

Рекомендации при выписке после пересадки аутогенных стволовых клеток

Как позвонить врачу: 617-726-2066. Назовите имя своего врача.

Немедленно позвоните, если у вас будут следующие симптомы:

- температура выше 38С
- озноб
- проблемы с дыханием
- кровотечение
- тёмный, дегтеобразный стул
- внезапная, резкая головная боль или боль в области живота

Позвоните на следующий день при следующих симптомах:

- тошнота и/или рвота
- понос
- потеря веса
- образование синяков
- кашель, боль в горле или насморк
- кожные высыпания
- боли в мышцах
- проблемы с центральным катетером

Мойте руки всякий раз, когда:

- вы собираетесь есть или ухаживать за полостью рта
- вы собираетесь коснуться центрального катетера
- вы воспользовались туалетом
- вы коснулись чего-либо загрязненного
- вы выходили на улицу

Надевайте маску, когда вы приходите в больницу или собираетесь встречаться с другими людьми.

Соблюдайте следующие инструкции в течение 30 дней от начала лечения:

- Принимайте душ ежедневно
- Пользуйтесь электробритвой
- Пользуйтесь только своим полотенцем и губкой для мытья
- Ежедневно меняйте одежду

- Вы должны жить в условиях безупречной чистоты.
- Ухаживайте за полостью рта после приема пищи и перед сном.
- Избегайте прямых солнечных лучей и пользуйтесь солнцезащитным кремом, если выходите на улицу.
- Не работайте в саду и не держите комнатных растений и живых цветов в вашей комнате.
- Если у вас есть домашние животные, они должны содержаться в чистоте. Ухаживать за ними вам нельзя, это должен делать кто-то другой
- Ограничьте количество приходящих к вам гостей. Ваши гости должны быть здоровы.
- Вам нельзя менять памперсы детям и ухаживать за больными детьми .
- Несмотря на ощущение слабости, вам необходимо делать лёгкую зарядку каждый день.
- Нельзя курить и употреблять алкоголь.
- Можно вести интимную жизнь, когда ваш ANS (абсолютный показатель зрелых нейтрофилов) будет выше 3000, а уровень тромбоцитов поднимется выше 50000. Практикуйте здоровый секс.
- После пересадки вам будет производиться вакцинация.

Вы должны поставить в известность вашего врача, если:

- тому, кто живет с вами, будет произведена вакцинация
- вы собираетесь вернуться на работу/учебу
- через 30 дней вы хотите пойти в бассейн. Вам может быть разрешено

плавать в хлорированной воде или океане. Если у вас остается центральный катетер, то плавать нельзя. Нельзя купаться в озере, пруду или публичном бассейне в течение года. Нельзя принимать горячую ванну или мыться в сауне в течение 30 дней или дольше, если у вас центральный катетер.

В течение года вам придется носить медицинский браслет (или другой тип украшения) с надписью: использовать только продукты крови, предназначенные для перенесших трансплантацию костного мозга.

Discharge Guidelines Following Autologous Stem Cell Transplant

How to call your Doctor: 617-726-2066. Ask for your Doctor.

Call Immediately if you have:

- Temperature greater than 100.4
- Chills
- Trouble breathing
- Bleeding
- Black, tarry bowel movements
- Sudden, severe headache or abdominal pain

Call the next day if you have:

- Nausea and vomiting
- Diarrhea
- Weight loss
- Bruises
- Cough, sore throat or runny nose
- Skin problems
- Body aches
- Difficulty with your central line

Wash your hands:

- Before you eat or do mouth care
- Before you touch your central line
- After you use the bathroom
- After you touch anything dirty
- After you have been outside

Use a face mask when you come to the hospital or will be exposed to other people.

Follow the instructions below for 30 days after your day zero:

- Shower daily.
- Use an electric razor.
- Do not share towels or washcloths.
- Put on a clean set of clothes daily.
- Go home to a clean house or hotel and make sure it is kept clean.
- Clean your mouth after meals and before bed.



- Avoid sun exposure and use sunscreen if you are outside.
- Do not garden or keep live plants in the rooms where you live.
- Keep your pets clean. Pet grooming must be done by someone else.
- Have only healthy visitors and limit the amount.
- Don't change diapers or care for a sick child.
- You may be tired but you want to engage in mild exercise every day.
- No alcohol or smoking.
- You can start having sex when your ANC is greater than 3,000 and your platelets are greater than 50,000. Practice safe sex.
- You will receive vaccinations after your transplant.

Talk to your doctor before:

- Someone you live with gets a vaccine
- Going back to work or school
- After 30 days ask your doctor if you may swim in a chlorinated pool or the ocean. You may not swim if you have a central line. You may not swim in a lake, pond or public pool for 30 days. No hot tub or sauna for 30 days or longer if you have a central line.

For one year you should wear medical jewelry that indicates
BMT-IRRADIATED BLOOD PRODUCTS ONLY.