

Уважаемый пациент!

Вам предстоит операция по удалению доброкачественной опухоли молочной железы (**фиброаденомы**). Рекомендуем ознакомиться с данной памяткой для более эффективного взаимодействия с лечащим врачом.

С ЧЕГО НАЧАТЬ? КАК ПРОИСХОДИТ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ?

При решении вопроса о Вашем лечении создается группа в приложении **Telegram** (или **WhatsApp**), которая будет площадкой для передачи информации между Вами, врачами и координаторами.

Участниками группы являются сам пациент, заведующий отделением маммологии СПб Клиническая больница РАН, к.м.н., хирург-онколог, онколог-маммолог, реконструктивно-пластический хирург **Дмитрий Андреевич Красножон**, координатор, хирург-онколог **Шохрух Халимжонович Донияров**, хирург-онколог **Олег Андреевич Никитин**, а также администраторы: **Дарья Анатольевна Пушкина**, **Инна Викторовна Меньшикова**.



Красножон Дмитрий Андреевич



Донияров Шохрух Халимжонович



Никитин Олег Андреевич

К группе могут быть присоединены другие врачи, которые будут участвовать в Вашем лечении. Обязательно сохраните все контакты, которые будут высланы Вам в группе. В группе можно пересылать документы, фотографии, задавать вопросы.

Режим общения ДО операции – по необходимости.

Режим общения ПОСЛЕ операции – каждую неделю пациент должен высылать фотографии области оперативного вмешательства.

ЧТО НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ ПОСЛЕ СОЗДАНИЯ ГРУППЫ?

В группу Вам необходимо отправить следующие документы:



ЛИЧНЫЕ ДОКУМЕНТЫ - в формате PDF, в одном файле - всего 5 листов:

1. Разворот паспорта с фотографией и датой/местом выдачи паспорта
2. Разворот с регистрацией
3. Страховой полис с лицевой стороны
4. Страховой полис с оборотной стороны
5. СНИЛС с лицевой стороны.



Паспорт, полис, СНИЛС необходимо предоставить в хорошем качестве. Пожалуйста, проследите, чтобы на документах были хорошо видны:

- ✓ ПАСПОРТ - ФИО, серия и номер паспорта на развороте с фотографией и серия и номер паспорта на развороте с регистрацией
- ✓ ПОЛИС - номер полиса, ФИО и название страховой компании на обороте
- ✓ СНИЛС - номер СНИЛС и ФИО.



МЕДИЦИНСКИЕ ДОКУМЕНТЫ по истории болезни - в формате PDF, в одном файле.

1. Маммография (заключение), если выполнялась;
2. УЗИ молочных желез и подмышечной области (заключение, а если возможно фотографии снимков);
3. КТ органов грудной клетки (либо рентгенография легких) – заключение. При необходимости могут быть затребованы данные на CD;
4. КТ органов брюшной полости (либо УЗИ органов брюшной полости) – заключение. При необходимости могут быть затребованы данные на CD;
5. МРТ молочных желез, брюшной полости и малого таза (если дополнительно назначалось врачом и выполнялось). Если выполнено КТ, то МРТ делать не нужно;
6. Заключение гистологического и иммуногистохимического исследования (если выполнялась биопсия);
7. Выписка из истории болезни с информацией о проведенном лечении (если таковое проводилось).



Просим Вас медицинские документы высылать в хронологическом порядке (с момента обнаружения и до настоящего времени), расположенными вертикально (не перевернутыми, не боком).

Допустимо высылать документы отдельными файлами, но в этом случае каждый документ должен быть подписан: УЗИ МЖ от ..., МРТ от ... и т.д.



АНКЕТА

Анкету нужно заполнить подробно и прислать в группу текстом сообщения с номерами вопросов или отдельным документом/файлом.



АНАЛИЗЫ - в формате PDF, в одном файле.

Результаты предоперационного обследования необходимо выслать в группу не позднее, чем за один день до назначенной даты госпитализации.

Высылать результаты анализов допускается отдельными документами/файлами, но в этом случае каждый документ (анализ) должен быть подписан (например, клинический анализ крови от ..., рентген легких от ... и т.д.).



