

Phẫu thuật vú

Chuyện gì sẽ xảy ra

Bác sĩ đã gợi ý phẫu thuật để điều trị bệnh ung thư vú của bạn. Bạn có thể có các lo ngại và thắc mắc. Bạn sẽ cảm thấy thế nào sau cuộc phẫu thuật? Bạn trông sẽ ra sao? Bao lâu thì bạn sẽ bình phục? Tờ thông tin này giải đáp một số thắc mắc đó. Tờ thông tin này cũng có thể giúp bạn bớt lo và cho biết những gì sẽ xảy ra.

Sau khi phẫu thuật vú

Mỗi bệnh nhân sẽ khác nhau. Vì vậy mỗi người sẽ có cảm giác không giống nhau ở vùng vú sau khi phẫu thuật. Trong quá trình phục hồi, triệu chứng đau hay khó chịu đôi chút sau phẫu thuật là bình thường. Tình trạng này có thể kéo dài từ sáu tới tám tuần. Bạn có thể có cảm giác đau ở nách hoặc ở chỗ vết mổ trong vú ngay sau khi phẫu thuật. Bạn sẽ được kê toa thuốc giảm đau. Hãy hỏi về cách làm giảm đau hay giảm khó chịu.

Bạn có thể có cảm giác tê, ngứa ran như kiến bò, kéo căng, hay bị thắt chặt ở vùng vú và dưới cánh tay bên phía đã phẫu thuật. Khu vực này có thể cảm giác như bị sưng nhưng thực sự là bị tê. Những cảm giác này có thể tồn tại trong một thời gian dài sau phẫu thuật, nhưng thường sẽ giảm bớt theo thời gian. Một số bệnh nhân làm phẫu thuật cắt bỏ vú cũng vẫn còn cảm giác ở vú ngay cả khi nó không còn tồn tại nữa. Cảm giác này được gọi là cảm giác ảo tưởng ở vú. Tất cả những cảm giác ở trên là bình thường.

Những Thay đổi Sẽ Xảy Ra

Bạn có thể bị sưng ở xung quang chỗ phẫu thuật ở vú hoặc ở nách. Đây là do chất lỏng tích tụ. Tùy thuộc từng loại và mức độ phẫu thuật, bệnh nhân có thể được gắn ống thoát dịch dềo và mềm ở chỗ mổ trong vài ngày sau ca phẫu thuật. Nếu bạn được gắn ống này, bạn sẽ được chỉ dẫn cách bảo dưỡng ống ở nhà. Ống này sẽ được tháo ra trong một trong các buổi tái khám tại y viện sau ca phẫu thuật.

Sau khi tháo ống thoát dịch, bạn có thể bị sưng (vì chất lỏng tích tụ). Bạn có thể bị sưng ở dưới nách hay ở chỗ ống được gắn vào. Tình trạng này được gọi là một tụ dịch. Nếu bạn bị sưng, gọi cho nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn biết. Hoặc gọi cho y tá trực của bạn giải phẫu tại Trung Tâm Vú ở số 713-792-2360.

Hoạt động bình thường

Hỏi bác sĩ của bạn để biết bạn có thể dùng cánh tay bên phía mổ sau khi giải phẫu ở mức độ nào. Họ có thể nói cho bạn biết mức độ hoạt động bao nhiêu là đủ hoặc quá nhiều. Điều này sẽ phụ thuộc vào mức độ bình phục của bạn và những gì là bình thường đối với bạn.

Tốt nhất là hạn chế các hoạt động có liên quan đến cánh tay bên phía được phẫu thuật. Không nên nâng những vật nặng trên 10 pounds (kể cả trẻ em, đồ đi chợ, thú nuôi v.v...) cho đến khi vết thương lành hoàn toàn.

Khi đi tháo ống thoát dịch hoặc lúc khám lại vết thương, hãy hỏi bác sĩ về mức hoạt động như thế nào là tốt nhất cho bạn. Hỏi về điều này ở mỗi giai đoạn phục hồi sau phẫu thuật. Đừng quên hỏi khi nào là tốt nhất để lái xe, tập thể dục, nâng và thực hiện các hoạt động khác.

Bác sĩ của bạn có thể nói là bạn có thể vò sen được khi ống thoát dịch còn gắn trên người. Tuy nhiên, **đừng** tắm bồn hay đi bơi. Sau khi tháo ống thoát dịch, bạn có thể bắt đầu hoạt động nhẹ ở cánh tay bên phía đã phẫu thuật vú. Bắt đầu với những cử động nhẹ nhàng để gia tăng sự dẻo dai và giang tay được xa hơn (bạn có thể di chuyển và giang tay bao xa). Hỏi nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn về những bài tập thể dục dành riêng cho dạng phẫu thuật và tình trạng phục hồi của bạn.

Bác sĩ có thể giới thiệu bạn đi vật lý trị liệu để được khám đánh giá, điều trị hay/và cho được chỉ dẫn về các bài tập ở nhà.

Nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn cũng có thể hướng dẫn bạn cách tập bàn tay và cánh tay (ở bên phía phẫu thuật vú). Những hoạt động tưởng như đơn giản, chẳng hạn như lái xe, có thể cần thời gian để làm quen trở lại. Tốt nhất là nên từ từ tăng mức độ hoạt động của bạn. Làm ở mức độ mà bạn cảm thấy thoải mái và bác sĩ cho phép.

