

Indicaciones de alta luego de un trasplante autólogo 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 (38°C)
- 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.



Siga las siguientes indicaciones:

- Báñese diariamente
- Utilice una máquina de afeitar eléctrica
- No comparta las toallas o paños
- 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
- 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 30 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 por 30 días. Si tiene un catéter central, no use jacuzzi o sauna por 30 días o más.

Por un año 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 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.