Переделать фотографии в формат PDF можно на сайте

<https://www.ilovepdf.com/ru>

Можно также воспользоваться приложением для мобильного телефона, которое сканирует документы и сохраняет их в формате pdf:

для Iphone - Scanner App: Genius Scan

для Android - Genius Scan-PDF Scanner

или любым приложением для сканирования документов.



ВНИМАНИЕ!

НА ДОКУМЕНТАХ НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ ПОСТОРОННЕГО ФОНА И ПАЛЬЦЕВ!

РАЗДЕЛ 1

ПОДГОТОВКА К ГОСПИТАЛИЗАЦИИ

Если госпитализация проводится в рамках **ОМС** (по страховому полису ОМС), то **ОБЯЗАТЕЛЬНО** наличие **НАПРАВЛЕНИЯ** на госпитализацию в СПб Клиническую больницу РАН по форме 057/у-04.



Если **НАПРАВЛЕНИЕ** на госпитализацию 057/у-04 получить затруднительно, то мы можем самостоятельно предоставить вам данное направление, оформив платный прием врача в день вашей госпитализации в СПб КБ РАН (стоимость приема 3 000 рублей).

1 ДАТА ОПЕРАЦИИ

После создания группы с Вами будет согласована дата операции и сроки госпитализации. Сроки госпитализации и дату операции назначает координатор маммологического отделения – хирург-онколог **Донияров Шохрух Халимжонович**.



Если Вы из другого региона (не из Санкт-Петербурга и не из Лен. области), необходимо быть в Санкт-Петербурге за 2-3 дня до назначенной даты госпитализации – для дообследования – и 7-14 дней после выписки – для осмотров и перевязок.

В связи с этим пациенту необходимо самостоятельно решить вопрос с пребыванием в Санкт-Петербурге в период ДО госпитализации и ПОСЛЕ выписки из стационара.

ГДЕ БУДЕТ ВЫПОЛНЯТЬСЯ ОПЕРАЦИЯ?



Операции выполняются в Федеральном государственном учреждении здравоохранения «Санкт-Петербургская клиническая больница Российской Академии наук», в отделении онкологии.

Адрес: 194017, Санкт-Петербург, проспект Мориса Тореза, дом 72.

Сайт: www.spbkbran.ru

КАК ДОБРАТЬСЯ ДО БОЛЬНИЦЫ?



От ст. м. "Площадь Мужества". Пешком – выйти из станции метро, перейти ул. Политехническую, перейти улицу пр. Тореза, повернуть направо и следовать около 25-30 минут до дома 72 (больница занимает квартал между ул. Манчестерской и Дрезденской).

От ст. м. "Удельная". Пешком – выйти из метро, направиться до проспекта Энгельса, перейти его, далее следовать до улицы Дрезденская, полностью ее пройти. Справа будет здание больницы на пересечении с проспектом Тореза.



От ст. м. «Площадь Мужества» - Автобус №80, троллейбус №13.

От ст. м. "Озерки" - Автобус №123, 222.

При входе в больницу Вы сразу оказываетесь на втором этаже.

В холле находится гардероб, за гардеробом – лестница, по лестнице нужно спуститься в цокольный этаж здания, где находится маммологическое отделение и найти **кабинет 108**.

2 ПРЕДОПЕРАЦИОННОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ



КАКИЕ АНАЛИЗЫ НЕОБХОДИМО ПРЕДОСТАВИТЬ ДЛЯ ГОСПИТАЛИЗАЦИИ И СРОКИ ИХ ГОДНОСТИ?

