



Katholisches
Krankenhaus Hagen



INTENSIVE CHEMOTHERAPIE

Klinik für Hämatologie und Onkologie

St.-Josefs-Hospital Hagen

Liebe Patientin, lieber Patient,

im Gespräch mit Ihrem Arzt haben Sie sich entschlossen, sich einer intensiven Chemotherapie zu unterziehen. Im Verlauf dieses Aufenthalts erhalten Sie zunächst eine auf Sie und Ihre Erkrankung individuell abgestimmte Chemotherapie. Abhängig von Ihrer Erkrankung ist es möglich, dass Sie sich im Anschluss einer Stammzelltherapie unterziehen.

In dieser Broschüre sind wichtige Informationen und Hinweise enthalten, die für die Dauer Ihres Aufenthalts, insbesondere während der Umkehrisolation, wichtig sind sowie Aspekte zum Umgang mit Nebenwirkungen. Auf Probleme wie diese können wir umgehend reagieren und eine entsprechende Behandlung einleiten. Scheuen Sie sich darüber hinaus nicht, Fragen und Unklarheiten anzusprechen!

Schon 2-3 Tage nach der Chemotherapie sinkt die Anzahl der verschiedenen Blutzellen in Ihrem Körper. Da dies engmaschig kontrolliert werden muss, wird regelmäßig eine Blutprobe von Ihnen genommen. Bei einem Abfall der roten Blutkörperchen (Erythrozyten), die für den Sauerstofftransport wichtig sind, kommt es zu Symptomen wie Schwindel, Herzklopfen, Schwäche oder Luftnot.

Falls es zu solchen Beschwerden kommt, teilen Sie das bitte dem Pflegepersonal und den Ärzten mit. In diesem Fall können Erythrozytenkonzentrate, sogenannte Bluttransfusionen, gegeben werden, um die Beschwerden zu lindern. Die Blutplättchen (Thrombozyten) sind wichtig für die Blutgerinnung und wenn deren Anzahl sinkt, kann es bei Verletzungen zu Blutungen kommen. Anzeichen für eine

verminderte Gerinnungsfähigkeit sind Blutungen in der Mundschleimhaut, Nasenbluten, Blut im Stuhl oder beim Husten oder kleine Einblutungen in der Haut, die als kleine rote Punkte sichtbar werden. Wenn Sie solche Symptome bei sich beobachten, teilen Sie uns das bitte mit! In diesem Fall ist es möglich, Ihnen Blutplättchen zu transfundieren, ein sogenanntes Thrombozytenkonzentrat.

Die Anzahl der weißen Blutkörperchen (Leukozyten), die für die Infektabwehr zuständig sind, sinkt im Verlauf der Behandlung ebenfalls. In der Folge kann es zu lokal begrenzten Entzündungen, aber auch zu systemischen Infekten mit Fieber kommen, die mit Antibiotika behandelt werden müssen. Da diese Blutzellen nicht „ersetzt“ werden können, führen wir an den Tagen, in denen die Leukozytenzahl unterhalb bestimmter Grenzwerte (weniger als 1000/ μ l) liegt, spezielle Hygienemaßnahmen durch.

Da Sie in dieser Situation auch durch Krankheitserreger gefährdet sind, die sich „normalerweise“ auf Ihrem Körper befinden, sollten Sie einige Regeln und Maßnahmen zu deren Reduzierung einhalten.

Daher möchten wir Ihnen im Folgenden einige Hinweise geben, wie Sie und Ihre Umgebung dazu beitragen können, die Infektgefahr möglichst gering zu halten. Dazu gehören hygienische Maßnahmen im Zimmer, Körperhygiene und Vorsichtsmaßnahmen bei der Essensauswahl, aber auch die Einnahme von Tabletten und Suspensionen.

Auch das körperliche und psychische Wohlbefinden trägt zum Behandlungserfolg bei, daher möchten wir Sie auch hinsichtlich dieser Aspekte mit verschiedenen Angeboten unterstützen.