Kiểm tra vết mổ của bạn

Những ai đã giải phẫu vú nên khám vết mổ và vùng xung quanh. Đề nghị hướng dẫn cách kiểm tra sau khi làm phẫu thuật cắt bỏ vú. Nếu bạn đã từng cắt bỏ khối u, hãy hỏi cách tự khám vú. Nếu bạn cảm thấy có sự thay đổi trong khi khám, hãy nói cho nhóm chăm sóc sức khỏe biết.

Phục hồi sau khi Phẫu thuật Tạo hình

Tùy thuộc vào cách tạo hình vú, mức độ đau và thời gian phục hồi sẽ khác nhau. Nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn sẽ bàn về vấn đề này chi tiết hơn với bạn. Hỏi bác sĩ giải phẫu thẩm mỹ về việc trở lại hoạt động bình thường sau khi giải phẫu. Nếu bạn có thắc mắc về tái tạo vú của bạn, hãy gọi Trung tâm Phẫu thuật Tạo hình tại 713-563-8500.

Những lưu ý để phòng

Tất cả những gợi ý ở trên được áp dụng cho trường hợp phẫu thuật cắt bỏ hai bên vú (cắt bỏ cả hai vú). Nếu bạn được cắt bỏ các hạch bạch huyết ở cả hai bên nách nên hỏi bác sĩ xem tốt nhất nên dùng tay nào để lấy máu, đo áp huyết hay những thủ thuật y khoa khác.

Các Buổi Khám Theo Dõi Tiếp

Bác sĩ sẽ xếp hẹn tái khám cho bạn để theo dõi quá trình phục hồi của bạn. Thường thì bệnh nhân được tái khám thường xuyên trong vòng 5 năm đầu tiên sau khi phẫu thuật. Sau khoảng 5 năm, bệnh nhân được tái khám 1 năm 1 lần. Tuy nhiên, tùy theo tình trạng của mỗi bệnh nhân mà lịch hẹn tái khám sẽ khác nhau. Điều quan trọng là bạn phải giữ tất cả các buổi hẹn tái khám. Hãy nói cho bác sĩ hay y tá biết nếu bạn gặp khó khăn hay có thắc mắc.

Trợ giúp

Một nhóm trợ giúp cho những phụ nữ mắc bệnh ung thư vú họp hàng tháng ở Trung tâm Y Khoa Toàn Diện (Integrative Medicine Center). Cũng có rất nhiều nhóm trợ giúp khác thường họp ở MD Anderson Cancer Center và ở trong cộng đồng. Hỏi nhân viên xã hội của bạn để biết thêm thông tin về các nhóm trợ giúp này.

Cũng có các dịch vụ sức khỏe tâm thần. Nếu bạn cần các dịch vụ này, hãy hỏi nhân viên xã hội của bạn hoặc y tá để biết thêm thông tin.

Bộ phận giả

Có rất nhiều nơi để mua vú giả. Tình nguyện viên Reach to Recovery của Hiệp hội Ung thư Mỹ có thể cung cấp cho bạn vú giả tạm thời. Họ cũng có thể cung cấp chỉ dẫn về chỗ mua vú giả vĩnh viễn, áo ngực, và quần áo cho phụ nữ đã giải phẫu vú. Trung tâm Reach to Recovery là một nhóm phụ nữ đã từng giải phẫu vú. Họ có thể giúp đỡ, động viên, và chỉ dẫn cho những bệnh nhân đang bình phục sau phẫu thuật ngực gần đây. Nếu bạn muốn nói chuyện với nhóm tình nguyện viên Reach to Recovery, bạn có thể gọi Hiệp hội Ung thư Mỹ tại số miễn phí 1-800-227-2345.

Phòng ngừa

MD Anderson's Cancer Prevention Center có thể gặp người nhà của bạn để cho biết nguy cơ bị ung thư vú của riêng từng người. Thêm vào đó, nhân viên cũng cung cấp thông tin và cố vấn về cách ngăn ngừa và phát hiện sớm bệnh ung thư vú. Hãy hỏi y tá hay bác sĩ của bạn để biết thêm chi tiết. Hay gọi trung tâm Cancer Prevention Center tại số 713-745-8040 hay số miễn phí 800-438-6434.

Thông tin thêm

Nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn có thể cung cấp cho bạn các văn bản tài liệu về ung thư vú, cách chữa trị, và làm thế nào để đối phó với căn bệnh này. Nhân viên của Learning Center có thể giúp bạn tìm hiểu thêm thông tin. Các địa điểm của Learning Center:

- Law Learning Center
Tòa nhà chính, lầu 4, gần thang máy A, phòng R4.1100 – 713-745-8063
- Levitt Learning Center
Mays Clinic, lầu 2, gần The Tree Sculpture, phòng ACB2.1120 – 713-563-8010

Bạn cũng có thể gọi cho Cancer Information Service tại số 800-422-6237 để được giải đáp các thắc mắc liên quan đến bệnh ung thư.

Những số điện thoại quan trọng

Trung tâm vú
713-792-2360

Trung tâm cấp cứu
713-792-3722

Vật lý trị liệu
713-792-3192

American Cancer Society Reach to Recovery
1-800-227-2345