

MANUAL PARA CUIDADOS



**PÓS-OPERATÓRIO
DE MAMA**

Policlínica da Mulher

End.: Rua Luiz Alves Pereira, 230 - Aterrado

e-mail: policlinicadamulher@epdvr.com.br

Tel.: (24) 3339 9500

INSTRUÇÕES PÓS-OPERATÓRIAS:

Cara usuária, você foi submetida a uma cirurgia onde foi retirada uma parte ou toda a mama. Associado a isso foi realizado uma avaliação, com retirada ou não dos gânglios linfáticos auxiliares. Esse Sistema Linfático é responsável pela defesa de seu braço contra microorganismos e condições nocivas, por isso, quando houver esvaziamento axilar é necessário certos cuidados com o braço do mesmo lado da mama operada. Portanto...

EVITE:

- Queimar, cortar ou arranhar a pele da mão ou braço do lado operado, diminuindo o risco de infecções.
- Cortar a cutícula com alicate, prefira removedor líquido.
- Tomar injeções, tirar sangue ou aferir pressão no braço do lado operado.
- Carregar bolsas ou outros objetos pesados com o braço do lado operado.
- Ficar exposta ao sol a ponto de ter queimaduras.
- Usar relógios, pulseiras ou jóias que apertem seu braço.
- Depilar as axilas com lâminas ou cera quente.

USE:

- Luvas grossas para lavar louças, para jardinagens ou lidar com calor.
- Prótese mamária postiça confeccionada com material macio. Existem próteses mais pesadas que poderão ser utilizadas apenas após a total cicatrização da cirurgia.
- Loção ou gel depilatório nas axilas ou opte por aparar os pelos com tesoura.
- Desodorantes sem álcool ou leite de rosas.

LEMBRE-SE:

- O cigarro é um dos fatores que aumenta o risco de câncer de mama, por isso se você é fumante, reflita, procure se necessário auxílio médico, mas se empenhe em abandonar

este hábito.

- Examine a outra mama e o local operado mensalmente, qualquer alteração procure seu médico.
- Procure continuar realizando as atividades que lhe proporcionam prazer e relaxamento.
- Antes de usar qualquer produto de beleza ou medicamento com base hormonal consulte seu mastologista ou oncologista.
- Exercícios com o braço do lado operado podem ser feitos desde que sob orientação de fisioterapeuta.
- Caso você se machuque com o braço operado não se apavore, faça curativos diários, mantendo a área limpa e procure seu médico.

SOBRE OS CURATIVOS:

- Lave sempre bem as mãos com água e sabão antes de realizar os curativos e após a realização dos mesmos.
- Limpe a ferida cirúrgica diariamente com o uso de álcool 70%.
- Cubra com gazes limpas e prenda com fita micropore.
- Evite molhar demasiadamente a ferida cirúrgica durante o banho.
- O banho deverá ser morno, evitando calor excessivo no local da cirurgia.

SOBRE O DRENO:

- O dreno é colocado nos pós operatórios para remover as secreções que normalmente são produzidas durante as cirurgias.
- O período médio de uso do dreno é de 10 a 14 dias, dependendo da quantidade de secreção produzida.
- De acordo com o volume de secreção, o dreno deverá ser esvaziado 1 a 2 vezes ao dia.
- Para esvaziá-lo: aperte o clipe no tubo fechando-o. Abra a tampa na parte superior do coletor. Esvazie o dreno e anote o volume de secreção. Aperte a sanfona e tampe novamente o coletor. Solte o clipe. Atenção: o clipe deverá ser fechado apenas no momento de esvaziar o dreno, permanecendo aberto todo o período. O seu médico vai orientá-la como proceder.

VALE RESSALTAR:

O momento que você está vivendo agora, apesar de delicado, será passageiro. Em breve, todas as etapas do tratamento serão vencidas e você estará retomando a sua vida normal. Por isso tenha força, mantenha a coragem e a fé. Você não está sozinha. Conte com seus familiares, amigos e com a nossa equipe de profissionais de saúde.



Secretaria
Municipal
de Saúde



Fonte: Igor de Camargo Soares
(Mastologista da Policlínica da Mulher)