

Túi Giãn Mô Để Tái Tạo Vú

Những điều quý vị cần biết

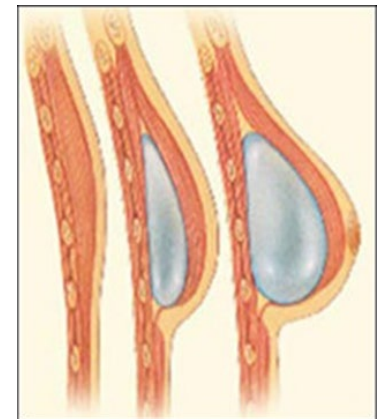
Tài liệu này giải thích cách dùng túi giãn mô để tái tạo vú.

Túi giãn mô là gì?

Khi phẫu thuật, một túi giãn mô sẽ đặt vào khoang vú, có thể ở trên hoặc dưới cơ chính ngực. Túi giãn mô là thiết bị cấy ghép cứng chắc để bác sĩ sẽ từ từ bơm thêm nước muối vào túi theo thời gian. Mục đích của túi giãn mô là kéo giãn mô (như da hoặc cơ bắp) để chuẩn bị cho giai đoạn tái tạo vú tiếp theo.

Giãn mô như thế nào?

Quá trình nong giãn bắt đầu khoảng 3 tuần sau khi túi đặt vào. Quý vị sẽ đến phòng khám mỗi 1 đến 3 tuần để làm giãn mô. Trong những lần khám này, bác sĩ sẽ dùng kim để tiêm nước muối vào trong túi giãn mô qua cổng trên túi. Theo thời gian, khoang da và cơ bắp sẽ nong giãn dần để tạo ra kích thước vú cuối cùng quý vị mong muốn.



Một túi giãn mô sẽ kéo giãn da và/hoặc cơ bắp để tạo khoang chứa cho túi độ ngực vĩnh viễn hoặc tái tạo vú.

Tôi có cảm giác gì sau khi đặt túi giãn mô?

Mỗi người có kinh nghiệm khác nhau về đặt túi giãn mô. Một số người chỉ cảm giác hơi khó chịu, trong khi những người khác có thể bị đau nhiều hơn. Quý vị sẽ được cấp thuốc giảm đau sau khi đặt túi giãn mô. Vui lòng dùng thuốc theo đúng hướng dẫn. Đau thường sẽ giảm dần theo thời gian.

Lần Nong Giãn Đầu Tiên

Quý vị sẽ đến phòng khám để tái khám lần đầu khoảng 3 tuần sau khi đặt túi giãn mô. Nếu vết thương đã lành, quý vị được nong giãn mô đầu tiên. Bác sĩ phẫu thuật, trợ lý bác sĩ (PA) hoặc y tá chuyên khoa (ARNP) sẽ làm nong giãn mô cho quý vị.

Lần giãn mô đầu tiên thường 60 phút. Quý vị có thể cảm thấy đau nhức hoặc căng tức vùng ngực trong vài ngày sau khi nong giãn là bình thường. Sự khó chịu sau khi nong giãn sẽ dần dần cải thiện theo thời gian.

Kiểm soát cơn đau

- Trong thời gian mang túi giãn mô, quý vị có thể cảm thấy căng tức ngực hoặc co thắt cơ ngực là bình thường. Quý vị cũng có thể cảm thấy khó chịu ở lưng và xương sườn.
- Không chườm lạnh hoặc chườm nóng lên vùng da đã phẫu thuật cắt bỏ vú.
- Vui lòng đọc tài liệu “Kiểm soát đau sau phẫu thuật tái tạo” để biết thêm thông tin về cách kiểm soát cơn đau.



Quét mã để có bản sao kỹ thuật tài liệu này.

- Áo sau khi phẫu thuật.
- Quý vị có thể mặc áo lót mềm sau cắt bỏ vú hoặc áo ngực phẫu thuật nếu đã được cấp sau phẫu thuật.
- Nếu không, không nên mặc áo ngực hoặc áo bó sát trong vòng 4 tuần.