1. **Клинический анализ крови** с лейкоцитарной формулой и СОЭ - 14 дней
 2. **Биохимический анализ крови:** общий белок, мочеви́на, креатинин, общий билирубин, прямой билирубин, АЛТ, АСТ, глюкоза, натрий, калий, хлор, кальций - 14 дней
 3. **Коагулограмма** (протромбин, АЧТВ, МНО и фибриноген) - 14 дней
 4. **Общий анализ мочи** - 14 дней
 5. ВИЧ (Ф-50), сифилис (RW), гепатит В (HBsAg), гепатит С (HCV) - 3 месяца
 6. **Группа крови и резус фактор** - 6 месяцев
 7. **ЭКГ** с расшифровкой - 14 дней
Для пациентов старше 50 лет дополнительно к ЭКГ обязательно выполнение Эхокардиографии (ЭХО КГ) - срок годности 3 месяца
 8. **Заключение терапевта** (с указанием основного и сопутствующего заболевания, а также их осложнений) об отсутствии противопоказаний к плановому оперативному лечению - 14 дней
 9. **ФЛГ** (или рентгенография грудной клетки или компьютерная томография органов грудной клетки) - 1 год
 10. **УЗИ** органов брюшной полости - 1 месяц (или КТ органов брюшной полости - срок годности 1 год).
- Если у Вас есть сердечно-сосудистые заболевания (инфаркт миокарда, острое нарушение мозгового кровообращения, тромбоэмболия и др.) требуется предоставить эхокардиографию. Срок годности 21 день.
 - Если у Вас есть заболевания дыхательной системы (бронхиальная астма, хроническая обструктивная болезнь легких, эмфизема и др.) необходимо предоставить результаты обследования функции внешнего дыхания (спирометрия, спирография). Срок годности 14 дней.
 - Если Вы когда-либо болели или болеете туберкулёзом, хроническими вирусными гепатитами В или С, то необходимо предоставить справку или

выписку об их лечении (достаточно копии).

- Если Вы болеете сахарным диабетом, то необходимо обязательно рассказать об этом врачу, уточнить также какие препараты Вы принимаете по поводу сахарного диабета.
- Если Вы пользуетесь глюкометром, рекомендуется взять его и «полоски» с собой при госпитализации.
- Если у Вас есть варикозная болезнь вен нижних конечностей или был когда-либо тромбоз вен необходимо предоставить результаты дуплексного УЗИ-сканирования вен нижних конечностей.
- Если Вы принимаете такие препараты как аспирин, тромбоасс, варфарин, ксарелто, обязательно предупредите Вашего лечащего врача и координатора для решения вопроса о замене или необходимости отмены препарата (за 1-2 недели до оперативного вмешательства).
- Если у Вас есть заболевания желудочно-кишечного тракта: при наличии язвенной болезни необходимо предоставить результаты ФГДС, при болезни Крона, язвенном колите – данные фиброколоноскопии.
- Также надо сообщить о наличии у Вас каких-либо аллергических реакций и непереносимости лекарственных средств (если таковые известны).



Внимание! Неполное обследование может стать причиной переноса или отмены операции. Риски общей анестезии не зависят от объема оперативного вмешательства и требуют полного обследования.

На момент операции любые хронические заболевания (сахарный диабет, ишемическая болезнь сердца, гепатит, хроническая обструктивная болезнь легких и т.д.) должны быть в стадии компенсации/ремиссии или контролироваться адекватно подобранной терапией. Вероятнее всего, потребуется консультация профильного специалиста (соответственно эндокринолога, кардиолога, гастроэнтеролога, пульмонолога и т.д.), который может назначить дополнительное обследование. Поэтому посещение узких специалистов необходимо планировать заранее.



МОЖНО ЛИ ПРОВЕСТИ ПРЕДОПЕРАЦИОННОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ В КЛИНИКЕ СПб КБ РАН ЗА 1 ДЕНЬ?

Да, можно. Крайне желательно подойти на обследование НЕ ПОЗДНЕЕ четверга (лучше раньше), если операция назначена на субботу.

Для этого необходимо сообщить о своем желании в группе или позвонить администратору Дарье Анатольевне по телефону +7 (981) 710-40-41, чтобы согласовать дату и время предоперационного обследования.

Анализы в больнице РАН можно сдать в любой будний день с 9:00 до 10:00 утра.

Готовность результатов: вечером того же дня (дня забора анализов).

Осмотр терапевта больницы РАН будет назначен на день госпитализации (с уже готовыми анализами).

