

I N F O R M A T I E V O O R P A T I Ë N T E N

**ONTSLAG VAN
HEMATOLOGISCHE PATIËNTEN**

INHOUD

INLEIDING	3
HOE KUNT U THUIS BESMETTINGEN VOORKOMEN?	4
ZIEKTEKIEMEN VAN BUITENAF	5
RICHTLIJNEN VOOR VOEDING	5
RICHTLIJNEN VOOR WERK EN KLEDIJ	6
RICHTLIJNEN VOOR SOCIAAL CONTACT	6
ZIEKTEKIEMEN IN UW LICHAAM	8
HOE KUNT U THUIS VERWONDINGEN EN BLOEDINGEN VOORKOMEN?	9
UW AFFECTIEVE EN SEKSUELE RELATIE	10
WANNEER KUNT U EEN BEROEP DOEN OP DE SOCIAAL WERKSTER OF PSYCHOLOGE?	11
BELANGRIJK	12
PRAKTISCHE GEGEVENS	13

INLEIDING

U onderging onlangs een chemotherapiekuur en wordt binnenkort ontslagen uit het ziekenhuis. Uw aantal witte bloedcellen en het aantal bloedplaatjes zijn herstellende. Toch is uw weerstand tegen sommige ziektekiemen tijdelijk verminderd en blijft het risico op bloedingen licht verhoogd.

In deze brochure geven wij u een aantal tips en raadgevingen om de kans op besmetting, verwondingen en bloedingen te verminderen of te voorkomen.

Hebt u na het lezen van deze brochure nog vragen? Aarzel dan zeker niet ze te stellen. De artsen, verpleegkundigen, sociaal werkster en andere hulpverleners geven u graag meer uitleg.

Wij wensen u een spoedig herstel en een aangenaam verblijf in ons ziekenhuis.

De medewerkers van de afdeling hematologie
Eenheid 467
Groene pijl, zesde verdieping

HOE KUNT U THUIS BESMETTINGEN VOORKOMEN?

Door uw ziekte en behandelingen hebt u momenteel minder weerstand tegen ziekteverwekkende kiemen zoals virussen, bacteriën en schimmels.

Deze kiemen kunnen van buitenaf op u overgedragen worden, bijvoorbeeld door voedsel, huishoudelijk werk, sociaal contact enzovoort. Ook in uw lichaam zijn kiemen aanwezig.

Om u hiertegen te helpen beschermen, vindt u op de volgende bladzijden een aantal richtlijnen. Het is belangrijk dat u met uw arts nagaat hoelang u deze regels moet volgen.

ZIEKTEKIEMEN VAN BUITENAF

RICHTLIJNEN VOOR VOEDING

Om te voorkomen dat u, tijdens de periode van verminderde weerstand, een infectie krijgt door voedsel, moet u de volgende regels in acht nemen:

Algemene regels:

- Het voedsel moet hygiënisch bereid of gemanipuleerd worden. Het is daarom belangrijk dat u uw handen met vaste of vloeibare zeep wast.
- Eet geen maaltijden die opnieuw werden opgewarmd.
- Als u voorverpakte (liefst vacuüm) etenswaren gebruikt, let dan op de vervaldatum.

Specifieke regels:

- Zorg ervoor dat het vlees dat u eet, goed doorbakken is.
- Gebruik geen drank uit flessen die langer dan 24 uur open zijn. Blikjes of doosjes zijn een goede oplossing.
- Eet nooit rauw bereide vleeswaren of bereide salades zoals filet américain, garnaaasalade enzovoort.
- Schimmelkazen eet u beter niet.
- Barbecue is absoluut af te raden.
- Mosselen en andere onvoldoende kookbare schelpdieren zijn verboden.
- Sla en rauw witloof mag u eventueel niet meer eten. In principe mag u alle groenten eten, op voorwaarde dat ze grondig gewassen en geschild, gekookt of gestoofd worden.

