



Corporació de Salut
del Maresme i la Selva

No estàs sola. Deixa'ns acompanyar-te

Guia per a pacients de patologia mamària



Corporació de Salut
del Maresme i la Selva

Gestora de Casos Oncològics:



Telèfon de contacte: 605 096 814

Horari de trucades: de 10 a 14 h

Material elaborat per la **Unitat de Patologia Mamària** de la
Corporació de Salut del Maresme i la Selva.



RECOMANACIONES

En marxar d'alta, se t'entregarà un Informe d'Alta on figurarà el diagnòstic, la medicació que has de prendre a casa en cas de dolor, les recomanacions a l'alta i la citació de visites successives.

Cures: sortiràs de quiròfan amb un apòsit. Se't farà la cura el dia següent, després et posaràs uns sostenidors de cotó sense cèrcols. Segons el tipus d'intervenció pot ser necessari col·locar drenatges.

Pots marxar a casa amb el drenatge. T'ensenyarem com realitzar les cures a casa.

Cures de la ferida a casa: la cicatriu ha d'estar sempre seca, cal rentar-la amb la dutxa diària, i eixugar-la amb la tovallola fent petits tocs o amb l'assegador amb aire fred. Pots dutxar-se a les 24 hores de la intervenció. No t'has d'exposar al sol ni a raigs ultraviolats.

Roba: sostenidors de cotó sense cèrcols i de mida correcta, que recullin bé el pit.

En cas de necessitar pròtesi mamària de silicona aquesta és gratuïta. Es realitzarà la petició des de l'hospital a consultes externes perquè la subministrin a l'ortopèdia. A la planta d'hospitalització et donaran una pròtesi de cotó temporal per sortir de l'hospital amb volum i poder aparentar normalitat.

Medicació: pel control del dolor de la ferida se't pautaran calmants i t'indicaran cada quant s'han de prendre.

◦ **ONCOLLIGA BLANES:**

oncolligablanes@gmail.com

Plaça Argentina, 2

17300 Blanes.

Tel. **635 843 455**

◦ **FUNDACIÓ ONCOLLIGA GIRONA:**

Seu a Girona **fundacio@oncolligagirona.cat**

C/Illa de Fuerteventura,10. 17007 Girona.

Tel. **972 22 49 63**

◦ **FUNDACIÓ ONCOLLIGA BARCELONA:**

Seu a Calella **calella@oncolliga.cat**

C/ Costa i Fornaguera, 34. 08370 Calella.

Tel. **691 319 995**

◦ **ASSOCIACIÓ ESPANYOLA CONTRA EL CÀNCER:**

Seu a Girona **girona@aecc.es**

Edif. Fòrum C/ Albareda, 3-5. 17007 Girona .

Tel. **972 20 13 06**

Seu a Mataró **maresme@aecc.es**

C/ Nou de La Mercè Bx, 01. 08303 Mataró.

Tel. **930129383 / 692 261 772**

OFERTA DE SERVEIS

- **PSICOONCOLOGIA I SEXOLOGIA:** l'impacte del diagnòstic pot implicar una inestabilitat emocional, pèrdua d'independència, la reducció de l'autoestima, el canvi de perspectiva del futur generant confusió. Treballem per donar-te un espai per facilitar l'adaptació en tot el procés de la malaltia, donant servei de forma individualitzada i també de forma grupal.
- **UNITAT DE TREBALL SOCIAL:** que gestiona els recursos socials del teu entorn.
- **DIETISTA FARMACÈUTICA:** que gestiona els teus requeriments dietètics.

RECOMANACIONS GENERALS

La teva família també forma part d'aquest procés, per això creiem important que vinguis acompanyada en les diferents etapes: visites, proves diagnòstiques, intervencions quirúrgiques, tractaments...

En el nostre entorn tens a la teva disposició diferents associacions que poden ajudar-te durant aquest procés:

S PER A L'INGRÈS

Exercici: a casa podràs fer vida normal sense forçar l'extremitat del braç intervingut. És important fer algun altre tipus d'exercici per mantenir un bon estat físic i psíquic. Si camines, no has de deixar el braç penjant durant molt de temps, per evitar l'inflor del braç.

Rehabilitació: en cas de limfadenectomia o buidatge ganglionar, a les 24 hores de la limfadenectomia has d'iniciar fisioteràpia de forma autònoma del braç afectat. Procurar fer els exercicis diàriament per mantenir una bona mobilitat i drenatge del braç.

Alimentació: podràs començar a prendre aigua entre 4 i 6 hores després de la intervenció i sempre seguint les indicacions de la infermera d'hospitalització. La dieta serà progressiva.

A casa realitzaràs una dieta equilibrada evitant el sobrepès

Evitar l'alcohol i no fumar.

IMMEDIATES

- **SEROMA:** acumulació de líquid serós a la ferida.
- **HEMATOMA:** acumulació de sang a la ferida.
- **INFECCIÓ:** Invasió per microorganismes patògens. Es manifestarà amb calor, envermelliment, inflamació i dolor. També pot anar acompanyat de febre.
- **DESHISCÈNCIA DE LA FERIDA:** Obertura de la ferida quirúrgica.

TARDANES

- **LIMFEDEMA:** és l'edema o l'inflor de l'extremitat. El sistema limfàtic té dues funcions bàsiques que són el drenatge i la defensa immunitària.

El braç es pot inflar després del buidatge axil·lar, perquè els vasos i ganglis limfàtics s'han extret i en conseqüència l'organisme té una capacitat menor per combatre una infecció de l'extremitat superior corresponent.

Davant de qualsevol manifestació o molèstia heu de consultar.

• QUIMIOTERÀPIA I TRACTAMENT BIOLÒGIC

La primera visita a Oncologia pot ser abans o després de la intervenció, en funció de cada cas. En aquesta visita rebràs informació sobre els **tractaments complementaris a la cirurgia**, per això poden ser necessàries altres proves analítiques i radiològiques.

El tractament de quimioteràpia s'administra a:

Hospital de Dia d'Oncologia (H. Calella)

• HORMONOTERÀPIA

L'oncòleg pot indicar hormonoteràpia. En el moment de la visita et donarà informació sobre aquest tractament i sobre els possibles efectes secundaris o adversos.

• RADIOTERÀPIA

El tractament de radioteràpia té una durada de tres a sis setmanes aproximadament. Els centres on s'aplica són els següents:

Hospital Germans Trias i Pujol -Can Ruti- (Badalona)

Hospital Trueta (Girona)

Durant la primera visita t'informaran del nombre de sessions necessàries i dels efectes secundaris de les mateixes. També et faran el marcatge de la zona a irradiar.

A l'hospital on et facin la radioteràpia, t'explicaran les cures que necessitaràs durant el tractament.