



Ordens
klinikum
Linz

Barmherzige
Schwestern
Elisabethinen



Allogene Stammzelltransplantation

Empfehlungen zu Verhalten und Hygiene
nach allogener Stammzelltransplantation
für Patientinnen, Patienten und Angehörige

Richtige Händehygiene

ist für Sie der beste Schutz vor Infektionen. Hände waschen oder desinfizieren!

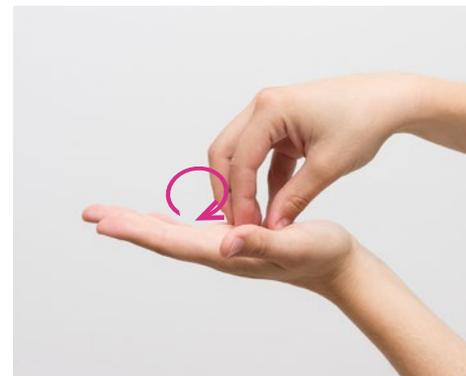
Waschen Sie ihre Hände gründlich und mit ausreichend Seife.

Trocknen Sie ihre Hände gut ab, auch in den Fingerzwischenräumen.

Im Folgenden geben wir Ihnen Ratschläge & Tipps für die ersten Wochen zu Hause.

In der Regel gelten diese Empfehlungen für 3 - 6 Monate. Ob und in welchem Ausmaß Veränderungen möglich sind, ist abhängig von den aktuellen Medikamenten (z.B. Immunsuppressiva).

Bitte besprechen Sie dies bei Ihren ärztlichen/ambulanten Kontrollen.





Medizinische Empfehlungen

- Bitte tragen Sie den Mundnasenschutz bei jedem Arzt- und Ambulanzbesuch.
 - Die Einnahme der Immunsuppressiva (entweder Sandimmun, Prograf oder Rapamune) ist regelmäßig in einem 12 stündigen Abstand erforderlich, am besten zum oder nach dem Essen.
 - Nehmen Sie bitte die Immunsuppressiva (entweder Sandimmun, Prograf oder Rapamune) zur ambulanten Kontrolle mit, aber erst nach der Blutabnahme ein.
 - Nur bei einer Änderung der Dosis der Immunsuppressiva (entweder Sandimmun, Prograf oder Rapamune) werden Sie von dem/der Arzt/Ärztin telefonisch kontaktiert.
- Wir bitten Sie regelmäßige Kontrollen von Gewicht, Temperatur, Blutdruck und Puls durchzuführen, auf jeden Fall vor der ambulanten Kontrolle.
 - Melden Sie sich bitte telefonisch bei einer Temperatur über 38,0°C.
 - Schmerzmittel und andere neue Medikamente bitte nur nach ärztlicher Rücksprache einnehmen.
 - Die Einnahme von homöopathischen und pflanzlichen Arzneimittel wird aufgrund von möglichen unerwünschten Wechselwirkungen mit bestehenden Medikamenten nicht empfohlen.
 - Nach ungefähr 6 Monaten erfolgt eine Impftiterbestimmung und es wird Ihnen eine Impfberatung angeboten.
 - Bitte besprechen Sie eine Influenzaimpfung mit ihrem/ihrer betreuenden Arzt/Ärztin. Ihren Angehörigen wird eine Impfung gegen Influenzaviren jedenfalls empfohlen.
 - Impfungen mit Lebendimpfstoffen (wie z.B. Mumps, Masern und Röteln) bei Angehörigen sollen nur nach Rücksprache mit ihrem/ihrer betreuenden Arzt/Ärztin erfolgen.
 - Bei Infektionen wie Masern, Mumps oder Scharlach im engsten Familienkreis kontaktieren Sie tagsüber telefonisch die hämato-onkologische Ambulanz.