RICHTLIJNEN VOOR WERK EN KLEDING

Het komt vaak voor dat patiënten zich, bij hun ontslag uit het ziekenhuis, te zwak voelen om zelf huishoudelijk werk op zich te nemen. Laat u daarom helpen. Als u zich na verloop van tijd sterker voelt, mag u meer taken overnemen, rekening houdend met volgende richtlijnen:

- Strijken, bedden opmaken, afdrogen, tafel dekken enzovoort kunt u zelf doen.
Afwassen, schoonmaken, wassen en het bereiden van voeding kan met de nodige voorzorgen.
- Gebruik bij voorkeur gewone huishoudproducten om te poetsen. Het contact met ontsmettingsmiddelen moet u vermijden.
- Het reinigen van de kattenbak of het aquarium moet u aan anderen overlaten.
- Zuivere en hygiënische boven- en onderkleding zijn noodzakelijk.

RICHTLIJNEN VOOR SOCIAAL CONTACT

Ziektekiemen worden ook overgedragen via de ademhaling, de mond en de handen.

Omdat het aantal witte bloedcellen nog niet volledig hersteld is, zijn uw contactmogelijkheden met andere mensen beperkt.

Om besmetting te vermijden, probeert u volgende richtlijnen zo goed mogelijk op te volgen.

- Probeer plaatsen waar veel mensen komen te vermijden, zoals woningen, bioscopen, het openbaar vervoer, bijeenkomsten, restaurants enzovoort.
- Roken is absoluut verboden. Ook in ruimtes waar gerookt wordt, komt u beter niet.
- Mensen die tekenen vertonen van verkoudheid, keelontsteking of andere infecties kunt u best niet toelaten in uw omgeving. Als het om huisgenoten gaat, kunt u vragen of zij een maskertje willen dragen om het overbrengen van ziektekiemen te vermijden.
- U en uw gezinsleden moeten zoveel mogelijk de handen wassen tussen de contacten en activiteiten in.

ZIEKTEKIEMEN IN UW LICHAAM

In sommige situaties kan de arts u, bij uw vertrek uit het ziekenhuis, nog een geneesmiddelenvoorschrift met antibioticum en antischimmelmiddelen geven om ziektekiemen te bestrijden.

Daarnaast kunt u zelf zorgen voor een goede lichaamshygiëne:

- Was u alle dagen grondig.
- Was vaak uw handen, zeker voor en na het eten en na elk toiletgebruik. Vraag aan uw huisgenoten om deze regel ook te volgen.
- Poets uw tanden na elke maaltijd.
- Gebruik de mondspoelvloeistof twee keer per dag of meer in geval van wondjes in de mond.

HOE KUNT U THUIS VERWONDINGEN EN BLOEDINGEN VOORKOMEN?

U weet dat bloedplaatjes nodig zijn om het bloeden van een wonde te stelpen.

Door uw behandeling kan het bloedplaatjesgehalte in uw bloed nog te laag zijn als u het ziekenhuis verlaat. Dit betekent dat zelfs kleine verwondingen een betrekkelijk groot bloedverlies kunnen veroorzaken.

Het is daarom belangrijk om zoveel mogelijk verwondingen te vermijden.

- Sporten die een risico voor vallen, duwen of stoten met zich meebrengen zoals fietsen, balsporten of contactsporten, zijn af te raden bij lage bloedplaatjes. Overleg dit met uw arts.
- Als u een voertuig wilt besturen om bijvoorbeeld naar de dagzaal te komen, moet u uw verzekeringsagent raadplegen. Als uw bloedwaarde te laag is, kan de dekking vervallen.
- Gebruik geen scherpe voorwerpen of voer geen handelingen uit die de kans op verwondingen verhogen, bijvoorbeeld hameren, timmeren of sleutelen.
- Als u zich onwel voelt of last hebt van een of andere kwaal, gebruik dan nooit geneesmiddelen die acetylsalicylzuur bevatten, zoals Aspro®, Aspirine®, of Dispril®. Deze medicijnen verhogen immers de kans op bloedingen. Geneesmiddelen die u wel kunt gebruiken zijn: Dolprone®, Dafalgan® en Perdolan® mono.
- Vermijd langdurig contact met petroleumhoudende of chemische producten zoals benzine, smeervetten, bepaalde lijmen en verven, verdunner voor verven, insecticiden of andere sproeimiddelen enzovoort.
- Tijdens uw behandeling mag u alleen inspuitingen krijgen via uw katheter of onderhuids. U mag nooit intramusculair (in de spier) inspuitingen krijgen.
- Lavementen en zetpillen zijn verboden.

