

Hướng Dẫn Xuất Viện Sau Khi Cây Ghép Tế Bào Gốc Đồng Loại

Làm thế nào để gọi Bác sĩ: 617-726-2066. Hỏi xin gặp Bác sĩ của bạn

Gọi ngay nếu bạn:

- Sốt cao hơn 100.4 độ
- Ớn lạnh
- Khó thở
- Chảy máu
- Đi cầu phân đen
- Đau đầu đột ngột, đau dữ dội hoặc là đau bụng

Gọi vào ngày hôm sau nếu bạn:

- Buồn nôn và ói mửa
- Tiêu chảy
- Tụt cân
- Bầm tím
- Ho, đau cổ hoặc chảy mũi
- Da có vấn đề
- Mình mảy đau nhức
- Khó khăn với ống chuyển

Rửa tay:

- Trước khi ăn hoặc đánh răng
- Trước khi bạn đụng vào ống chuyển
- Sau khi đi vệ sinh
- Sau khi sờ vật gì đó bẩn/dơ
- Sau khi bạn đi ra ngoài

Phải đeo mặt nạ khi bạn vào bệnh viện hoặc làm việc chung với người khác.

Đừng nên uống thuốc vào ngày bạn đi khám trừ phi bác sỹ yêu cầu. Bạn có thể uống thuốc sau khi thử máu.



Làm theo hướng dẫn bên dưới:

- Tắm rửa hàng ngày.
- Dùng máy cạo râu điện.
- Không được dùng chung khăn, hoặc giặt chung đồ sau 100 ngày.
- Mặc đồ mới mỗi ngày.
- Đảm bảo về đến nhà, nhà sạch sẽ hoặc ở khách sạn thì phải chắc chắn mọi thứ sạch sẽ.
- Rửa miệng sau khi ăn và trước khi đi ngủ.
- Tránh ánh nắng mặt trời và nhớ phải dùng kem chống nắng nếu bạn đi ra ngoài.
- Đừng nên làm vườn hay trồng cây cối trong phòng nơi bạn đang ở.
- Phải giữ cho thú nuôi luôn sạch sẽ. Việc cắt lông thú nuôi phải đưa cho người khác làm.
- Cho phép người vào thăm, nhưng phải có giới hạn số người.
- Không thay tả hoặc chăm sóc trẻ bệnh trong 100 ngày.
- Bạn có thể mệt mỏi nhưng bạn nên tập thể dục nhẹ nhàng mỗi ngày.
- Không được hút thuốc hay uống rượu.
- Bạn có thể bắt đầu sinh hoạt tình dục khi ANC của bạn trên 3000 và tiểu cầu của bạn trên 50,000. Phải thực hành tình dục an toàn.
- Bạn sẽ nhận thuốc ngừa sau khi ghép tế bào.

Nói chuyện với Bác sĩ trước khi:

- Người bạn sống chung cần chích ngừa.
- Quay trở lại làm việc hoặc đi học
- Sau 100 ngày hỏi bác sĩ nếu bạn có thể đi bơi trong hồ bơi khử trùng bằng clo hoặc đi bơi ở biển. Bạn không thể bơi nếu bạn có mang ống chuyen. Bạn không thể bơi trong hồ, ao hay hồ bơi công cộng trong 1 năm. Không được tắm bồn tắm nóng hoặc tắm hơi trong 100 ngày hoặc lâu hơn nếu bạn mang ống chuyen.

Báo cáo bất cứ dấu hiệu nào tại chỗ cấy ghép với Bác sĩ của bạn:

- Da đỏ hoặc phát ban
- Khó khăn đường tiêu hoá
- Mắt, miệng hoặc âm hộ khô

Phải luôn mang trong người món đồ trang sức y tế có ghi rõ BMT-SẢN PHẨM MÁU CHIẾU XẠ DUY NHẤT.

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.