



**Aarna Biomedical Products - A Social Enterprise**

Empathy - Quality - Affordability - Accessibility



[www.aarnabiomed.in](http://www.aarnabiomed.in)



### पूति -13: सर्जरी के बाद कृत्रिम ब्रेस्ट, ब्रा और कपड़े

अधिकतर महिलाओं में ब्रेस्ट कैंसर के इलाज के रूप में स्तनोच्छेदन किया जाता है जिसमें ब्रेस्ट टिशू का एक हिस्सा या कभी-कभी पूरी ब्रेस्ट को निकाल दिया जाता है। कुछ स्थितियों में दोनों ब्रेस्ट को ही निकाल दिया जाता है। सफलतापूर्वक की गई सर्जरी या कैंसरग्रस्त टिशू के निकाल देने के बाद आप ब्रेस्ट पुनर्रचना या कृत्रिम ब्रेस्ट के लिए प्रयास कर सकती हैं।



सर्जरी के बाद के कपड़े



[www.aarnabiomed.in](http://www.aarnabiomed.in)

सर्जरी के तुरंत बाद आपकी छाती और बगलों वाला क्षेत्र बहुत ज्यादा संवेदनशील हो सकता है। इसलिए सर्जरी के बाद, पहले कुछ हफ्ते में आपको सूती ढीले कपड़े पहनने चाहिए और इस समय ब्रेसरी को पहनने से बचें।

अगर आपने स्तनोच्छेदन के तुरंत बाद ब्रेस्टपुनर्रचना का निश्चय नहीं किया है तब आपकी ब्रेस्ट कैंसर देखभाल करने वाली नर्स आपको नरम सूती कपड़े से बनी कृत्रिम ब्रेस्ट का सुझाव दे सकती है।

जैसे ही आपकी छाती पूरी तरह से स्वस्थ हो जाये और निशान कम हो जाएँ उसके बाद आप ब्रेसरी पहन सकती हैं।



### स्तनोच्छेदन ब्रेसरी

सर्जरी के बाद पहले साल आपको ऐसी ब्रेसरी चुननी होगी जिसमें :

- नरम सिलाई हो
- वायर का इस्तेमाल न हो
- फुल कप हो
- एडजस्ट करने वाले स्ट्रेप हों
- उसमें कम से कम डिटेलिंग की गई हो

सर्जरी के बाद सिर के निशानों को ठीक होने , नसों में सुधार आने और रेडियोथेरेपी के कारण किसी भी तरह के स्किन में जलन के ठीक होने में कम से कम एक साल लग सकता है।

स्वस्थ लाभ के दौरान इस समय में आपके शरीर में वजन में भी परिवर्तन आ सकता है। इसलिए इस समय आपकी ब्रेसरी और आपके कपड़ों के साइज़ में तेज़ी से अंतर आ सकता है।

आपको ऐसी ब्रेसरी का चयन करना होना जिसमें अधिक से अधिक सूती कपड़े का प्रयोग किया गया हो। इससे एक तो



आप सहज महसूस करेंगी और दूसरे यदि आपको हॉट फ्लैश की समस्या होगी तो उसमें भी आराम रहेगा।

इस बात का ध्यान रखें कि आपकी ब्रेसरी आपके साइज़ के अनुरूप और थोड़ी बढ़ते साइज़ की ओर हो जिससे सूजन को कम होने में आसानी रहेगी और इसके लिए आप हुक को टाइट करके अपनी ब्रा को फिट कर सकती हैं।



### अपने लिए सही कृत्रिम ब्रेस्ट का चयन करना

सर्जरी के बाद जब बेकार का फ्ल्यूड निकाल दिया जाता है तब आप एक अस्थायी कृत्रिम ब्रेस्ट के विकल्प के बारे में सोच सकती हैं। कृत्रिम ब्रेस्ट का चयन करते समय ऐसे प्रोडक्ट का चयन करें जिसे सर्वश्रेष्ठ मैटीरियल से बनाया गया हो जिससे जब वह आपके शरीर को स्पर्श करे तब आप सहज महसूस कर सकें। सिलिकों से बने कृत्रिम ब्रेस्ट के अतिरिक्त साइज़ और आकार के बारे में भी सुनिश्चित कर लें जिससे आप जो भी प्रोडक्ट चुने वह आपको सही रूप में आ जाये। यदि आपको कृत्रिम ब्रेस्ट को पहनने के बाद यदि आपको जलन या परेशानी या किसी भी प्रकार की एलर्जी हो रही है तब आपको कृत्रिम ब्रेस्ट को बदलना होगा।

शुरू में आप थैलीनुमा ब्रेसरी पहन सकती हैं। इस प्रकार की ब्रेसरी में दोनों कप के स्थान पर खाली स्थान होता है जिसमें कृत्रिम ब्रेस्ट को आसानी से फिट किया जा सकता है और इसे आसानी से कपड़ों के नीचे पहना जा सकता है।

कृत्रिम ब्रेस्ट दो रूपों में उपलब्ध हैं:

- पोलिफ़िल या फ़ोम से बनी : यह वज़न में बहुत हल्की होती है जिसे सर्जरी के तुरंत बाद भी पहना जा सकता है। यह गरम मौसम के लिए बहुत अच्छी है और इसे मशीन से भी धोया जा सकता है।



[www.aarnabiomed.in](http://www.aarnabiomed.in)

- सलललकुकुन से बनुी कृतुरलुतुु बुरेसुतु: यह कृतुरलुतुु बुरेसुतु ककुी सडसे अकुकुी और वलसुतुवलक डुरलरूडु हुुकुी है कुु कुु डुलनुव तुडशुु कुुी बनलवतु से डुी डेल खलतुी है।

कृतुरलुतुु बुरेसुतु कल डुरडुकु कुरुने के कडु डुलडुदे हैं। डुदल एक बुरेसुतु नलकलल डुी कुलतुी है तड शरुीर कल वकुन असंतुललत हुु कुलतल है। इससे डुुसुवर डुु असंतुलन, डुलंह और गरुदन डुु दरुद शुरुु हुु सकतल है। हलुके वकुन वलली सलललकुकुन कृतुरलुतुु बुरेसुतु डुलंह डुरल स्टुरेडु वलले ऐरलडुल डुु वकुन कुु कडु करतुे हुुए इस डुरेशलनुी कुु कडु करनुे डुु डुदद करतुी हैं। डुूसरुी ओर इसके डुरडुकु से आडुके आतुडुवलशुवलस डुु डुी वृडुदुडु हुु सकतुी है और आडुकुु डुूसरुे वडुकुतुडुु से डुललनुे डुु कठलनुलडु नहुुी हुुगुी।

“कडुडुुु कल तड तक कुुडु डुतललडु नहुुी हुुतल कुड तक कुुडु उनुुु डुहन न ले। इतनुी डुडुी डुरेशलनुी से गुकुनरुने और कुुंसर कुुसे कुलतक डुीडुलरुी डुरल वलकुडु डुरलडुत कर के डुलद आडु कडुडुुु कल कडुन करतुे सडुडु इस डुलत कुु हुुडुेशल डुलद रखुुे कुु वु आडुकुु डुहननुे के डुलद अकुकुल ऐहसलस करवलुु, डुसुतुलषुकु डुु शलंतल डुु और संसलर कुु अडुनुी कहुलनुी डुतलनुे कल वलशुवलस डुु !

लेखलकल : डुरतुुडुशल डुकुडुडुलर