UW AFFECTIEVE EN SEKSUELE RELATIE

Het is normaal dat u, door uw behandeling en de geneesmiddelen die u inneemt, misschien minder interesse hebt voor seks. Dit verbetert na verloop van tijd.

Het is belangrijk dat er tijdens en tot drie jaar na de chemotherapiebehandeling geen zwangerschap plaatsvindt. Zowel de patiënt als de partner moeten daarom voor een veilige anticonceptie zorgen. Bespreek dit met uw arts.

Als u nog vragen hebt over uw seksuele relatie, kunt u altijd terecht bij de verpleegkundige of behandelende arts.

WANNEER KUNT U EEN BEROEP DOEN OP DE SOCIAAL WERKSTER OF PSYCHOLOGE?

Uw ziekte en behandeling brengen voor u en uw familieleden wellicht heel wat zorgen mee. Wij hebben hier zeker aandacht voor. Op de afdeling hematologie zijn er drie sociaal werksters, Kirsten Van Nieuwerburgh, An Beerten en Ann Helsen en een psychologe Trix Eisenhardt.

U kunt bij hen terecht met uw persoonlijke, familiale en sociale problemen. Zij zijn altijd bereid om u te helpen bij het zoeken naar mogelijkheden om met deze situatie om te gaan. Ook bij praktische problemen en vragen proberen zij, samen met u, een oplossing te vinden.

De sociaal werkster en psychologe zijn gebonden aan het beroepsgeheim. Zij zijn ook op de hoogte van sociale voorzieningen, financiële tussenkomsten en hulpverlenende diensten voor hematologische patiënten en hun familie.

Als u of uw familie een sociaal werkster of psychologe wilt spreken, vraagt u aan een van de verpleegkundigen om contact met haar op te nemen.

U kunt ook zelf contact opnemen via het nummer 016 34 86 20, elke werkdag tussen 8.30 en 17 uur. Als u een toestel in het ziekenhuis gebruikt, vormt u alleen het nummer 48620.

BELANGRIJK

Bespreek regelmatig met de behandelende arts of de maatregelen die u volgt, nog niet versoepeld kunnen worden.

Als u na het lezen van deze brochure nog verdere vragen of problemen hebt die hier niet vermeld staan, duid ze aan of schrijf ze op zodat u ze niet vergeet.

U kunt altijd terecht bij de behandelende arts, de verpleegkundigen of de sociaal werkster. Zij helpen u graag zoeken naar een mogelijke oplossing voor uw probleem.

PRAKTISCHE GEGEVENS

MEDISCHE STAF

prof. dr. Gregor Verhoef
 prof. dr. Michel Delforge
 prof. dr. Timothy Devos
 prof. dr. Johan Maertens
 dr. Ann Janssens
 dr. Daan Dierickx
 dr. Hélène Schoemans

HOOFDVERPLEEGKUNDIGEN

E 467 Dirk Steenwegen
 E 616 Paul Vranckx
 E 630 Mireille Kusters

SOCIAAL WERKSTERS

Kirsten Van Nieuwerburgh
 An Beerten
 Ann Helsen

PSYCHOLOGE

Trix Eisenhardt

AFDELING HEMATOLOGIE

UZ Leuven campus Gasthuisberg
 Herestraat 49
 3000 Leuven

NUTTIGE TELEFOONNUMMERS

Algemeen secretariaat:	tel. 016 34 68 80
Isolatie-eenheid E 467:	tel. 016 34 46 70
Verpleegeenheid E 630:	tel. 016 34 63 00
Dagverblijf E 616:	tel. 016 34 76 50
Sociaal werk:	tel. 016 34 68 20

© januari 2011 UZ Leuven

Overname van deze tekst is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie:

Deze tekst werd opgesteld door hematologie in samenwerking met de dienst communicatie.

Verantwoordelijke uitgever

UZ Leuven

Herestraat 49

3000 Leuven

Tel. 016 34 49 00

www.uzleuven.be