

# 腹壁下动脉穿支皮瓣 (DIEP皮瓣) 乳房重建

这本小册子将为你提供以下信息。

- DIEP皮瓣乳房重建
- 术后护理
- 如有问题，有什么电话可提供社会心理支持



# 目录

<b>关于DIEP皮瓣乳房重建我应该了解什么</b> .....	<b>4</b>
在DIEP皮瓣乳房重建过程中，我将会怎么样？.....	4
在手术中我会感觉如何？.....	4
手术时间有多长？.....	4
在DIEP皮瓣乳房重建之前我需要了解什么？.....	5
<b>术后说明</b> .....	<b>6</b>
住院期间将发生什么？.....	6
<b>我离开医院后会发生什么？</b> .....	<b>7</b>
止痛药.....	7
引流管.....	7
• 引流管数量.....	7
• 引流管护理.....	8
活动限制.....	9
洗澡说明.....	10
伤口护理.....	10
饮食限制.....	10
疤痕管理.....	10
我应该注意哪些并发症的迹象？.....	11
<b>后续护理</b> .....	<b>12</b>
<b>乳房重建的下一步是什么？</b> .....	<b>12</b>
<b>如果你有以下情况，请致电你的整形外科医生：</b> .....	<b>13</b>
<b>如果我需要更多情感支持怎么办？</b> .....	<b>14</b>
<b>如果有问题，我应该与谁联系？</b> .....	<b>16</b>
<b>下班后或周末时我该给谁打电话？</b> .....	<b>16</b>

# 关于DIEP皮瓣乳房重建我应该了解什么？

DIEP是腹壁下动脉穿支的缩写。

DIEP皮瓣乳房重建是一种使用自身的脂肪和腹部皮肤来形成一个乳丘的手术。

有时可能有必要同时取一小块肌肉（这被称为节省肌肉的自由横形腹直肌（TRAM）皮瓣）。这个决定是在手术中作出的。

## 在DIEP皮瓣乳房重建过程中，我将会怎么样？

你的外科医生会在你睡觉前用紫色记号笔在你的乳房和腹部（你的手术区域）做标记。

当你睡着时，将在你的腿上放置顺序压缩装置，以帮助防止手术中凝血。你将一直戴着这些装置，直到离开医院。你还将被注射血液稀释剂。

组织从腹部完全分离出来，移到胸部区域，形成一个乳丘。外科医生在一个显微镜来帮助下重新连接血液供应。这种手术的结果是收紧下腹部，类似于“腹部除皱术”，但疤痕略长且高。

## 我在手术中会有什么感觉？

在手术过程中，你不会感到疼痛，因为你将在麻醉中睡着。

## 手术时间有多长？

如果只重建一个乳房，手术将持续约8小时；如果重建两个乳房，手术将持续10小时。

## 在DIEP皮瓣乳房重建之前我需要了解什么？

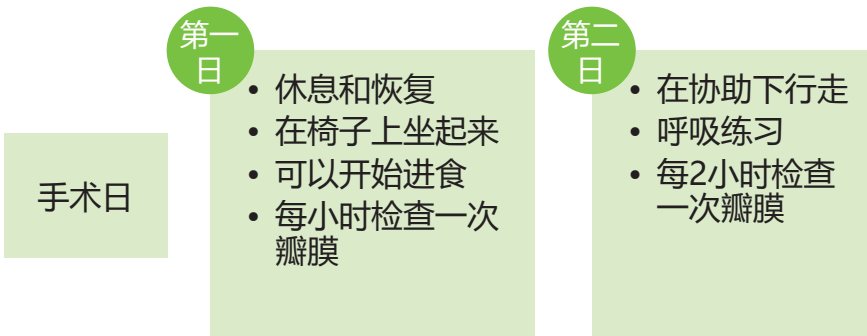
- 这个手术的恢复期大约是8-12周。
- 除了乳房外，你的腹部和肚脐周围会留一道疤痕。
- 你将没有正常的乳房感觉，腹部也会有一些麻木感。这些变化是永久性的。
- 如果你有一个乳房重建，可能会在DIEP皮瓣手术或在你痊愈后进行第二次手术时建议做另一个乳房的重塑。
- 你将至少有8周不能工作。
- 术后约3周内，你可能需要安排别人帮助你购物、做家务和照顾小孩子。
- 手术后你将不能开车，直到你停止所有的止痛药，并且你能正常地扭动和转身检查盲点。
- 在手术当天，请携带宽松舒适的衣服和支撑足弓的居家休闲鞋（前面有纽扣/拉链的衬衫在术后更容易穿）。
- 你将需要为住院携带洗漱用品和一件睡衣。
- 如果你喝咖啡或其他含有咖啡因的饮料，你应该在手术前完全戒掉，因为咖啡因会导致血管变窄，对你的重建产生负面影响。
- 如果你正在服用他莫昔芬（Tamoxifen），你应该在手术前3周停止服用。当你从医院回家后，你可以继续服用他莫昔芬。
- 你应该在手术前10天停止服用任何补充剂、维生素E或抗炎药物。