Chăm sóc vết mổ

- Tháo lớp băng ngoài cùng sau 48 giờ tư khi phẫu thuật trước khi tắm lần đầu tiên. Thông thường, lớp băng này gồm có băng gạc và băng keo.
- Nếu vết mổ của quý vị có các dải băng trắng (Steri-Strips) dán ở trên, hãy để nguyên cho đến khi chúng tự bong ra. Nếu chúng không tự bong ra, chúng tôi sẽ tháo ra trong lần tái khám đầu tiên của quý vị.
- Kiểm tra vết thương và vùng da xung quanh sau khi tháo lớp băng ngoài cùng. Quý vị có thể chụp ảnh khu vực này. Nếu có lo ngại vết thương trong khi lành, quý vị có thể dùng bức ảnh này hình ảnh "bình thường" ban đầu để so sánh.

Vệ sinh

- Vui lòng tắm vòi sen sau phẫu thuật 48 giờ. Chúng tôi khuyến quý vị tắm hằng ngày để giảm nguy cơ nhiễm trùng.
- Sử dụng xà phòng dịu nhẹ và rửa thật nhẹ nhàng vùng vết mổ.
- Không tắm trong bồn nước, không ngâm mình trong bồn nước nóng hoặc đi bơi cho đến khi vết thương lành hoàn toàn và không còn vảy. Quá trình này có thể mất khoảng 4 đến 6 tuần.

Ống dẫn lưu

- Nếu quý vị có đặt ống dẫn lưu trong lúc phẫu thuật, chúng tôi sẽ hướng dẫn cách chăm sóc chúng. Vui lòng đọc tài liệu "Chăm sóc ống dẫn lưu JP".
- Quý vị sẽ dùng thuốc kháng sinh cho đến khi ống dẫn lưu cuối cùng được tháo ra.

Các hoạt động và trở lại làm việc

- Trong 4 tuần, hãy cử động cánh tay nhẹ nhàng:
 - Không giơ tay cao hơn vai ở bên đã phẫu thuật.
 - Không nâng, đẩy hoặc kéo bất cứ vật gì nặng hơn 8 pound (khoảng trọng lượng của một ga lon nước). Điều này bao gồm cả trẻ em và vật nuôi.
 - Tránh các cử động cánh tay lặp đi lặp lại như làm việc nhà (hút bụi, rửa chén bát và giặt giũ).
 - Tránh tập thể dục nhịp điệu (các hoạt động gây khó thở hoặc làm nhịp tim tăng cao kéo dài).
- Chúng tôi khuyến khích quý vị đi bộ để giúp hồi phục và tăng cường sức khỏe. Vui lòng bắt đầu đi bộ 3 đến 4 lần mỗi ngày, mỗi lần từ 5 đến 10 phút. Hãy tăng dần quãng đường và thời gian đi bộ khi quý vị hồi phục.
- Thời gian trở lại làm việc khác nhau tùy từng người và phụ thuộc loại công việc quý vị làm. Vui lòng nói chuyện với bác sĩ phẫu thuật để biết điều gì là tốt nhất cho quý vị.

Tư thế ngủ

- Quý vị nằm ngửa khi ngủ trong 4 tuần sau phẫu thuật, đầu hơi nâng cao. Sau đó, quý vị có thể nằm nghiêng ngủ.
- Quý vị có thể kê cao gối, dùng gối nệm giữ đầu nâng cao hoặc ngủ trên ghế tựa.
- Không nằm sấp khi ngủ trong 3 tháng sau phẫu thuật.