Стоимость обследования составляет около 10 тысяч рублей.

Пройти предоперационное обследование – сдать АНАЛИЗЫ и получить заключение терапевта – Вы можете как в СПб КБ РАН, так и в поликлинике по месту жительства, или в любой платной лаборатории по Вашему выбору.



До операции необходимо удалить покрытие на ногтях: гель-лак, накладные ногти - как минимум с одного пальца на каждой руке для того, чтобы во время операции измерять уровень насыщения крови кислородом с помощью датчика, который надевают на ногтевую пластину.

РАЗДЕЛ 2

ГОСПИТАЛИЗАЦИЯ



Если операция назначена на СУББОТУ, то госпитализация назначается на ПЯТНИЦУ с 11:00 до 15:00.

Точное время госпитализации (в период с 11:00 до 15:00) будет согласовано в группе.

В назначенное время необходимо подойти в **кабинет №108** к доктору Дониярову Шохруху Халимжоновичу или Никитину Олегу Андреевичу. С собой необходимо иметь сменную обувь, распечатанные результаты анализов из нашего списка, паспорт, полис, СНИЛС.

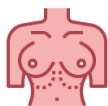
Пожалуйста, сделайте ксерокопии результатов обследований, которые могут понадобиться Вам в дальнейшем, а именно КТ, МРТ, рентген легких, группа крови, ЭХОКГ. В приемном отделении все обследования по списку у Вас заберут для оформления истории болезни. Вы можете предоставить в приемном отделении КОПИИ всех медицинских документов, а оригиналы оставить у себя.

В кабинете 108 врачи проверят Ваши документы, оформят историю болезни и направят в хирургическое отделение (хирургическое отделение находится на 3 этаже), где постовая медицинская сестра дополнительно даст все инструкции.

Если Вы работаете, сообщите название учреждения и должность, чтобы выписать больничный лист. Если больничный лист не требуется, то сообщите, что не требуется и не говорите о месте работы.

Ожидайте в палате врача, который проведет осмотр и выполнит разметку.

Перед операцией проводится обязательное фотографирование с целью последующей оценки результатов.



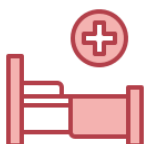
В 16:00 - осмотр и консультация АНЕСТЕЗИОЛОГА.

В 18:00 - ОСМОТР и РАЗМЕТКА лечащим врачом.

Учитывайте, пожалуйста, что время может меняться - все врачи заняты на тяжелых хирургических вмешательствах, поэтому ожидание может продлиться некоторое время. Анестезиолог ведет 10-12 наркозов в день, наблюдает пациентов в реанимации и поэтому, если пациент не готов к осмотру (вышел из клиники), он обычно его не ищет и операцию отменяет.

В отдельных случаях госпитализация может быть назначена в день операции.

В этом случае Вы не должны с утра принимать пищу и воду.



В стационаре СПб КБ РАН есть возможность пребывания в платной ОДНОМЕСТНОЙ ПАЛАТЕ. Сообщите, пожалуйста, в группе о своем желании зарезервировать одноместную палату (не позднее, чем за две недели до даты госпитализации). Пребывание в одноместной палате оплачивается отдельно.



СКОЛЬКО ДЛИТСЯ ГОСПИТАЛИЗАЦИЯ?

Госпитализация длится 1-3 дня.

ВЫДАЁТСЯ ЛИ БОЛЬНИЧНЫЙ ЛИСТ?

Да, если он требуется. Больничный лист выдается на дни госпитализации и продлевается на 3-4 дня, далее его следует продлевать у хирурга по месту жительства.

Если у Вас открытый больничный лист, то необходимо заранее сообщить об этом лечащему врачу для своевременного продления больничного листа через врачебную комиссию. В клинике выдаются электронные больничные листы.



ЧТО НЕОБХОДИМО ВЗЯТЬ С СОБОЙ:

- ✓ халат, тапочки
- ✓ полотенце среднего размера
- ✓ предметы личной гигиены
- ✓ минеральную воду без газа
- ✓ мобильный телефон и зарядное устройство
- ✓ компрессионные чулки 2 класс компрессии
- ✓ если Вы постоянно принимаете какие-либо препараты, необходимо взять их с собой (возможность приема обсуждается с лечащим врачом)
- ✓ постарайтесь не брать с собой ценных вещей.