# 术后说明

## 住院期间会发生什么？

- 手术后你将在医院住3到4晚\*。
- 你将被告知要避免对皮瓣施加压力（不要躺在身体两侧或躺在腹部）。
- 你将以“V形”或“躺椅”的姿势仰卧睡觉。
- 在住院期间，你将领到止痛药。
- 你将注射血液稀释剂。
- 你将在重建的乳房（和腹部）中放置引流管，这些引流管将放置1-3周。
- 你将有至少一天的膀胱导尿管。
- 护士会非常频繁地检查你的皮瓣的血流情况。这意味着当他们用一台小型多普勒超声机检查皮瓣的颜色和血流的声音时，你可能会被叫醒。这个过程被称为“皮瓣检查”。
- 物理治疗师或职业治疗师将在医院看望你，给你提供锻炼和恢复日常活动的建议。

## 下面的流程图可以让你了解在你住院期间会发生什么：



(\*注意：如果手术中出现并发症，住院时间可能会改变。)

# 我离开医院后会发生什么？

## 止痛药

外科医生你离开医院之前给你开止痛药的处方。请遵医嘱使用。重要的是要有足够的舒适度来保持运动。

当你的疼痛逐渐好转或减轻时，你可能想**停止**处方中的**麻醉性止痛药**，或只在睡前**使用**。

继续每6小时服用特强泰诺，在你服用完Celebrex后，你也可以根据需求每4-6小时服用一次Advil。

## 引流管

手术后你会带着引流管醒来，这些引流管将在体内留置1-3周。

插入引流管是为了帮助防止液体和血液在手术部位堆积，并由一个小缝线固定，当移除引流管时再拆线

## 引流管数量

每个乳房将有一个引流管，腹部可能有两个引流管。

你的引流管将用胶带编号，以便你能跟踪每个引流管的流出量。

### 第三日

- 无需帮助即可行走
- 上厕所不需要帮助
- 只用药片控制疼痛
- 每4小时检查一次瓣膜
- 你可能已经准备好讨论引流管护理并回家了

### 第四日

你可能需要多一天的时间来做回家的准备

## 引流管护理

可以安排社区护理服务帮助你护理你的引流管。

每个引流部位均将贴有一小块纱布。这块纱布只有在弄湿时才需要更换。社区护士或诊所护士可以为你更换敷料。

术后2天可淋浴（除非另有通知）。**不要在浴缸洗澡，或坐在水盆里。**

请按照以下说明在家中进行**引流管护理**：

1. 每天测量2次引流管的排出量（间隔12小时），记录排入球囊的液体量。分别记录每个引流管的数量，并记录每24小时的总排量。
2. 当引流管排出量连续2天少于30毫升时，就可以拔掉引流管了。有些引流管可能需要比其他引流管留置更长的时间，这将取决于所引流的液体量。社区护士或诊所护士将为你拆除引流管。在拔出引流管的开口处将贴上涂有多孢菌素软膏的小绷带。引流部位将在1-2天内闭合。



这就是引流管的样子。

白色的部分是在你皮肤下的部分。透明的管子从你的皮肤里穿出来。球体收集任何流出的液体。蓝色部分是一个夹子，用于将球茎固定在你的衣服上。



## 活动限制

大约2周后，大多数病人能够恢复大部分的日常活动，但也有一些例外（见下文）。活动限制的时间长度可能对每个病人都不同。请确保你在恢复你的正常活动之前，确保你是舒适和准备好的。

以下列限制作为指导原则。

2周内：

- 在你的外科医生说可以之前（通常是术后2周的第一次复诊后），不要把你的手臂举过肩膀的高度。
- 避免导致血压突然升高的活动。

4-6周内：

- 避免做手臂推拉和重复性的肩部运动。
- 6周内或在所有伤口边缘愈合之前，避免高冲击力的有氧运动、慢跑、游泳等活动。

3个月内

- 不要举起超过10磅的东西。
- 不要做涉及加强胸肌或腹肌的运动。

## 洗澡说明

- 除非有人告诉你不要这样做，否则你可以在手术后2天洗澡。
- 避免使用非常热的水。
- 在切口完全愈合之前，避免在切口周围使用任何有香味的香皂或乳液。
- 不要使用过氧化物或抗菌肥皂。
- 淋浴后，用干净的毛巾拍干切口。
- 在所有伤口完全愈合之前，不要洗澡或使用游泳池或热水浴缸。