Einleitung	4-5
Zeit der Isolation	6-7
Atem- und Physiotherapie, Gesprächsangebote	8-9
Ernährung	10-13

Körperhygiene

- I Duschen Sie täglich, wenn es der Allgemeinzustand zulässt und cremen Sie die Haut mit einer unparfümierten, pH-neutralen Lotion ein.
- I Wechseln Sie täglich Ihre Unterwäsche, Handtücher und Waschlappen (alternativ Einmalwaschlappen)
- I Tragen Sie Wäsche und Kleidung, die bei mind. 60 Grad gewaschen wurde.
- I Waschen Sie sich nach jedem Toilettengang die Hände und desinfizieren Sie sie.
- I Kleine Wunden können stark bluten und sich entzünden. Daher rasieren Sie sich nicht nass und pflegen Ihre Finger- und Fußnägel sehr vorsichtig.
- I Benutzen Sie eine neue, weiche Zahnbürste oder Wattestäbchen.
- I Führen Sie regelmäßige Mundspülungen mit speziellen Lösungen durch, die Ihnen das Pflegepersonal zur Verfügung stellt.

Besucher

- I Bitte empfangen Sie keine Besucher mit Anzeichen einer Erkältung, Grippe oder anderen ansteckenden Erkrankungen.
- I Beschränken Sie die Anzahl der Besucher auf 1-2 Personen.
- I Besucher müssen sich vor dem Betreten des Zimmers die Hände gründlich desinfizieren und sich einen Mundschutz anlegen.
- I Für Besucher, Freunde und Verwandte ist Ihr Bett tabu!!
- I Ihre Besucher benutzen bitte die öffentlichen Besucher-WCs.

Zimmer

- I Sollten Sie in einem geschleusten Zimmer liegen, so sind diese mit einer speziellen Lüftungsanlage ausgestattet, so dass weder vom Krankenhausflur noch von draußen Lufteinströmungen möglich sind. Daher müssen wir Sie bitten, in dieser Zeit die Fenster und Türen stets geschlossen zu halten.
- I Bitte stellen Sie keine Getränkeflaschen oder -kartons sowie Taschen auf den Fußboden, sie gehören auf den Tisch bzw. in den geschlossenen Schrank.
- I Ihr Zimmer wird täglich desinfizierend gereinigt, die Bettwäsche wird täglich und nach Bedarf gewechselt.
- I Auch die Ärzte und das Pflegepersonal betreten Ihr Zimmer nur mit desinfizierten Händen und mit Mundschutz.
- I In frischen Blumen, Blumenwasser und -erde können viele Keime siedeln, daher dürfen diese nicht auf die Station.

„Jetzt sind Sie besonders infektgefährdet“



Atem- und Physiotherapie, Gesprächsangebote

Die physiotherapeutische Betreuung nimmt einen extrem wichtigen Stellenwert während Ihres stationären Aufenthalts ein, da Sie mit Bewegung und Sport Ihre Therapie positiv beeinflussen und Nebenwirkungen, wie z.B. Müdigkeit, reduzieren können. Auch um Muskelverspannungen vorzubeugen, den Kreislauf zu aktivieren, die Lunge zu belüften und die Venenmuskulatur zu stärken, sollten Sie neben der Krankengymnastik jede Gelegenheit nutzen sich außerhalb des Bettes zu bewegen.

Das Physiotherapie-Team führt mit Ihnen eine tägliche Behandlung durch, die sich nach Ihrer psychischen und physischen Verfassung richtet.