При подготовке к госпитализации Вам необходимо самостоятельно приобрести компрессионные чулки 2 класса компрессии (для профилактики тромбозов).

РАЗДЕЛ 3

ОПЕРАЦИЯ



Фиброаденома – это доброкачественная опухоль молочной железы, которая не перерождается в рак молочной железы.

Фиброаденома может обладать быстрым ростом, при обследовании (особенно у женщин после 35 лет) она может симулировать (быть похожей) на рак молочной железы. Также фиброаденома может вызывать косметический дефект. Все это является показанием к ее удалению. Тактика в отношении новообразований молочной железы, возникших после 35 лет, в онкологии, как правило, активная – помимо УЗИ и маммографии выполняется также биопсия или предлагается удаление данного образования. Так как на изменение размеров уже имеющегося образования напрямую влияет гормон эстроген, необходимость удаления фиброаденомы возникает у женщин перед назначением оральных контрацептивов, дюфастона или его аналогов, процедур ЭКО, беременностью.

В каких случаях необходимо удаление фиброаденомы?

- Образование не реагирует на лекарственную терапию и продолжает прогрессировать.
- При быстром росте;
- На момент диагностики опухоль уже имеет размер от 1 см при соответствующей цитологической/гистологической картине.
- Патология привела к заметной деформации грудной железы.
- Если диагностирована фиброаденома листовидного типа;
- Множественные разрастания новообразования.
- При планировании беременности и лактации — из-за гормональных изменений фиброаденома может начать расти;

Как проходит операция?

Фиброаденома удаляется с частью окружающих тканей через кожный разрез соответствующий размеру опухоли. Применяются методы эстетической хирургии, с наложением косметических швов. Деформация молочной железы минимальна.

Возможно проведение операции под местной или внутривенной анестезией.



Независимо от выбора вида анестезии, предоперационное обследование необходимо пройти в полном объеме, поскольку пациентка госпитализируется в стационар хирургического отделения больницы РАН и операция выполняется в условиях операционной.



**Если операция планируется под общей анестезией
в день операции принимать пищу и воду категорически ЗАПРЕЩЕНО!
В противном случае операция отменяется.**

Обязательно следует принять все назначенные врачами препараты. Они являются успокаивающими и помогают пациенту снизить уровень страха, снять напряжение с сердечно-сосудистой системы. Это в свою очередь помогает хирургу быстрее и точнее сделать оперативное вмешательство.

Оперативное лечение выполняется обычно под местным обезболиванием. После обработки операционного поля выполняется инъекция местного анестетика (новокаин, лидокаин в сочетании (или без) с раствором адреналина). Первый укол обычно болезненный, последующие - малоболезненные или безболезненные. Во время операции под местным обезболиванием пациент находится в сознании и чувствует прикосновение рук хирурга, но при этом не испытывает боли. Разрез и объем вмешательства обсуждается с пациентом на очной консультации и непосредственно перед операцией. Во время операции удаляется фиброаденома молочной железы, накладываются швы на рану и кожу (косметический шов).

РАЗДЕЛ 4

ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ



ВНИМАНИЕ! Осмотры и перевязки после выписки из стационара проводятся в платном режиме и по предварительной записи - запись в вашей группе или по телефону через администратора.



Перевязки в клинике СПб КБ РАН – от 700 до 2000 руб.

Ежедневно, кроме среды и субботы.

Телефон для записи: +7 (981) 710-40-41 Дарья Анатольевна

Телефон контакт-центра СПб КБ РАН: 8 (812) 222-22-72

Адрес: г. Санкт-Петербург, пр. Тореза, 72

Сайт: <http://spbkbbran.ru>



Записаться в СПб КБ РАН Вы можете через личный кабинет на сайте клиники, а также с помощью бота в Telegram канале @SpbHospitalRan_Bot



Перевязки в клинике ЛАХТА – до 2000 руб.

