن چه علائمی از عوارض باشیم؟

فهرستی از عوارض احتمالی از جمله علائمی که باید در خانه در پی یافتن آنها باشید در زیر آورده شده است. اگر فکر می‌کنید ممکن است عارضه‌ای داشته باشید با مطب جراح خود تماس بگیرید.

هماتوم مجموعه‌ای از خون‌های زیر پوست است. ممکن است متوجه تغییری در پستان(ها) یا شکم شوید که در آن پستان پر، سفت و کبودتر به نظر می‌رسد. ممکن است برای برداشتن هماتوم نیاز به جراحی داشته باشید.

سروما مایع سروزی جمع آوری شده در پشت پستان یا دیواره شکم است که ممکن است پس از برداشتن درن باعث تورم یا درد جدید شود. اگر سروما بزرگ باشد، می‌توان آن را تخلیه کرد.

عفونت زخم ممکن است پس از هر عمل جراحی رخ دهد. علائم عفونت عبارتند از قرمزی و حساسیت در محل، تب و به طور کلی احساس ناخوشی. زمانی که در بیمارستان بستری هستید به شما آنتی بیوتیک داده می‌شود و در صورت لزوم هنگام ترخیص نسخه‌ای به شما داده می‌شود.

ترومبوز ورید عمقی (DVT) یک لخته خون در پاها است. این یک عارضه احتمالی پس از جراحی و استراحت در بستر است. علائم DVT شامل درد، حساسیت و تورم در پاها است. صبح بعد از جراحی، با کمک گرفتن از کسی، تشویق می‌شوید که از تخت برخاسته و بر روی صندلی بنشینید. برای جلوگیری از تشکیل دیر هنگام لخته، باید زمانی که در خانه هستید به حرکت ادامه دهید. اگر لخته‌ای به سمت ریه برود، این امر می‌تواند مرگ‌آور باشد. در صورت تنگی نفس یا درد به هنگام تنفس به اورژانس مراجعه کنید.

باز شدن زخم زمانی اتفاق می‌افتد که به دلیل خون‌رسانی ضعیف به ناحیه، وضعیت تغذیه نامناسب و/یا عفونت، روند بهبودی کند باشد. علائم باز شدن زخم شامل نواحی پوسته شده یا باز شدن زخم است. اگر این اتفاق بیفتد، جراح وضعیت شما را به طور منظم در کلینیک پیگیری می‌کند.

نارسایی فلپ زمانی رخ می‌دهد که خون‌رسانی ضعیف به فلپ یا بخشی از فلپ وجود داشته باشد. این امر نادر است اما بیشتر در عرض 24-48 ساعت پس از جراحی مشاهده می‌شود. فلپ شما در طول مدت بستری در بیمارستان تحت نظر خواهد بود. اگر زمانیکه در خانه هستید، فلپ شما خنک شد و لکه‌های بنفش تیره پیدا کرد، فوراً با جراح خود تماس بگیرید.

فتق ناشی از ضعف عضلات شکم است. اگر این اتفاق برای شما بیفتد، ممکن است درد شدید در شکم، برآمدگی قابل مشاهده و احتمالاً حالت تهوع داشته باشید. ممکن است برای ترمیم فتق به جراحی دیگری نیاز داشته باشید.

نکروز چربی یک فرآیند خوش‌خیم است که در آن سلول‌های چربی در پستان آسیب دیده و به بافت اسکار سخت تبدیل می‌شوند. نکروز چربی مانند بخش سختی از پوست ضخیم در پستان احساس می‌شود. برخلاف سرطان، رشد نمی‌کند و معمولاً بدون درد است. نکروز چربی معمولاً به حال خود رها می‌شود تا به مرور زمان با ماساژ نرم شود. در صورت یافتن هر بافت سفت یا غیر طبیعی، مورد را با جراح خود در میان بگذارید.

مراقبت‌های بعدی

2 هفته پس از ترخیص از بیمارستان، یک قرار ملاقات با جراح خود خواهید داشت. پس از این، قرار ملاقات‌های بعدی بر اساس بهبودی شما خواهد بود. در صورت داشتن عارضه در هر زمانی می‌توانید ویزیت شوید.

مراحل بعدی در بازسازی پستان چیست؟

اگر فقط یک پستان شما بازسازی شود، ممکن است برای شما برنامه‌ریزی شود که پستان دیگرتان را لیفت کرده یا کوچک کردن سینه انجام دهید تا پستان‌ها شبیه‌تر به نظر برسند. این کار را می‌توان چندین ماه پس از بهبود فلپ دیپ انجام داد.

اگر می‌خواهید نوک سینه را بازسازی کنید، زمانی که شکل هر دو سینه شبیه به هم باشد می‌توان آن را انجام داد.

در صورت داشتن هر یک از موارد زیر با جراح پلاستیک خود تماس بگیرید:

- درد فزاینده یا شدید.
- تورم، قرمزی یا ترشح.
- دمای 38 درجه سانتیگراد (100.4 درجه فارنهایت) یا بالاتر برای بیش از 24 ساعت.
- تنگی نفس، درد قفسه سینه، مشکل در تنفس.

مهم است به یاد داشته باشید که:

- در هیچ یک از مناطقی که جراحی شده است از یخ یا پدهای حرارتی استفاده نکنید.
- گرما می‌تواند باعث سوختگی در پوستی شود که احساس طبیعی ندارد.
- این امر شامل آفتاب گرفتن با مایوی تیره می‌شود.
- این اقدامات احتیاطی دائمی هستند.

در صورتیکه به حمایت عاطفی بیشتری نیاز داشته باشم چطور؟

اگر به حمایت عاطفی بیشتری نیاز دارید، با مطب جراح خود تماس بگیرید و درخواست ارجاع برای خدمات پشتیبانی کنید. جراح شما را به یک روانشناس یا مددکار اجتماعی در مرکز سرطان اودت (Odette) ارجاع می‌دهد.

در صورت داشتن سوال با چه کسی تماس بگیرم؟

خط پرستاری مرکز پستان Louise Temerty: 416-480-5000

مطب جراح پلاستیک: 416-480-6069

بعد از ساعت کاری یا آخر هفته با چه کسی تماس بگیرم؟

اگر بعد از ساعات کار کلینیک سؤال یا نگرانی دارید، همواره یک رزیدنت جراحی پلاستیک آنکال حضور دارد. با Sunnybrook Locating با شماره 416-480-4244 تماس بگیرید و درخواست مکالمه با رزیدنت جراحی پلاستیک آنکال داشته باشید. در صورتیکه نتوانید با رزیدنت تماس بگیرید، به نزدیکترین مرکز اورژانس مراجعه کنید.

Bayview Campus

2075 Bayview Avenue, M1 500

Toronto, ON M4N 3M5

sunnybrook.ca



© 2020 Sunnybrook Health Sciences Centre

PR 60885 (2022/09/26)

وابسته به دانشگاه تورنتو



Sunnybrook

HEALTH SCIENCES CENTRE