## 伤口护理

将凡士林或Polysporin软膏（不是乳膏）涂在你的所有切口上（肚脐、腹部、敞露的乳房），每天两次，直到你的第一次复诊。

不要在你的乳房或腹部热敷或冷敷。你的感觉会因手术而改变。

乳房上缘的组织最初可能非常坚硬，这是正常的乳房肿胀，会随着时间推移而软化。2周后你可以开始按摩该部位。

## 饮食限制

术后2周内**不要**饮用咖啡因（咖啡、茶、可乐或巧克力）。

## 疤痕管理

DIEP皮瓣乳房重建手术后的疤痕管理对你的疤痕的最终外观和软化非常重要。**一旦切口完全愈合**，你可以在疤痕上使用维生素E油或乳霜，每天两次，这时你可以开始以打圈的方式按摩疤痕，每天两次。

至少在12个月内要保护你的疤痕不受阳光照射。

## 我应该注意哪些并发症的迹象？

下面列出了可能的并发症，包括在家里要注意的迹象。如果你认为你可能有并发症，请联系你的外科医生的办公室。

**血肿**是皮肤下的血液聚集。你可能会注意到乳房或腹部的变化，它变得饱满、结实，看起来更加青紫。你可能需要进行手术来清除血肿。

**血清肿**是指在乳房或腹壁后面聚集的浆液，在拔出引流管后可能引起新的肿胀或疼痛。如果体积较大，可以对血清肿进行引流。

**伤口感染**可能发生在任何外科手术之后。感染的迹象包括伤口发红和触痛，发烧，以及普遍感觉不适。当你住院时，你将得到抗生素，如果有必要，你将携带处方回家。

**深静脉血栓（DVT）**是腿部的血凝块。这是手术和卧床休息后可能出现的一种并发症。深静脉血栓的迹象包括腿部的疼痛、触痛和肿胀。我们将鼓励你在手术后的早晨在他人帮助下下床坐到椅子上。当你在家时，你必须保持运动，以防止后期血块的形成。如果血块转移到肺部，这可能会危及生命。如果你出现呼吸急促或呼吸时疼痛，请到急诊科就诊。

**伤口破裂**发生在由于该区域供血不足、营养状况不佳和/或感染而导致伤口愈合缓慢时。伤口破裂的迹象包括伤口结痂或裂开的区域。如果发生这种情况，你的外科医生将定期在诊所跟踪你。

当皮瓣或皮瓣的一部分供血不足时，就会发生**皮瓣失败**的情况。

这种情况很罕见，但在术后24-48小时内最为常见。你的皮瓣将在整个住院期间受到监测。**如果你在家时感觉皮瓣发凉并出现深紫色斑块，请立即联系你的外科医生。**

**疝气**是由腹部肌肉薄弱引起的。如果这种情况发生在你身上，你可能会感到腹部的剧烈疼痛，有明显的隆起，可能还有恶心。你可能需要进行手术来清除疝气。

这是一个良性的过程，乳房中的脂肪细胞受损，变成坚硬的疤痕组织。脂肪坏死会感觉像乳房中的一段硬的厚皮肤。与癌症不同，它不会生长，而且通常没有疼痛。脂肪坏死通常不用管，随着时间的推移，按摩会使其软化。如果你发现任何硬的或不正常的组织，则告诉你的外科医生。

## 后续护理

你将预约看外科医生在你离开医院2周后。在此之后，复诊时间将根据你的愈合情况而定。如果你有并发症，你可以在任何时候就诊。

## 乳房重建接下来的步骤是什么？

如果你只做了一个乳房重建，你可能会被安排对另一个乳房进行乳房提升或乳房缩小，以帮助乳房看起来更相似。这可以在你的DIEP皮瓣愈合后几个月进行。

如果你想进行乳头重建，一旦两个乳房的形状相似，就可以进行。

## 如果你出现以下情况，请致电你的整形外科医生：

- 疼痛加剧或重度疼痛。
- 肿胀、发红或流脓。
- 体温达到38°C (100.4°F) 或更高，持续超过24小时。
- 气短、胸痛、呼吸困难。

## 重要的是要记住：

- 不要在任何做过手术的部位使用冰块或热敷垫。
- 热量会把没有正常感觉的皮肤烫伤。
- 这包括穿着深色泳衣进行日光浴。
- 这些预防措施是永久性的。

## 如果我需要更多情感支持怎么办？

如果你需要更多情感支持，请致电你的外科医生办公室，要求转介支持服务。你的外科医生会把你介绍给奥德特癌症中心的心理学家或社会工作者。



## 如果有问题，我应该与谁联系？

Louise Temerty 乳腺中心护理热线：416-480-5000

整形外科医生办公室：416-480-6069

## 下班后或周末时我该给谁打电话？

如果你在门诊下班后有问题或疑虑，总有一位整形外科住院医师可以随叫随到。请致电“新宁找人”（Sunnybrook Locating），电话是416-480-4244，并寻找值班的整形外科住院医师。如果你无法联系到住院医师，请到你最近的急诊科就诊。

### Bayview 分院

2075 Bayview Avenue, M1 500

Toronto, ON M4N 3M5

[sunnybrook.ca](http://sunnybrook.ca)



©2020 Sunnybrook Health Sciences Centre (新宁医院)

PR 60886 (2022/06/13)

完全隶属于多伦多大学