

A cirurgia a que irá ser submetido designa-se por Mastectomia Simples ou Total, com biópsia de gânglio sentinela, terá uma duração aproximada de 1 hora.

Na mastectomia simples ocorre a remoção de toda a mama (aréola, mamilo, pele e glândula mamária).

O Gânglio Sentinela é o primeiro gânglio de uma área ganglionar com metástases de um tumor no caso de elas existirem (no caso das doenças da mama, a área mais relevante é a axila). A sua localização consiste na injeção de um produto localizador que facilite a sua deteção. O(s) gânglio (s) retirados são enviados para estudo anátomo-patológico.

É habitual no pós-operatório notar uma coloração diferente na pele devido à injeção destes produtos (habitualmente azul).

Nesta operação, por regra, são colocados um ou dois drenos aspirativos, que serão removidos após indicação médica.

Poderá ter alta do hospital com os drenos no lugar, agendando a sua remoção com o médico assistente.

CUIDADOS A TER:

1. Pós-cirúrgicos:

- Cuidados com o penso (não molhar, cumprir com as datas de realização de penso);
- Se notar que os pensos estão molhados ou repassados (líquidos que passou para o penso), deve ser prontamente reavaliada;
- Cuidados ao dreno- poderá ter alta com o dreno, este deve ficar bem acomodado e próximo ao corpo, de forma a evitar que seja puxado acidentalmente;
- Se observar deslocação do dreno, deve ser reavaliada pela equipa que lhe acompanha;
- Posição do membro do local intervencionado (utilização de uma almofada sobre o braço intervencionado);
- Para controlo da dor será medicado com analgesia;
- Deve questionar o seu médico ou enfermeiro acerca da medicação que tomava habitualmente.

2. Com a pele:

- Mantenha a pele limpa na área da mastectomia, axila e braço, assim como a roupa e as toalhas que contactam com o corpo;



GRUPO **HPASAÚDE**

A SUA CIRURGIA É: **MASTECTOMIA SIMPLES OU TOTAL+ BIÓPSIA DO GÂNGLIO SENTINELA**

- Evite mudanças bruscas de temperatura, banhos com água muito quente, banhos turcos ou sauna;
- Hidrate diariamente todo o membro com creme que lhe seja indicado, através de automassagem (no sentido da mão para o ombro). Após a cicatrização deve aplicar creme gordo na pele regenerada;
- Numa fase inicial, prefira máquinas de corte para depilar a axila. Mais tarde poderá utilizar cremes depilatórios, mas deverá evitar a utilização de lâminas ou cera;
- Modere a exposição ao sol (utilize um protetor solar) e/ou exposição ao calor de lareiras, fornos ou fogões;
- Use um sutiã confortável, de tecido macio e material orgânico, com alças largas e modelo desportivo.

3. Na prevenção do linfedema

- Evite dormir sob o braço afetado, pois isso prejudicará a sua circulação;
- Evite o uso de roupas apertadas, relógio, anéis, pulseiras ou tudo o que possa afetar a circulação do membro operado;
- Não faça esforços com o membro operado, tais como: carregar sacos pesados, pegar crianças ao colo, empurrar, puxar ou usar mala nesse braço;
- Realize as tarefas diárias de forma repartida, podendo passar a ferro e limpar a casa, desde que faça intervalos frequentes;
- Mantenha o seu peso ideal, evite gorduras, sal e bebidas gaseificadas e beba muita água.

4. Na prevenção da infeção

- Evite realizar no membro operado alguns cuidados médicos, tais como: injeções, análises de sangue, avaliação da tensão arterial ou acupuntura;
- Evite todo o tipo de traumas no membro do lado operado (cortes, queimaduras, picadas de inseto), mas se estes acontecerem, desinfete-os de imediato;
- Evite lesões e cortes ao arranjar as unhas e cutículas;
- Use luvas sempre que utilizar facas, lavar a loiça, fazer jardinagem ou segurar objetos quentes;
- Evite o contacto com detergentes muito fortes ou agressivos.

5. Na realização de atividades e exercício

- Realize diariamente os exercícios que lhe foram recomendados pelo enfermeiro de reabilitação;



GRUPO **HPASAÚDE**

A SUA CIRURGIA É:

MASTECTOMIA SIMPLES OU TOTAL+ BIÓPSIA DO GÂNGLIO SENTINELA

- Atividades repetidas como a escrita, a utilização do computador e os trabalhos manuais devem ser moderadas e intervaladas com repouso;
- Quando estiver em repouso ou sentada, eleve o membro numa almofada ou o braço do sofá ou cadeira;
- Não pratique desportos que possam ser traumáticos (futebol, basquetebol, etc.);
- Não deve conduzir até indicação médica.

Sinais de alerta:

Caso note alguma alteração que a preocupe, não hesite em procurar cuidados médicos. Possíveis sinais e sintomas que poderá ocorrer no pós-operatório imediato:

- Infecção, necrose da pele, lesões nervosas, dor, cefaleias, fraqueza no membro superior envolvido, deiscência (abertura da ferida) e fibrose cicatricial e problemas respiratórios.
- O seroma é uma complicação rara na biopsia do gânglio sentinela, corresponde à acumulação de líquidos na axila e geralmente precisa de ser esvaziado. Habitualmente sentirá um volume debaixo do braço ou a sensação de “onda líquida” durante os movimentos. Perante algum destes sintomas deve ser reavaliado pelos profissionais de saúde especializados na área que a acompanham.
- Contactos: médico (a validar com médico assistente).

Aprovado por: _____

Data: _____