Вторник, четверг, пятница, воскресенье.

Телефон для записи: +7 (911) 147-78-05 Инна Викторовна

Телефон контакт-центра ЛАХТА: 8 (812) 561-09-28

Адрес: г. Санкт-Петербург, ул. Савушкина, 73/50

Сайт: <http://lahtaclinic.ru>

На следующий день после операции проводится осмотр, смена повязок.



Проводится ли после операции гистологическое исследование?

Гистологическое исследование операционного материала выполняется в СПб больнице РАН (в рамках ОМС – бесплатно). Срок выполнения 10-14 дней. Обычно мы высылаем результат по готовности в Вашу группу.

Врач по согласованию с пациентом может направить операционный материал на гистологическое исследование в **ООО «Национальный центр клинической морфологической диагностики»**. Исследование проводится на платной основе. Сроки выполнения – от 2 до 5 дней.



Национальный Центр
Клинической
Морфологической
Диагностики

Адрес: г. Санкт-Петербург, проспект Славы, д. 32

Телефон: (812)679-42-50

Сайт: <http://www.ncmd.ru/>

Если Вам необходимо выполнить пересмотр операционного материала, Вы можете самостоятельно забрать блоки в лаборатории НЦКМД по адресу: проспект Славы, д. 32 в часы работы лаборатории и по предъявлении паспорта.



Больно ли после операции?

При операции для профилактики возникновения болевого синдрома могут быть введены обезболивающие препараты (кетонал, парацетамол и др.). В любой момент можно обратиться к постовой медицинской сестре при необходимости дополнительного обезболивания. В палате есть кнопка для вызова медицинского персонала.



Надо ли носить компрессионное белье?

Компрессионное белье после операции по удалению фиброаденомы носить необязательно. Желательно с собой иметь бюстгальтер и носить его в течение первых суток после операции.

Надо ли снимать швы?

При операции накладываются косметические швы, которые не надо снимать. Нити находятся внутри кожи и рассасываются самостоятельно. В случае если накладываются дополнительные швы, они снимаются на 7-10 сутки.



Какие средства можно использовать для улучшения заживления шва?

После операции может быть использован силиконовый медицинский гель Дермабонд (приобретается пациентом за свой счет). Гель после операции на шов

наносит хирург. Использование геля позволяет избежать дополнительных перевязок, позволяет пациенту мыться даже через 1 день после операции.



Дермабонд – медицинский клей, который используется сразу после операции или через 24 часа после операции. Данное средство существенно улучшает качество рубца.



Если Вы хотите приобрести гель у нас, сообщите, пожалуйста, о своем желании врачам или администраторам.



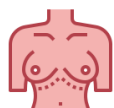
Что делать НЕЛЬЗЯ?

- Категорически нельзя принимать без назначения врача антикоагулянты (аспирин, тромбо-асс, варфарин, ксарелто и др.), так как эти препараты могут вызывать кровотечение.
- Нельзя сдирать корочки в области послеоперационного рубца.
- Нельзя поднимать тяжести и заниматься спортом в течение 8 недель, затем режим должен быть ограничен и обсужден с лечащим врачом.
- Избегать значительных перепадов температурного режима. Не рекомендуется посещать сауну, баню, принимать горячие ванны.



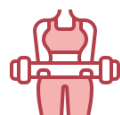
Можно ли мыться после операции?

Обычно накладываются косметические швы, которые достаточно герметичны. Заживление кожи происходит быстрее, чем при обычных швах. Мыться после операции под душем можно на 2 день после операции. Распариваться или мыться под горячей водой не рекомендуется, так как шов может стать мягким и менее герметичным. Мочалкой место вмешательства мыть нельзя! Вытирать полотенцем шов надо также аккуратно – промакивать его.



Остается ли после удаления фиброаденомы деформация молочной железы?

При таком виде вмешательства деформация минимальна: грудь сохраняет прежний размер, уменьшение объема незначительно и практически незаметно – после удаления новообразования грудь возвращается к исходному размеру, который был у пациента до операции. Швы носят косметический характер, со временем они бледнеют и становятся практически незаметными.



