



DIEP 皮弁乳房再建術

What to expect and how to prepare

この資料は DIEP 皮弁乳房再建手術で行われること、手術のための準備の仕方、そして回復のための計画の立て方について説明しています。

DIEP 皮弁乳房再建術とは何か？

DIEP は *deep inferior epigastric perforator* (深下腹壁動脈穿通枝) の略語です。これは外科医があなたの下腹部からの皮弁 (皮膚と脂肪) を使ってあなたの乳房を再建する手術です。あなたの胃の筋肉がわずかに影響を受けます。

最初に、腹部からの皮弁が乳房の部分に移されます。そして、皮弁を生きた状態を保つ為に皮弁の血管が胸壁の血管の中に縫合されます。この皮弁があなたの新しい乳房になります。

手術のためにあなたが準備する事は？

- 手術前の 1 週間は、アスピリンや凝血に影響する薬品を摂らないで下さい。そのうちの 2 つはイブプロフェン (Advil、Motrin) とナプロキシン (Aleve、Naprosyn) です。詳しくは添付紙をご覧ください。
- 毎日毛剃りしない体の部分はどこも剃らないで下さい。普段毛剃りするところが手術部位に近い場合は手術前の 2 日間 (48 時間) はそこを剃らないで下さい。
- 手術後、3-5 日間の入院を予定して下さい。
- 退院後 1-2 週間、食事やセルフケアや日常の用事を手伝って下さる方が必要です。



手術後 3-5 日間、回復の為に入院しています。

手術前日

- **食事**：手術の前日は消化し易い軽い食べ物だけを食べて下さい。
- **シャワー**：手術前の夜に一度シャワーを浴びて下さい：
 - 看護師からもらった抗菌石鹸を使って体を洗って下さい。
 - 顔と髪にはその抗菌石鹸を**使わない**で下さい。顔と髪はご自分の石鹸とシャンプーを使って下さい。
 - 清潔なタオルを使って乾かし、清潔な物を着て下さい。
- **到着時間**：手術前夜の午後 5 時までに手術前の係りの看護師からあなたに電話がかかります。手術日が月曜日の場合は、前の金曜日に看護師から電話があります。午後 5 時までに看護師から電話がかかって来ない場合は、206. 598. 6334 に電話して下さい。

あなたが病院に来る時間を看護師があなたに伝え、次のことを再確認します：

- 何時から食べたり飲んだりしてはならないか
- あなたのいつもの薬の中で摂るべき薬、摂ってはならない薬はどれか
- 薬は錠剤を呑み込むのに足りるだけの少量の水で服用すること

手術当日

自宅で

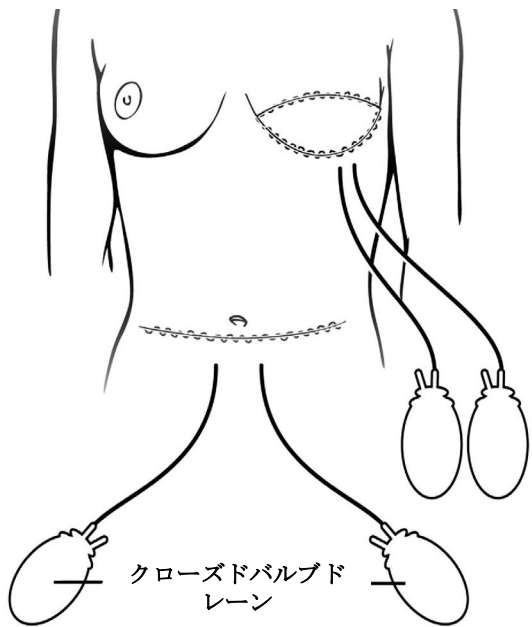
- **食べ物と飲み物**：手術当日は何も食べたり飲んだりしないで下さい。それにはガムとミントを含みます。
- **シャワー**：抗菌石鹸を使ってもう一度シャワーを浴びて下さい。手術日前夜のシャワーの浴び方と同じ手順に従って下さい。
- **薬**：服用すべき薬と服用してはならない薬について手術前の係りの看護師から言われた指示に従って下さい。薬は錠剤を呑み込むのに足りるだけの少量の水で服用することを忘れないで下さい。

病院で

- **温かい毛布**：手術室（OR）に向かうのを待っている間、温かい毛布をかけてあなたの体を温めます。これは感染症のリスクを下げるのに役立ちます。温かい毛布をもらわなかったら言って下さい。

