

Φροντίδα στο σπίτι για τον ανοσοκατεσταλμένο ασθενή

Τι μπορώ να κάνω για να αποτρέψω τη μόλυνση;

- Το πλύσιμο των χεριών είναι ο καλύτερος τρόπος για την πρόληψη της μόλυνσης.
- Φροντίστε να φοράτε απολυμαντικό με το χέρι σας ανά πάσα στιγμή.
- Πλύνετε με σαπούνι και νερό ή απολυμαντικό χεριών
 - Πριν και μετά τη χρήση του μπάνιου
 - Πριν και μετά την προετοιμασία ή την κατανάλωση φαγητού
 - Μετά τα ζώα ή τα ζώα
 - Μετά από επαφή με κάποιον που έχει λοίμωξη όπως κρύο ή γρίπη
 - Μετά από επιφάνειες σε κοινόχρηστους χώρους (όπως κουμπιά ανελκυστήρων, χειρολαβές και αντλίες αερίου)

Πότε πρέπει να φορέσω μάσκα;

- Να φοράτε μάσκα αναπνευστικού N95 όταν ταξιδεύετε από και προς το νοσοκομείο, όταν βρίσκεστε στο νοσοκομείο, μέσα σε δύο γήπεδα κατασκευής ή σκάφους ποδοσφαίρου και σε οποιοδήποτε δημόσιο χώρο.
- Κλείστε όλα τα παράθυρα του αυτοκινήτου και ενεργοποιήστε το κουμπί ανακύκλωσης του συστήματος εξαερισμού.
- Αποφύγετε πλήθη αν είναι δυνατόν. Μια περιοχή είναι γεμάτη, αν είστε μέσα σε ένα χέρι από άλλους ανθρώπους.
- Αποφύγετε τους κλειστούς χώρους εάν είναι δυνατόν.

Μπορώ να έχω επισκέπτες;

- Πείτε στους φίλους και την οικογένεια που είναι άρρωστοι να μην επισκέπτονται. Μπορεί να είναι καλή ιδέα να έχετε τους επισκέπτες να σας καλούν πρώτα.

Υπάρχουν προφυλάξεις που πρέπει να ακολουθήσω για το φάρμακό μου;

- Μην παίρνετε ασπιρίνη ή παρόμοια με την ασπιρίνη προϊόντα (όπως Advil™, Motrin™ ή Excedrin™) εκτός αν σας το πει ο γιατρός σας.
- Πρέπει να φορέσετε ένα βραχιόλι ιατρικής συναγερμού που σας αναγνωρίζει ως ασθενή με καρκίνο ή ασθενή με μεταμόσχευση μυελού των οστών που διατρέχει κίνδυνο αιμορραγίας ή μόλυνσης.
- Διατηρήστε μαζί σας μια τρέχουσα λίστα φαρμάκων ανά πάσα στιγμή.
- Μην παίρνετε φυτικά προϊόντα.
- Αποφύγετε το χυμό γκρέιπφρουτ, το οποίο αλληλεπιδρά με πολλούς φάρμακα.

Υπάρχουν προφυλάξεις που πρέπει να ακολουθήσω για την προσωπική μου φροντίδα;

- Μην προγραμματίζετε οδοντιατρικές επεμβάσεις (συμπεριλαμβανομένου του καθαρισμού και της μικρής χειρουργικής επέμβασης) χωρίς την άδεια του ογκολόγου σας.
- Μην χρησιμοποιείτε ταμπόν ή ντους.
- Μην χρησιμοποιείτε κλύσματα ή υπόθετα
- Μην εφαρμόζετε τεχνητά νύχια, επικαλύψεις ή άκρες νυχιών.
- Μην έχετε μανικιούρ ή πεντικιούρ.
- Χαλαρώστε και φροντίστε για τα επιδερμίδες.
- Μην μοιράζεστε προσωπικά αντικείμενα, όπως βερνίκι νυχιών, φύλλο νυχιών ή μακιγιάζ, με κανέναν.
- Χρησιμοποιείτε μόνο ηλεκτρικές ξυριστικές μηχανές για το ξύρισμα.
Χρειάζεται να κάνω οποιεσδήποτε αλλαγές στη σεξουαλική μου ζωή;
- Ελέγξτε με τον ογκολόγο σας πριν από τη συνουσία εάν τα αιμοπετάλια ή τα λευκά αιμοσφαίρια είναι χαμηλά.
- Καθαρίστε πολύ καλά την περιοχή των γεννητικών οργάνων.
- Να ουίνεστε μετά την επαφή για να μειώσετε τις λοιμώξεις της ουροδόχου κύστης.
- Πρέπει να χρησιμοποιούνται αρσενικοί ασθενείς και αρσενικοί σύντροφοι ασθενών προφυλακτικά για την πρόληψη της μόλυνσης και της χημειοθεραπείας.
- Οι θηλυκοί ασθενείς θα πρέπει να χρησιμοποιούν λίπανση για να ελαχιστοποιήσουν τον κολπικό ερεθισμό.
- Αποφύγετε τις σεξουαλικές πρακτικές στις οποίες μπορεί να εκδηλωθεί στοματικά η έκθεση στα κόπρανα συμβούν.

