

# Содержание

<b>1. Пребывание в больнице .....</b>	<b>1</b>
Перед хирургическим вмешательством .....	1
Подготовка к операции .....	1
После хирургического вмешательства .....	1
Воздействие на психику .....	3
Положение верхней конечности и двигательные упражнения в раннем послеоперационном периоде .....	3
Состав упражнений .....	4
Протезирование .....	10
Консультирование пациенток .....	12
<b>2. Неблагоприятные последствия лечения рака молочной железы .....</b>	<b>13</b>
Влияние на осанку и функциональность конечности оперированной стороны .....	13
Лимфатический отек .....	15
Механизм образования отека .....	16
Профилактика лимфатического отека .....	19
<b>3. Амбулаторная реабилитация после лечения рака груди .....</b>	<b>21</b>
Цель реабилитации .....	21
Физическая реабилитация .....	22
Оценка функциональной способности конечности оперированной стороны .....	24
Восстановительное лечение с помощью движений .....	28
Восстановление больных, продолжающих химиотерапию .....	32
Восстановление больных во время прохождения курса лучевой терапии .....	32
Реабилитационные мероприятия после органосохраняющих операций при раке молочной железы .....	32
Восстановительная терапия до и после реконструкции груди ....	33
Восстановление больных со стойким отеком конечности .....	35
Состав упражнений .....	35
Дыхательные упражнения для совместного выполнения с различными комплексами физических упражнений .....	67
Процедуры, поддерживающие кинезотерапию .....	73
Массаж, облегчающий отток лимфы .....	73
Водолечебные процедуры .....	82
Подводный душ .....	83
Вихревая ванна .....	83

Другие физиотерапевтические процедуры .....	84
Психическая реабилитация	
в амбулаторных условиях .....	85
Психика женщины после ампутации груди .....	85
Принципы, цели и формы психической реабилитации .....	87
Курортная реабилитация .....	88
<b>4. Правила поведения в повседневной жизни .....</b>	<b>92</b>
Положение конечности в различных ситуациях .....	92
Профилактика инфицирования и перегрузки	
конечности оперированной стороны .....	94
Занятия спортом .....	96
Вождение автомобиля .....	97
Уход за кожей .....	97
Питание .....	99
Правила поведения во время химиотерапии .....	102
Правила поведения во время лучевой терапии .....	104
Самоконтроль оставшейся груди .....	106
<b>5. Семейная и общественная жизнь .....</b>	<b>110</b>
Разделение обязанностей в семье .....	111
Половая жизнь .....	111
Жизнь в обществе .....	112
<b>6. Несколько советов о том, как одеваться .....</b>	<b>114</b>
<b>7. Формы общественной деятельности</b>	
<b>женщин после мастэктомии .....</b>	<b>116</b>
<b>Словарь .....</b>	<b>121</b>