手術後

あなたは回復室で目を覚まします。あなたは眠いです。あなたにこのような物が付けられています：



皮弁乳房再建手術の切開部とドレイン

- 点滴の細い管(IV)。点滴から痛みと吐き気の為の薬を投薬します。
- 膀胱から尿を出す為に膀胱に挿入されているカテーテルの管。この管はあなたが手術室で眠っている間に入れられます。
- 脚に巻かれた順次圧縮デバイス (**Sequential compression devices** (略称 SCD))。あなたは度々この脚の巻き物が空気で膨らむのを感じます。この圧縮は血液が足の静脈を通して移動するのを助けます。SCD はベッドに居ていつも通りに活動的でない間、血栓の予防に役立ちます。
- 切開部に繋がっている複数のクローズドバルブドレイン/**Closed bulb drains** (左の図参照)。これらのドレインについて“Caring for Your Closed Bulb Drain (クローズドバルブドレインの手入れの仕方)”という資料を読んでください。
- 血管が接続されている皮弁に付けられたドプラーワイヤー/**Doppler wire** と呼ばれる小さなワイヤー。このワイヤーは皮弁への血流を看護師が監視するのに役立ちます。このワイヤーは手術から 2-3 週間後の一度目か二度目の経過観察の診察の時に取り除かれます。

病院での回復

手術後 3-5 日間、入院します。初めの 24 - 48 時間は集中治療室 (ICU) に居ます。皮弁への血流が強く安定していることを外科チームが確認したら、病院の普通病棟に移動します。

安静

手術後、その日はベッドで安静にします。腹部への負担を軽減する為に少しだけベッドの頭が上げられます。安静にしている間に：

- 血流を助ける為に温かい毛布があなたの上にかかけられます。
- あなたは度々順次圧縮デバイスが脚を優しく圧縮するの感じます。
- 最初の 24 時間は看護師が頻繁に皮弁への血流をチェックします。

切開部

切開部は全て手術後直ぐにガーゼで覆われます。

- 腹部の切開の場所は陰毛のアーラインの上になります。それは腰から腰まで及びます。
- 胸部の切開の場所はあなたの乳房切除のタイプによります。

食事

患者の殆どの方は手術後最初の 24 時間は口から何も食べたり飲んだり出来ません。この期間は点滴から水分と栄養が補給されます。

呼吸の運動

あなたが起きている間、1 - 2 時間毎に看護師が手伝って呼吸と咳の運動をして頂きます。これらの運動は肺をきれいに保ち肺炎（肺感染症）の予防に役立ちます。

痛みの管理

手術後 1-2 日間、あなたは患者自己管理鎮痛法/*Patient-controlled analgesia*（略称 PCA）というポンプを使って自分で鎮痛剤を投薬します。あなたが鎮痛剤が必要とする時に自分でボタンを押して点滴から投薬できるのであなたは楽でいられます。

帰宅後に鎮痛剤が必要な場合は、あなたの医師が処方する鎮痛剤を服用して下さい。

膀胱カテーテル

1-2 日間、膀胱にカテーテルが入れられています。これはあなたがベッドで安静でいられるためです。また腹部への負担も少なくなります。

ドレーン

あなたは “Caring for Your Closed Bulb Drain（クローズドバルブドレーンの手入れの仕方）” という資料を看護師からもらいます。よくお読みください。質問があれば看護師に尋ねて下さい。

あなたの腹部と乳房再建部にドレーンがつけられます。（3 頁の図を参照して下さい。）あなたはこれらのドレーンをつけたまま退院します。

退院する前に、看護師がドレーンの手入れの仕方について次のことをあなたに教えます。：

- 詰まらないようにするために 8 時間毎にドレーンをきれいにする。
- ドレーンを空にする。
- 採集した排液の量を記録する。

DIEP 皮弁のドレーンからの排液が 24 時間に 30 cc 以下の日が 2 日間続いたら、ドレーンが取り外されます。これはあなたの経過観察の診察まで待っても良いし、又は取り外すために看護師との診察予約をとっても良いです。看護師との予約は 206.598.1217 に電話して下さい。

退院後の注意とセルフケア

乳房サポート

- 手術後 3 週間はブラジャーを着けないで下さい。乳房を締め付けずにサポートできる物を身に付けて下さい。
- 乳房をサポートするための外科用のキャミソールを着ても良いです。これにはドレーンの為の取り外しできるポケットが付いています。普通のキャミソールとタンクトップでも大丈夫です。
- 乳房切開が完全に癒えるまではワイヤーが入ったブラジャーを着けないで下さい。

