

Indicaciones de alta luego de un trasplante alogénico de células madre

Cómo llamar a su médico: 617-726-2066. Pregunte por su médico

Llame inmediatamente si presenta:

- Temperatura más alta de 100.4 F
- Escalofrío
- Dificultad para respirar
- Sangrado
- Heces negras o con apariencia como el alquitrán.
- Dolor de cabeza muy fuerte y repentino o dolor en el abdomen.

Llame al día siguiente si presenta:

- Náusea y vómitos
- Diarrea
- Pérdida de peso
- Moretones
- Tos, dolor de garganta o le gotea la nariz
- Problemas en la piel
- Dolores en el cuerpo
- Problemas con su catéter central.

Lávese las manos:

- Antes de comer o practicar higiene bucal
- Antes de tocar su catéter central
- Después de usar el baño
- Después de tocar cualquier cosa que esté sucia
- Después de haber estado afuera

Colóquese la mascarilla cuando venga al hospital o cuando está en la presencia de otras personas.

No tome sus medicamentos el día de su visita al hospital, a no ser que su médico le indique lo contrario. Puede tomarse sus medicamentos después de la toma de muestra de sangre.



Siga las siguientes indicaciones:

- Báñese diariamente
- Utilice una máquina de afeitar eléctrica
- No comparta las toallas o paños durante los siguientes 100 días
- Cámbiese con ropa limpia todos los días.
- Asegúrese de ir a su vivienda o a un hotel que esté y se mantenga siempre aseado.
- Lávese la boca después de las comidas y antes de acostarse a dormir.
- Si está al aire libre, evite estar bajo el sol y use una loción protectora.
- No se dedique a la jardinería y no mantenga plantas vivas en su vivienda.
- Las mascotas deben estar limpias. Otras personas deben encargarse del aseo de las mascotas.
- Sólo pueden visitarlo personas saludables. Restrinja el número de visitas.
- No cambie pañales o cuide de un niño enfermo por los siguientes 100 días.
- Puede que se sienta agotado, pero es bueno realizar ejercicios leves todos los días.
- No consuma bebidas alcohólicas y tampoco fume.
- Puede reiniciar las relaciones sexuales cuando el valor del recuento absoluto de neutrófilos (ANC, por sus siglas en inglés) es mayor de 3.000, y el de las plaquetas sea mayor a 50.000. Cuando mantenga relaciones sexuales hágalo con protección.
- Usted recibirá las vacunas después del trasplante.

Hable con su médico antes de:

- Cualquier persona que vive con usted reciba una vacuna.
- Retorne al trabajo o la escuela.
- Después que hayan pasado los 100 días, pregúntele a su médico si usted puede nadar en una piscina tratada con cloro o en el mar. Si tiene un catéter central es posible que usted no podrá nadar en lagos, estanques o piscinas públicas. Si tiene un catéter central, no use jacuzzi o sauna por 100 días o más.

Avísele a su médico si observa cualquier signo de la enfermedad de injerto contra huésped

- Enrojecimiento de la piel o sarpullido
- Problemas con el sistema digestivo
- Ojos, boca o vagina resecos.

Durante el resto de su vida, usted deberá llevar una identificación de alerta médica, como en un brazalete por ejemplo, que indique: BMT-IRRADIATED BLOOD PRODUCTS ONLY (Trasplante de médula ósea: solo productos sanguíneos tratados con radiación).

Discharge Guidelines Following Allogeneic 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.

Do not take your medication on the day of your visit unless your doctor tells you to. You may take your medication after your blood is drawn.



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

- Shower daily.
- Use an electric razor.
- Do not share towels or washcloths for 100 days.
- 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 for 100 days.
- 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 100 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 1 year. No hot tub or sauna for 100 days or longer if you have a central line.

Report any signs of graft versus host disease to your doctor:

- Skin redness or rash
- Digestive tract difficulties
- Dry eyes, mouth or vagina

For the rest of your life you should wear medical jewelry that indicates
BMT-IRRADIATED BLOOD PRODUCTS ONLY.