Μπορώ ακόμα να κολυμπήσω;

- Μην κολυμπάτε σε νερό που μπορεί να μολυνθεί, όπως ωκεανούς, λίμνες, λίμνες, ποτάμια και δημόσιες πισίνες.
- Μην κάθεστε σε υδρομασάζ ή υδρομασάζ.
- Εάν έχετε καθετήρα ή σωληνάριο, μην κολυμπάτε και μην τον αφήνετε να πέσει κάτω το νερό.

Πώς μπορώ να σιγουρευτώ ότι τα τρόφιμά μου και το νερό είναι ασφαλή για φαγητό και ποτό;

- Πλύνετε τα χέρια σας με ζεστό σαπουνόνερο πριν και μετά την προετοιμασία του φαγητού και πριν το φάτε.
- Καθαρίστε τις περιοχές όπου προετοιμάζετε φαγητό. Χρησιμοποιήστε ξεχωριστή σανίδα κοπής για ωμό κρέας.
- Αφαιρέστε όλα τα παρασκευασμένα τρόφιμα μετά από 72 ώρες στο ψυγείο που έχουν ανοιχτεί, χρησιμοποιηθεί ή έχουν παραμείνει.
- Ψύξτε τα υπολείμματα εντός 2 ωρών από το χρόνο μαγειρέματος σε μικρά ρηγά δοχεία. Πέτα τα απομεινάρια που έχουν βρεθεί σε θερμοκρασία δωματίου περισσότερο από 2 ώρες.
- Το κρέας, τα ψάρια και τα οστρακοειδή πρέπει να μαγειρευτούν καλά.

Οι πληροφορίες ασθενών του νοσοκομείου Johns Hopkins
Αρχική ημερομηνία

- Τα αυγά και τα τρόφιμα που περιέχουν αυγά πρέπει να μαγειρευτούν πλήρως.
- Ελέγχετε πάντοτε τις ημερομηνίες πώλησης και χρήσης. Μην αγοράσεις ή να χρησιμοποιήσετε προϊόντα που είναι ξεπερασμένα.
- Αποφύγετε τις σαλάτες, τις νοστιμιές και τους μπουφέςδες.
- Τα νωπά φρούτα και λαχανικά πρέπει να πλυθούν και / ή να αποφλοιωθούν.
- Χρησιμοποιείτε μόνο παστεριωμένα γαλακτοκομικά προϊόντα, αυγά, χυμούς, μέλι και μύρα προϊόντα.
- Ποτέ μην τρώτε τίποτα που έχει μούχλα σε αυτό.
- Μη χρησιμοποιείτε συμπληρώματα βοτάνων.
- Οι ασθενείς με καρκίνο του αίματος δεν πρέπει να χρησιμοποιούν προβιοτικά.
- Οι ασθενείς με άλλα είδη καρκίνου πρέπει να ελέγχουν με τους γιατρό πριν χρησιμοποιήσετε προβιοτικά.
- Μην πίνετε καλά νερά εκτός αν ελέγχονται ετησίως και διαπιστώνεται ότι είναι ασφαλής.

Είναι εντάξει στον κήπο;

- Μην εργάζεστε στον κήπο ή να σκάβετε στο έδαφος ή σε μουσαμά

Μπορώ ακόμα να φροντίζω τα κατοικίδια μου;

- Αν έχετε γάτα ή σκύλο, προσπαθήστε να περάσετε λίγο χρόνο σε επαφή μαζί του και να πλύνετε αμέσως τα χέρια σας.
- Δεν πρέπει να έχετε επαφή με πουλιά, ψάρια, τρωκτικά, ερπετά ή ζώα εκμετάλλευσης.
- Εάν το κατοικίδιο ζώο σας αναπτύξει διάρροια, αφαιρέστε το από το καθιστικό μέχρι να το έχει δει ένας κτηνίατρος.
- Μπορεί να μην καθαρίσετε τα ούρα κατοικίδιων ζώων ή τα περιττώματα, συμπεριλαμβανομένων των κιβωτίων απορριμμάτων, των πτηνών κ.λπ.