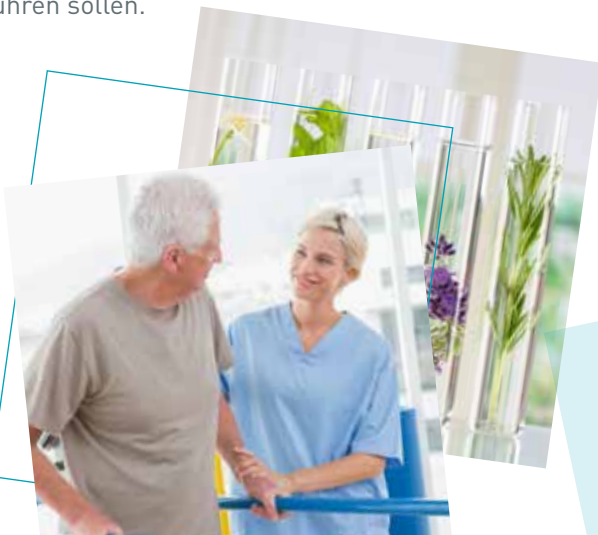
Bei der Atemtherapie lernen Sie verschiedene Übungen zur Infektionsprophylaxe kennen, die Sie im Verlauf Ihres stationären Aufenthalts auch selbstständig durchführen sollen.

Durch tägliche selbstständig durchgeführte Bewegungsübungen werden Sie Ihre körperliche Leistungsfähigkeit stabilisieren. Dazu wird Ihnen der Physiotherapeut verschiedene individuelle Übungen vermitteln, die Sie vor allem in der Phase der Umkehrisolation im Zimmer durchführen können. Später können Sie die Übungen auf dem Gang oder zu Hause durchführen. Ihre Bereitschaft zur Mitarbeit ist Voraussetzung für einen erfolgreichen Verlauf der Therapie.

Diese Zeit der Umkehrisolation ist nicht nur eine körperliche, sondern auch eine psychische Herausforderung. So können die Einschränkung der Anzahl der Besucher, die Dauer der Isolation und das Aufbringen der nötigen Disziplin das seelische Wohlbefinden beeinflussen.

Daher bieten wir regelmäßige Gespräche mit unserer Psychoonkologin an, bei der Sie alle aktuellen Probleme ansprechen dürfen.

Weiterhin bieten wir zur Steigerung des Wohlbefindens die Aromapflege mit ätherischen Ölen an. Auch eine Unterstützung mit farbigem Licht und Musik kann eingesetzt werden.



Allgemeine Hinweise

Lebensmittel können mit Krankheitserregern verunreinigt sein, die Ihnen in der Phase der extremen Abwehrschwäche schaden könnten. Bei der Speisenauswahl sind folgende Hinweise zu beachten:

Von Seiten der Krankenhausküche wird eine keimarme Kost angeboten. Wenn Sie weitere Speisen von zu Hause mitbringen lassen, sollten Sie die folgenden Hinweise beachten.

Eine sorgfältige Küchenhygiene ist wichtig!

So können sich Salmonellen in Geflügelfleisch, in rohen Eiern und auf deren Schale befinden. Entsprechend besteht Gefahr beim Verzehr roheihaltiger Speisen wie Mayonnaise oder Tiramisù. Industriell verpackte Portionspackungen werden mit pasteurisiertem Voll-Ei hergestellt, daher sind sie unbedenklich.

Einige Speisen, die nicht wärmebehandelt wurden, sollten nicht verzehrt werden, da sie bedenkliche Mengen an Erregern enthalten. Dazu gehören Rohmilch-/Sauermilchprodukte und Schimmelkäse, sowie Rohwurstwaren (z.B. Teewurst, Salami), die nur getrocknet oder geräuchert wurden und rohes Fleisch (Mett, Tartar etc.). Von kaltgeschleudertem Honig vom Imker ist abzuraten. Frisches Obst und Gemüse ist erlaubt, wenn dessen Oberfläche sorgfältig durch Schälen oder Waschen gesäubert wurde.

Durchgaren beseitigt potentielle Krankheitserreger in Speisen. Dies gilt auch für Kräuter und Gewürze, die mitgekocht werden müssen!