Khi nào liên lạc đội ngũ chăm sóc của quý vị:

Liên lạc với phòng khám của chúng tôi hoặc bác sĩ nếu quý vị có:

- Chảy máu hoặc dịch tiết thấm ướt băng gạc (tay giữ ấn vào vị trí đó để giảm chảy máu)
- Hở mép vết mổ
- Sốt cao hơn 100.5°F (38°C)
- Run rẩy và/hoặc ớn lạnh
- Bất kỳ dấu hiệu nhiễm trùng nào tại vị trí phẫu thuật
 - Đỏ
 - Sưng tăng lên
 - Dịch tiết có mùi hôi
 - Dịch tiết có mủ hoặc màu đục
- Buồn nôn và/hoặc ói mửa
- Phát ban mới
- Đau nhiều và không còn giảm đau khi dùng thuốc

Nếu quý vị bị đau ngực hoặc khó thở, vui lòng gọi 911.

Nếu quý vị bị đỏ, sưng, đau, chuột rút hoặc cảm giác nóng rát thường ở một chân tay, đây có thể là dấu hiệu của cục máu đông. Vui lòng đến phòng cấp cứu gần nhất ngay lập tức.

Câu hỏi?

Những câu hỏi của quý vị rất quan trọng. Hãy liên lạc với bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi hoặc lo ngại.

Trong giờ làm việc của phòng khám (Thứ Hai đến Thứ Sáu, trừ ngày lễ, từ 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều):

- Nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi hoặc lo ngại, chúng tôi khuyên quý vị nên nhắn tin cho bác sĩ phẫu thuật qua MyChart. Vui lòng gửi kèm hình ảnh nếu cần.
- Hoặc quý vị có thể gọi đến Trung Tâm Phẫu Thuật Tái Tạo số 206.598.1217, bấm số 2.

Nhu cầu khẩn cấp ngoài giờ của phòng khám:

- Nếu quý vị cần chăm sóc khẩn cấp ngoài giờ hành chính, vào cuối tuần hoặc các ngày lễ, vui lòng gọi số 206.598.6190 và yêu cầu nói chuyện với bác sĩ phẫu thuật thẩm mỹ đang trực.

Tissue Expanders for Breast Reconstruction

What you need to know

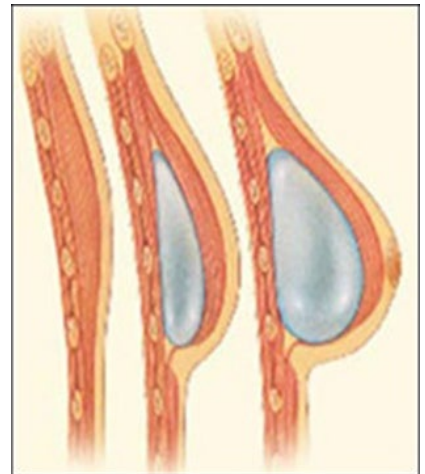
This handout explains how tissue expanders are used in breast reconstruction.

What are tissue expanders?

During surgery, a tissue expander is placed in the breast pocket either above or below your pectoral muscle. Tissue expanders are firm, implanted devices that your provider will gradually fill with saline over time. The purpose of the tissue expander is to stretch tissue (such as skin or muscle) to prepare for the next phase of reconstruction.

How does expansion work?

Expansion starts about 3 weeks after the expander is placed. You will come for clinic visits every 1 to 3 weeks for expansion. At these visits, your provider will use a needle to inject saline through a port in the expander. Over time, the pocket of skin and muscle will stretch to create your final breast size.



A tissue expander stretches the skin and/or muscle to create a pocket for the permanent breast implant or breast reconstruction.

What can I expect to feel after the expander is placed?

Each person's experience with tissue expanders is different. Some people have only mild discomfort, and others may have stronger pain. You will be given pain medicine after your tissue expanders are placed. Be sure to use this medicine as directed. Pain typically improves with time.

Your First Expansion

You will come to the clinic for your first follow-up visit about 3 weeks after the expander was placed. If you have healed, you may receive your first tissue expansion. Tissue expansions can be done either by your surgeon, physician assistant (PA), or nurse practitioner (ARNP).

