



# РАК ШЕЙКИ, ТЕЛА МАТКИ, ЯИЧНИКОВ, ВУЛЬВЫ

## I. ПРЕДРЕАБИЛИТАЦИЯ

Предреабилитация включает в себя ЛФК, психологическую и нутритивную поддержку, информирование больных.

## II. ХИРУРГИЧЕСКОЕ ЛЕЧЕНИЕ

### ПЕРВЫЙ ЭТАП РЕАБИЛИТАЦИИ

Ранняя мобилизация (активизация и вертикализация) пациентов уже с 1–2 суток после операции не увеличивает риски ранних послеоперационных осложнений, частоту повторных госпитализаций. Раннее начало выполнения комплекса ЛФК с включением в программу аэробной, силовой нагрузок и упражнений на растяжку не увеличивает частоту послеоперационных осложнений, улучшая качество жизни. Применение побудительной спирометрии, подъем головного конца кровати, раннее начало дыхательной гимнастики и ранняя активизация пациенток помогают профилактике застойных явлений в легких в послеоперационном периоде. Ранняя активизация, назначение антикоагулянтов с профилактической целью и ношение компрессионного трикотажа помогают профилактике тромботических осложнений в послеоперационном периоде. Лечение болевого синдрома в послеоперационном периоде носит междисциплинарный характер, и помимо медикаментозной коррекции включает в себя физическую реабилитацию (ЛФК), лечение положением, психологические методы коррекции боли (релаксация), чрескожную электростимуляцию, аккупунктуру. Проведение сеансов массажа, начиная со 2-х суток после операции уменьшает интенсивность болевого синдрома, беспокойство, напряжение, улучшая качество жизни.

### ВТОРОЙ ЭТАП РЕАБИЛИТАЦИИ

Рекомендуется при возникновении лимфедемы нижних конечностей проводить полную противоотечную терапию, включающую в себя мануальный лимфодренаж, ношение компрессионного трикотажа, выполнение комплекса ЛФК, уход за кожей. Рекомендуется при возникновении лимфедемы нижних конечностей также назначить:

- ✓ перемежающую пневмокомпрессию конечностей в сочетании с полной противоотечной терапией;
- ✓ низкоинтенсивную лазеротерапию в сочетании с полной противоотечной терапией;
- ✓ электротерапию в сочетании с полной противоотечной терапией;
- ✓ низкочастотную магнитотерапию в сочетании с полной противоотечной терапией;
- ✓ глубокую осцилляцию (массаж переменным электрическим полем) в сочетании с полной противоотечной терапией.

Аккупунктура значительно уменьшает слабость и улучшает качество жизни.

## ТРЕТИЙ ЭТАП РЕАБИЛИТАЦИИ

Проведение периодических курсов массажа значительно улучшают качество жизни у онкогинекологических пациенток, уменьшая слабость, депрессию, клинические проявления менопаузы. Повышение уровня физической активности положительно влияет на сексуальную функцию у пациенток с раком эндометрия. При нарушении мочеиспускания показаны: упражнения для укрепления мышц тазового дна, обучение пациента расслаблять мышцы тазового дна в период натуживания и координировать это расслабление с брюшными мышцами для того, чтобы опорожнить прямую кишку, основанное на принципе биологической обратной связи, тиббиальная нейромодуляция, электростимуляция мышц тазового дна и промежности. Проведение электроакупунктуры эффективно в лечении нарушений функции тазовых органов у пациенток с раком шейки матки.

## III. ХИМИОТЕРАПИЯ

Ежедневное выполнение комплекса ЛФК в процессе комбинированного лечения и после его окончания увеличивает мышечную силу, улучшает работу сердечно-сосудистой системы, уменьшает опасность развития тревоги и депрессии, уменьшает слабость, тошноту, рвоту, болевой синдром, улучшает настроение. Дозированная, постепенно нарастающая физическая нагрузка улучшает переносимость химиотерапии. Применение аэробной нагрузки на фоне высокодозной химиотерапии повышает уровень гемоглобина и эритроцитов, и снижает длительность лейко- и тромбоцитопении. Для уменьшения слабости и депрессии на фоне химиотерапии рекомендовано проведение ЛФК. Проведение курса массажа в течение 6 недель уменьшает слабость на фоне комбинированного лечения. 6-недельный курс спортивной ходьбы помогает контролировать клинические проявления полинейропатии. Рекомендуется для лечения периферической полинейропатии на фоне химиотерапии: применение низкоинтенсивной лазеротерапии, низкочастотной магнитотерапии, чрескожной электростимуляции в течении 20 минут в день 4 недели. Рекомендована низкоинтенсивная лазеротерапия в профилактике и лечении мукозитов полости рта на фоне химиотерапии. Применение криотерапии и низкоинтенсивной лазеротерапии помогает проводить профилактику выпадения волос и ускоряет их рост после химиотерапии.

## IV. ЛУЧЕВАЯ ТЕРАПИЯ

Выполнение комплекса ЛФК (аэробной нагрузки в сочетании с силовой) на фоне лучевой терапии улучшает насыщение крови кислородом, позволяет проводить профилактику слабости и улучшает качество жизни у на фоне лучевой терапии. Через 3 дня после начала лучевой терапии рекомендовано подключить низкоинтенсивную лазеротерапию, 3 дня в неделю для профилактики лучевого дерматита. Применения вагинальных делататоров после лучевой терапии на область малого таза снижает риск развития сексуальных расстройств.



ООО «Капитал МС», лицензия ЦБ РФ ОС №3676-01  
(без ограничения срока действия)

КОНТАКТ-ЦЕНТР ОМС  
**8-800-100-81-02**  
звонок бесплатный

[www.KAPMED.RU](http://www.KAPMED.RU)