腹部のサポート

手術後 3-4 週間は次の何れかを着ることを薦めます：

- ハイウエストのバイクショーツ
- 圧縮パンティ

これらのサポートは軽く、均等な圧力で腹部を支えます。これは腹部に水が溜まらないようにするのに役立ちます。ショーツはスポーツ用品店などのお店で、パンティは洋品店で購入できます。

シャワー

- ドレーンが入っているままシャワーを浴びても良いです。
- 次の様になるまでは入浴したり、湯船に浸かったり、水泳したりしないで下さい：
 - ドレーンが取り外されるまで。
 - かさぶたや排液や開いた切創がなく、完全に切開部が治癒するまで。

活動の制限

- 手術後 4 週間は、重さ 5 ポンド以上の物を持ち上げないで下さい。(2 リットル入りボトルの水の重さが約 5 ポンドです。)
- 手術後 4-6 週間は、庭仕事をしたり、掃除機をかけたり、エアロビック運動したり、他に切開部を引っ張るようなことを何もしないで下さい、
- **運動のためと血液の移動を維持するために短い散歩をして下さい。**
- 4-6 週間、腹部の切開部が癒えている間、あなたは真つすぐ立ち上がることが出来ません。これにより背中にストレスがかかる可能性があります。過去に背中に問題があったことがある方は、この期間は杖か他に支えになるものを使って歩くと良いでしょう。

仕事への復帰

どのくらいの期間仕事を休むかはあなたがどの様な仕事をしているかによります。たいていの人は回復の為に1-2か月間仕事を休みます。

経過観察の診察

1回目の経過観察の診察

手術から2-3週間後に外科医の診察があります。この診察で：

- 排液が十分に減少していれば、ドレーンを取り除きます。
- あなたの痛みの具合と家での様子を尋ねます。
- 大丈夫であれば、ドプラーワイヤーを取り除きます。

2回目の経過観察の診察

手術から5-6週間後の2度目の診察で：

- 排液が十分に減少していれば、残りのドレーンを取り除きます。
- あなたの家での様子、痛みの程度、鎮痛剤の服用量を尋ねます。
- 1度目の経過観察の診察でドプラーワイヤーが取り除かれなかった場合は、大丈夫であれば、この診察時に取り除きます。

電話で知らせるべき時

以下の場合にはあなたの看護師か医師に電話をして下さい：

- 傷を覆っているガーゼがびしょり濡れるほど出血や排液が出る
- 華氏 100.5° F (摂氏 38° C)以上の発熱
- 震えと寒気
- 切開部の感染症の兆し：
 - 赤み、あるいは腫れ
 - 痛みが増す
 - 排液に悪臭がある、あるいは排液のタイプや量に変化がみられる
- 吐き気又は嘔吐、又はその両方
- 経過観察の診察まで待つことが出来ない心配な事や質問がある

どこに電話をするか

このページの“ご質問は?”の欄に記載されている電話番号をご覧ください。

ご質問は？

あなたからの質問は重要です。質問や心配なことがある場合は、あなたの医師あるいは医療プロバイダーに電話して下さい。

週日午前8時から午後5時の間は再建外科センター／Center for Reconstructive Surgery、206.598.1217 に電話して下さい。

時間外、週末、祝日は、206.598.6190 に電話し、あなたの外科医の当直のレジデント医を呼び出して下さい。

DIEP Flap Breast Reconstruction

What to expect and how to prepare

This handout explains what to expect from DIEP flap breast reconstruction, how to prepare for your surgery, and how to plan for your recovery.

What is DIEP flap breast surgery?

DIEP stands for *deep inferior epigastric perforator*. In this surgery, your surgeon will use a *flap* (skin and fat) from your lower belly to rebuild your breast. Your stomach muscle is only slightly affected.

First, the flap from your belly is moved to your breast area. The blood vessels in the flap are then sewn into blood vessels in your chest wall to keep the flap alive. This flap becomes your new breast.

How do I prepare for surgery?

