

Moters krūtys – moteriškumo simbolis, todėl atliekant gerybinio krūties naviko pašalinimo operaciją, labai svarbu ne tik pašalinti auglį, bet ir išsaugoti krūties anatomiją.

**Gijimo procesas.** Gijimo procesas užtrunka apie 7–10 dienų. Pirmas dienas po operacijos gali būti jaučiamas fizinis nepatogumas, todėl geriausia dar keletą dienų skirti poilsiui ir gijimui. Kol vyksta aktyvus gijimas, kad nesivystytų uždegiminė reakcija, reikia stengtis, kad krūtys kuo mažiau judėtų – vengti bėgioti, šokinėti ant batuto, taip pat ir krūtų glamonėjimo. Sportuoti, aktyviai judėti galima po 2 sav.

**Operacinės žaizdos priežiūra.** Žaizda yra susiūta su savaime išstipstančiais siūlais, todėl siūlų išimti nereikės. Žaizdą šlapinti galite po 7 dienų. Pooperaciniu laikotarpiu Jūsų šeimos gydytojas atliks žaizdos peržiūrą, stebės žaizdos gijimo procesą, skirs nurodymus dėl tolimesnės stebėsenos.

Praėjus 2–3 sav. po operacijos rekomenduojama užsiregistruoti ir atvykti antrinei konsultacijai pas operaciją atlikusį gydytoją (galima registracija ir nuotoliniu būdu).

Praėjus 6 mėn. po operacijos, atvykite pas gydytoją mamologą kontrolinei automatinei krūtų echoskopijai.

**Svarbu!** Pakilus temperatūrai, paraudus ar atsiradus patinimams žaizdos srityje – skubiai susisiekiite ir atvykite pas Jus operavusį gydytoją!

**Krūties vėžio prevencijai.** Moterims rekomenduojama reguliariai lankytis pas gydytoją mamologą ir atlikti įprastinę ar automatinę krūtų echoskopiją. Sulaukus 50 metų – kas 2 metus dalyvauti nemokamose krūties vėžio profilaktikos programose ir atlikti mamografinį tyrimą. Siekiant sumažinti krūties vėžio susirgimo riziką – svarbu sveikai ir subalansuotai maitintis, būti fiziškai aktyviems, nevartoti alkoholio, nerūkyti ir išlaikyti normalų kūno svorį. Reikia vengti nėštumo nutraukimo, ilgiau nei 5 metus trunkančios pakaitinės hormonų terapijos ir naudojamų kontracepcijos.

Būkite sveika!