Можно ли после операции заниматься спортом, фитнесом, ходить в спортивный зал?

Да. После операции через 3-4 недели можно вернуться к занятиям физической культурой во всех ее проявлениях. Ни шейпинг, ни фитнес, ни другие виды физической культуры не влияют на ткань молочной железы.



Можно ли загорать, ходить в солярий после удаления фиброаденомы?

Да, можно. Ультрафиолет не влияет на ткань молочной железы и не приводит ни к возникновению фиброаденомы, ни к возникновению мастопатии, ни к возникновению

рака молочной железы. Следует помнить о том, что ультрафиолет (особенно солнце) при избыточном воздействии на кожу или повышенной чувствительности к нему значительно повышает риск развития таких злокачественных опухолей как меланома и рак кожи. Постарайтесь загорать до умеренного оттенка, не загорайте топлес.



Когда после операции можно задуматься о беременности?

Планировать беременность можно через 2-3 недели после операции. Операция по удалению фиброаденомы не влияет на способность к зачатию.

Влияет ли операция на последующее кормление грудью?

Как правило, нет. Обычно выполняется аккуратное рассечение тканей, в большинстве случаев удастся их раздвинуть и удалить опухоль. Это предупреждает пересечение крупных протоков молочной железы. Если при операции были пересечены протоки в центральной зоне (под ареолой), то молоко не будет поступать по ним наружу, соответственно, кормление будет невозможно. Обычно вопрос о риске пересечения протоков обсуждается до операции.



Может ли фиброаденома возникнуть повторно?

Да, это возможно. Ничего страшного в этом нет. Обычно фиброаденомы возникают повторно в 15-25 % случаев.



Методы профилактики рецидивов

Как лечить фиброаденому молочных желез должен определять только врач. Однако если в анамнезе уже есть подобное новообразование, то риски рецидивов значительно повышаются. Чтобы избежать повторного развития опухолей в груди, рекомендуется придерживаться следующих рекомендаций:

1. Отказаться от кофе, других напитков с кофеином. Такие напитки, как кофе, вино, безалкогольные энергетики, содержат в составе метилксантины. Эти потенциально вредные вещества стимулируют выработку гормонов стресса, которые тесно связаны с образованием опухолей в яичниках, молочных железах. У 80% женщин, употребляющих большое количество продуктов с кофеином, развиваются рецидивы.
2. Употреблять красную рыбу, другие продукты с высоким содержанием омега-3 жирных кислот. Омега-3, 6 положительно влияют на гормональный фон. Также есть данные, что жирные кислоты препятствуют развитию комков в молочных железах.
3. Сократить потребление мяса из непроверенных источников. Недобросовестные

производители используют гормональные препараты для того, чтобы ускорить рост животных.

4. Прием препаратов йода. Некоторые медицинские исследования указывают на то, что опухоли молочной железы (фиброаденомы) могут появляться на фоне дефицита йода. Йод является естественной добавкой, которая способствует выведению из организма избыточного эстрогена. Самым распространенным источником микроэлемента является поваренная соль, морская капуста. А вот йодсодержащие БАДы рекомендуется пить только после согласования с лечащим врачом.
5. Народных средств следует избегать. Во-первых, у них нет доказанной эффективности, а во-вторых, сложно предсказать как именно повлияет то или иное средство на гормональный фон.



Когда проводится контрольный осмотр?

Первый осмотр проводится на следующий день после операции.

Через 7-10 дней после операции – осмотр, снятие швов + УЗИ,

Через 14-21 день после операции – осмотр + УЗИ.

Время осмотров необходимо согласовывать с лечащим врачом.



Следует помнить, что отеки, синяки, болезненность не являются осложнениями. Это естественный ответ организма на травму. Но если эти симптомы длятся слишком долго, или чрезмерно выражены, лучше проконсультироваться с хирургом.