Essen Sie nur zeitnah zubereitete Speisen bzw. frisch aufbereitete Tiefkühlkost, meiden Sie aufgewärmte, warm gehaltene oder unzureichend erhitzte Speisen! Achten Sie auf das Haltbarkeitsdatum.

Geöffnete Packungen sollten wiederverschließbar gelagert bzw. nach 24 h verworfen werden, da sich auf der offenen Oberfläche Bakterien und Pilze ansiedeln und vermehren können. Portionspackungen sind vorzuziehen.

Allgemein gilt:

Erlaubt ist alles, was gekocht (Kerntemperatur über 70°C über 10 Minuten) geschält oder sorgfältig gewaschen werden kann.

Gestattete Lebensmittel

Tee, Kaffee aus abgekochtem Wasser
Industriell verpackte Säfte und Erfrischungsgetränke
Portionspackungen mit pasteurisierten Eiprodukten, hart gekochte Eier
Milchprodukte aus pasteurisierter Milch, Joghurt, Quark
Käse aus pasteurisierter Milch, frisch geschnitten oder vakuumverpackt
Butter, auch mit Knoblauch oder Zwiebeln
Ausreichend erhitztes, durchgegartes Fleisch
Vakuumverpackte Koch- und Brühwurst (z.B. Mortadella, gekochter Schinken)
Ausreichend erhitzter Fisch, industriell verpackter Fisch in Dosen
Mitgekochte Gewürze und Kräuter
Gekochte Kartoffeln, Nudeln, Reis, Getreide, Brot
Gemüse / Obst aus Konserven oder gekocht, geschält, gründlich gewaschen
Kartoffel-, Nudel-, Fleischsalat
Nuss-Nougat-Creme, Honig aus Portionspackungen
Folienverpacktes Wassereis
Schokolade (ohne Nüsse/Mandeln etc.)
Salzstangen, Weingummi
Pizza aus Pizzeria

Nicht gestattete Lebensmittel

Leitungswasser, Eiswürfel
Smoothies
Speisen mit rohem Ei z.B. Mayonnaise, Tiramisu, weich gekochte Eier
Joghurt mit Bakterienkulturen (probiotisch), Rohmilch und entsprechende Produkte
Geschnittener Käse von der Käsetheke, Käse mit Kräutern, Schimmel-/ Rohmilchkäse
Butter mit Kräutern
Speisen mit rohem Fleisch wie Steak, Tartar, Mett
Geräucherte und andere Rohwurstwaren (z.B. Salami, Tee- oder Mettwurst)
Roher Fisch, Sushi, geräucherter Fisch, Meeresfrüchte
Nicht mitgekochte Gewürze und Kräuter
Müsli
Frisches, nicht wasch- oder schälbares Obst/Gemüse, wie z.B. Erdbeeren, Kirschen, Weintrauben
Blattsalat, Krautsalat, Fischsalate
Brotaufstriche (Honig) aus großem Glas
Milchspeiseeis
Nüsse, Mandeln, Trockenfrüchte, -gemüse
Gewürzte Knabberereien (z.B. Chips)
Döner vom Schnellimbiss



Kontakt

Katholisches Krankenhaus Hagen
St.-Josefs-Hospital

Dreieckstraße 17
58097 Hagen

W kkh-hagen.de

Klinik für Hämatologie und Onkologie
Tumorbehandlungszentrum



Prof. Dr.
Doris Maria Kraemer
Chefärztin
Fachärztin für Innere Medizin
Schwerpunkt Hämatologie
und internistische Onkologie
| Zusatzbezeichnung
Palliativmedizin ATLS

Sekretariat

T 02331 805 9950
F 02331 805 210

Facharzt-Kontakt

T 02331 805 9353

Bürozeiten der Ambulanz

Terminvergabe

T 02331 805 9957
F 02331 805 707

Mo bis Do 8.00 bis 16.15 Uhr
Fr 8.00 bis 15.00 Uhr