- For 1 week before your surgery, do **not** take any aspirin or other products that affect blood clotting. Two of these are ibuprofen (Advil, Motrin) and naproxen (Aleve, Naprosyn). See attached sheet for more information.
- Do **not** shave any part of your body that you do not already shave every day. If you normally shave near your surgical site, do **not** shave that area for 2 days (48 hours) before your surgery.
- Plan to stay in the hospital for 3 to 5 days after your surgery.
- When you go home, you will need someone to help you with meals, self-care, and daily activities for 1 to 2 weeks.



You will be recovering in the hospital for 3 to 5 days after your surgery.

Day Before Surgery

- **Meals:** The day before your surgery, eat only light foods that you can digest easily.
- **Shower:** Take 1 shower the night before your surgery:
 - Use the antibacterial soap your nurse gave you to wash your body.
 - Do **not** use the antibacterial soap on your face and hair. Use your own soap and shampoo on your face and hair.
 - Use clean towels to dry off, and put on clean clothing.
- **Arrival time:** The pre-surgery nurse will call you by 5 p.m. the night before your surgery. If you are having surgery on a Monday, the nurse will call you the Friday before. If you do not hear from this nurse by 5 p.m., please call 206.598.6334.

The nurse will tell you when to come to the hospital and remind you:

- Not to eat or drink after a certain time
- Which of your regular medicines to take or not take
- To sip only enough water to swallow your pills

Day of Surgery

At Home

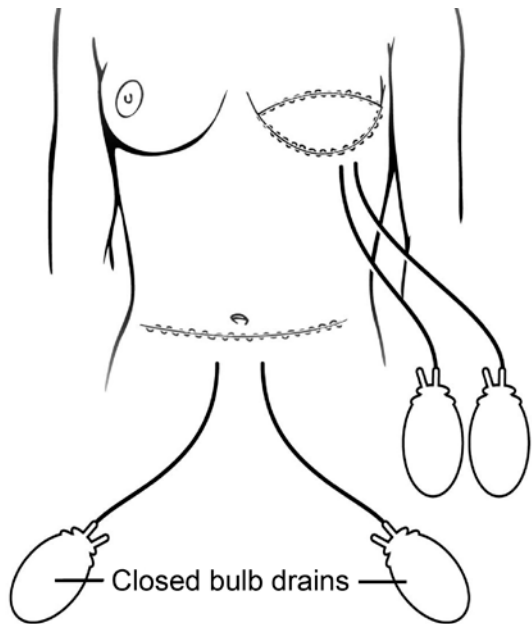
- **Food and drink:** Do **not** eat or drink anything on the day of surgery. This includes gum and mints.
- **Shower:** Take another shower with the antibacterial soap. Follow the same steps as you did for your shower the night before.
- **Medicines:** Follow the instructions the pre-surgery nurse gave you about what medicines to take or not take. Remember to sip only enough water to swallow your pills.

At the Hospital

- **Heating blanket:** We will cover you with a heating blanket to warm your body while you wait to go into the operating room (OR). This helps reduce your risk of infection. Ask for a heating blanket if you do not receive one.

After Surgery

You will wake up in the recovery room. You will feel sleepy. You will have:



DIEP flap breast reconstruction incisions and drains.

- A thin **intravenous tube** (IV) in your arm. We will use the IV to give you medicine for pain and nausea.
- A **catheter tube** inserted into your bladder to drain your urine. This tube was put in place while you are asleep in the OR.
- **Sequential compression devices** (SCDs) on your legs. You will feel these leg wraps fill with air from time to time. This pressure helps blood move through your leg veins. SCDs help prevent blood clots while you are in bed and not as active as usual.
- Some **closed bulb drains** coming from your incisions (see drawing at left). Please read the handout “Caring for Your Closed Bulb Drain” to learn more about these drains.
- A small wire called a **Doppler wire** in your flap where the blood vessels are attached. This wire helps the nurses watch the blood flow to your flap. The wire will be removed 2 to 3 weeks after your surgery, at your 1st or 2nd follow-up visit.

Recovering in the Hospital

You will stay in the hospital for 3 to 5 days after your surgery. The first 24 to 48 hours, you will be in the Intensive Care Unit (ICU). When your surgical team sees that the blood flow to your flap is staying strong, they will move you to a bed in a regular care unit in the hospital.

Bed Rest

You will rest in bed the day after your surgery. The head of the bed will be slightly raised to lessen the strain on your abdomen. While you rest:

- A warm blanket will be placed over you to help with blood flow.
- From time to time, you will feel the SCDs gently squeezing your legs.
- Your nurses will check the blood flow to your flap often in the first 24 hours.