This first visit usually lasts 60 minutes. It is normal to feel sore or tight in your chest for a few days after the expansion. Post-expansion discomfort will gradually improve.

Pain Control

- While you have the tissue expander, it is normal to feel tightness in your chest or chest muscle spasms. You may also feel discomfort in your back and ribs.
- Please do not place ice or heat on your mastectomy skin.
- Read the handout, "Pain Control After Reconstructive Surgery" to learn more about pain control.



***Scan for a digital
copy of this handout.***

- Post-surgical Garment
- You may wear the post-mastectomy camisole or surgical bra if you were given one after surgery.
- Otherwise, do not wear any bra or compressive (tight) clothing for 4 weeks.

Incision Care

- Remove the outermost bandage 48 hours after surgery, before you shower for the first time. Generally, this bandage is gauze and tape.
- If your incision has strips of white tape (Steri-Strips) over it, leave the bandage in place until it falls off. If it does not fall off on its own, we will remove it during your first follow-up appointment.
- Check how your incision and the skin around your incision look when you remove the bandages. You may want to take a photo of the area. If you have concerns about how it looks as you heal, you can use this photo as your baseline “normal” to compare it with.

Hygiene

- Please take a shower 48 hours after surgery. We recommend daily showers after that to reduce the risk of infection.
- Use mild soap and wash very gently over your incisions.
- Do not take a bath, sit in a hot tub, or go swimming until your incisions are fully healed and no scabs remain. This may take 4 to 6 weeks.

Drains

- If you had drains placed at the time of surgery, we will teach you how to care for them. Please read the handout “Caring for Your JP Drains.”
- You will be on antibiotics until the last drain is removed.

Activities and Return to Work

- For 4 weeks, move your arms gently:
 - Do not raise your arm above shoulder height on your surgical side.
 - Do not lift, push, or pull anything that weighs more than 8 pounds (about the weight of a gallon of water). This includes children and pets.
 - Avoid repetitive arm movements such as chores (vacuuming, doing dishes, and laundry).
 - Avoid aerobic exercise (activities that cause heavy breathing or sustained elevated heart rate).
- We encourage walking because it is helpful for healing and rebuilding strength. Start with 3 to 4 walks a day for 5 to 10 minutes each. Gradually increase your distance and length of time as you heal.
- Returning to work varies from person to person and depends on the type of work you do. Please talk with your surgeon about what may be best for you.

Sleep Position

- Sleep on your back for 4 weeks after surgery, with your head slightly raised. After that, you may sleep on your side.
- It may be helpful to stack pillows, use a wedge pillow, or sleep in a recliner to keep your head raised.
- Do not sleep on your stomach for 3 months after surgery.

When to Contact Your Care Team:

Contact our clinic or your doctor if you have:

- Bleeding or drainage that soaks your dressing (hold pressure on the site to lessen bleeding)
- Opening at the edges of your incision
- A fever higher than 100.5°F (38°C)
- Shaking and/or chills
- Any signs of infection at your surgical site
 - Redness
 - Increased swelling
 - Bad-smelling drainage
 - Pus or cloudy colored drainage
- Nausea and/or vomiting
- New rash
- Pain that is worsening and is no longer eased by your pain medicine

If you are experiencing new chest pain or shortness of breath, please call 911.

If you are experiencing redness, swelling, pain, cramping, or warmth usually in one limb, these may be signs of a blood clot. Please go to your nearest ER right away.

Questions?

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

During Clinic Hours (Monday through Friday except holidays, 8 a.m. to 5 p.m.):

- If you have any questions or concerns, we recommend sending a message your surgeon through MyChart. Please include a photo if needed.
- Or you may call the Center for Reconstructive Surgery at 206.598.1217 option 2.

Urgent Needs Outside of Clinic Hours:

- If you have an urgent care need after hours, on weekends, or holidays, please call 206.598.6190 and ask to speak to the plastic surgeon on call.