Во время периода восстановления необходимо внепланово обратиться к хирургу при появлении следующих признаков:

- усиление болевого и отежного синдрома через неделю после операции;
- патологические выделения из швов, а также их расхождение;
- припухлость, гиперемия или нагноение рубцов;
- гипертермия, сохраняющаяся более 7 суток после операции;
- уплотнения в зоне оперативного вмешательства, кровотечение.

Важно следить за своим состоянием в течение первой недели после вмешательства:

- Измерять температуру 2 раза в день (может быть повышена до субфебрильных значений в первые 2 дня после операции – это физиологическая реакция)
- Соблюдать режим инфекционной безопасности
- Следить за состоянием кожных покровов вокруг раны, интенсивностью болевых ощущений.



Нужно помнить о необходимости проведения регулярного обследования по рекомендациям врача (см. выписку).

План наблюдения после удаления фиброаденомы.

После операции через 3 месяца желательно выполнить контрольное обследование УЗИ. Далее, можно проводить стандартное наблюдение. Во-первых, необходимо проводить самообследование молочных желез. Во-вторых, 1 раз в год необходимо выполнять УЗИ

молочных желез. После 35 лет рекомендуется выполнить маммографию, после 42 лет рекомендуется ежегодное выполнение маммографии.



Где остановиться в Санкт-Петербурге?

Вы можете остановиться в любой понравившейся Вам гостинице или хостеле. Территориально клиника находится рядом со станциями метро «Удельная», «Площадь Мужества», «Пионерская».

- «В Питере жить» СПб, пр. Непокорённых, д. 6/1
тел. 8 (909) 577-72-12
- «Академия» СПб, пр. Науки, д. 15 корпус 1
тел. 8 (812) 748-51-08
- Апартаменты «Авеню» СПб, 2-й Муринский проспект, д. 36
тел. +7(812)677-90-07
- Апартаменты «В Питер на сутки Рашетова 7» - бронирование через специализированные сайты
- Апартаменты «В Питер на сутки Костромской проспект 3» - бронирование через специализированные сайты.



НАШИ СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОДПИШИТЕСЬ! И будьте в курсе последних новостей!



Задать вопрос и всегда получить на него
ответ Дмитрия Андреевича Красножона
Вы можете на сайте доктора:

<http://www.krasnozhon.ru>

по ссылке:

<https://www.krasnozhon.ru/consult/submit.html>



Обязательно подпишитесь на нас в
Инстаграмм!

Красножон Д.А.

<https://www.instagram.com/dmitriikrasnozhon/>



Донияров Ш.Х.

<https://instagram.com/dr.doniyarov>



Подпишитесь ВКонтакте!

Красножон Д.А. <https://vk.com/dkrasnozhon>



ВКонтакте!

Донияров Ш.Х. https://vk.com/shoxrux_03





ВКонтакте!
СПб больница РАН



Подпишитесь на Телеграм-канал
Дмитрия Андреевича «РМЖ»
<https://t.me/breastcancernews>



Онкочат - место, где Дмитрий Андреевич
отвечает на вопросы
с помощью видеосообщений
<https://t.me/oncochat>



Подпишитесь на Телеграм-канал
Олега Андреевича Никитина – хирурга-
онколога СПб КБ РАН
«Сисьмологи»



Подпишитесь на Телеграм-канал
Валерии Александровны Липиной –
онколога-маммолога СПб КБ РАН
«Маммолог в СПб»



Подпишитесь на Телеграм-канал
СПб больница РАН



КОНТАКТЫ



Дмитрий Андреевич Красножон

Кандидат медицинских наук
Заведующий отделением маммологии
СПб КБ РАН
Хирург-онколог,
реконструктивно-пластический хирург

+7 (921) 945-33-18
e-mail: krasnojon@mail.ru



Шохрух Халимжонович Донияров

Хирург-онколог СПб КБ РАН
реконструктивно-пластический хирург

+7 (960) 280-03-03
e-mail: dr.doniyarov@gmail.com



Олег Андреевич Никитин

Хирург-онколог СПб КБ РАН
реконструктивно-пластический хирург

+7 (921) 314-13-69

Дарья Анатольевна Пушкина

Администратор
телефон: +7 (981) 710-40-41