Incisions

All of your incisions will be covered with gauze right after your surgery.

- Your **abdominal incision** will be above your pubic hairline. It will go from hip to hip.
- Where your **chest incision** depends on the type of mastectomy you had.

Diet

Most patients cannot eat or drink anything by mouth for 24 hours after surgery. You will receive fluids and nutrients through your IV during this time.

Breathing Exercises

Your nurse will help you do breathing and coughing exercises every 1 to 2 hours while you are awake. These exercises will keep your lungs clear and help prevent *pneumonia* (lung infection).

Pain Control

You will use a pump called *patient-controlled analgesia* (PCA) to give yourself pain medicine for 1 to 2 days after your surgery. You will push a button to get pain medicine through your IV when you need it so that you stay comfortable.

If you need pain medicine after you go home, take the pain medicine your doctor prescribed for you.

Bladder Catheter

You will have a catheter in your bladder for 1 to 2 days. This will allow you to rest in bed. It will also lessen the strain on your belly.

Drains

Your nurse will give you a handout called “Caring for Your Closed Bulb Drain.” Please read it carefully. Ask your nurse any questions you have.

You will have drains in your belly and in the area of your breast reconstruction (see the drawing on page 3). You will go home with these drains in place.

Before you leave the hospital, your nurse will teach you how to take care of your drains. You will be taught to:

- Strip them every 8 hours so that they do not clog
- Empty them
- Record the amount of drainage that collects

When drainage from your DIEP flap drains is less than 30 cc in 24 hours for 2 days in a row, your drains can be removed. You can wait until your follow-up visit to have this done, or you can schedule a visit with a nurse to have them removed. Call 206.598.1217 to make an appointment with a nurse.

Precautions and Self-care at Home

Breast Support

- Do **not** wear a bra for 3 weeks after surgery. Wear something that is supportive that does not constrict your breasts.
- You may wear a surgical camisole for breast support. These have removable pockets for drains. Regular camisoles and tank tops are OK, too.
- Do not wear an underwire bra until your breast incisions are fully healed.

Belly Support

For 3 to 4 weeks after surgery, we advise you to wear either:

- High-waisted bike shorts or
- Compression panties

These will support your belly with light, even pressure. This helps keep fluid from collecting in your belly. You can buy the shorts at sporting goods or other stores, and the panties at clothing stores.

Shower

- You may shower with your drains in.
- Do **not** take a bath, sit in a hot tub, or go swimming until:
 - Your drains are removed.
 - Your incisions are fully healed without any scabs, drainage, or incision openings.

Activity Limits

- For 4 weeks after surgery, do **not** lift anything that weighs more than 5 pounds. (A 2-liter bottle of water weighs almost 5 pounds.)
- For 4 to 6 weeks after surgery, do not do any gardening, vacuuming, aerobic activities, or anything else that pulls on your incision.
- Take short walks for exercise and to keep your blood moving.
- For 4 to 6 weeks, while the incision in your belly is healing, you will not be able to stand up straight. This can put stress on your back. If you have had back problems in the past, you may want to walk with a cane or other support during this time.

Return to Work

How much time you take off work depends on what you do for a living. Most people take 1 to 2 months off to recover.

Follow-up Visits

1st Follow-up Visit

You will visit your surgeon 2 to 3 weeks after surgery. At this visit:

- We may remove your drains if drainage has decreased enough.
- We will ask how your pain is and how you are doing at home.
- We may remove your Doppler wire(s), if ready.

2nd Follow-up Visit

At your 2nd visit, 5 to 6 weeks after surgery:

- We will remove the rest of your drains if drainage has decreased enough.
- We will ask how you are doing at home, what your pain level is, and how much pain medicine you are taking.
- If your Doppler wire was not removed at your 1st follow-up visit, we may remove it at this visit, if ready.

When to Call

Call your nurse or doctor if you have:

- Bleeding or drainage that soaks your dressing
- A fever higher than 100.5°F (38°C)
- Shaking and chills
- Any sign of infection in your incision:
 - Redness or swelling
 - Increasing pain
 - Bad-smelling drainage, or a change in the type or amount of drainage
- Nausea, vomiting, or both
- Concerns or questions that cannot wait until your follow-up visit

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call the Center for Reconstructive Surgery at 206.598.1217.

After hours and on weekends and holidays, call 206.598.6190 and ask for the resident on call for your surgeon to be paged.

Who to Call

Please see phone numbers in the “Questions” box on this page.