Empfehlungen Körperpflege/Hautpflege

- Verwenden Sie zur Pflege ihrer Hände regelmäßig eine Handcreme.
- Für das Zähne putzen und ihre Mundpflege können Sie Leitungswasser verwenden (Ausnahme nicht getestetes Brunnenwasser). Verwenden Sie weiterhin weiche Zahnbürsten und wechseln Sie diese zumindest alle 1-2 Wochen.
- Zum Duschen und eincremen Ihrer Haut sind pH-neutrale Produkte gut geeignet.
- Bitte verwenden Sie neu erworbene Sonnencreme mit Lichtschutzfaktor 30+.
- Benützen Sie im Freien eine adäquate Kopfbedeckung und hautbedeckende Kleidung, auch bei wenig Sonne. Bevorzugen Sie den Aufenthalt im Schatten.
- Achten Sie auf Veränderungen der Haut und besprechen Sie diese bei den ambulanten Kontrollen.

Empfehlungen Haushalt

- Verwenden Sie ein eigenes Handtuch und Badetuch.
- Wechseln Sie die Bettwäsche einmal wöchentlich.
- Überlassen Sie nach Möglichkeit die regelmäßige Müll- und Kompostentsorgung anderen Personen. Falls dies nicht möglich ist, verwenden Sie bitte Handschuhe und einen Mundnasenschutz.
- Vermeiden Sie die eigenhändige Reinigung der Toilette. Wenn dies nicht möglich ist, verwenden Sie bitte Handschuhe und einen Mundnasenschutz.
- Schließen Sie bitte den WC-Deckel bei jeder Spülung.
- Verwenden Sie beim Staubsaugen einen Mundnasenschutz und wechseln Sie den Filter in regelmäßigen Abständen.



Empfehlungen Bewegung/Freizeit/Beruf

- Spazieren gehen, Nordic Walken, Rad fahren etc. in der frischen Luft tut Ihnen gut.
- Moderates Ausdauer- oder Krafttraining sind empfohlen.
- Meiden Sie einen Besuch in einer öffentlichen Sauna, Therme oder einem öffentlichen Hallenbad.
- Verzichten Sie bitte auf Gartenarbeit, wie z.B. Anpflanzen und Rasenmähen. Falls dies nicht möglich ist, verwenden Sie Handschuhe und eine FFP2-Maske.
- Führen Sie wenn möglich keine Umbauarbeiten durch.
- Vermeiden Sie Spaziergänge in Bereiche, wo Staub und Schmutz aufgewirbelt wird wie z.B. Baustellen.
- Landwirtschaftliche Arbeiten sind ebenfalls zu meiden. Wenn es trotzdem notwendig ist, z.B. beim Traktor fahren, verwenden Sie eine FFP2-Maske und Handschuhe.
- Besprechen Sie ihren beruflichen Wiedereinstieg mit ihrem/ihrer betreuenden Arzt/Ärztin.

Empfehlungen Besuch/Personenkontakt

- Falls Sie Besuch erhalten oder Sie jemanden besuchen, achten Sie darauf, dass alle Personen gesund sind. Das heißt, insbesondere keine Anzeichen einer Grippe, Schnupfen, Husten, Hautausschlag oder Durchfall haben.
- Achten Sie darauf, dass Sie keinen Kontakt mit Personen haben, die mit einer Kinderkrankheit infiziert sind bzw. auch jenen Personen in deren Umgebung.
- Bei Infektionen oder Krankheiten von Familienmitgliedern empfehlen wir Ihnen einen achtsamen Umgang mit Körperkontakt und regelmäßige Händedesinfektion.
- Mit einer Händehygiene nach dem Händeschütteln können Sie sich schützen.
- Führen Sie nach dem Einkaufen eine Händehygiene durch.
- Kirche: Verwenden Sie bitte kein Weihwasser und nehmen Sie keine Hostien ein.

Empfehlung Reisen

- Das Reisen in Länder mit niedrigen hygienischen Standards wird in den ersten 6 – 12 Monaten nicht empfohlen.
- Besprechen Sie ihre Reisepläne bei der ambulanten Kontrolle mit ihrem/ ihrer Arzt/Ärztin.

Empfehlungen Haustiere/Pflanzen

- Haustiere können im Haushalt bleiben.
- Zu vermeiden sind Kontakte mit den Ausscheidungen der Haustiere.
- Verzichten Sie auf Kuschelkontakt oder dass Haustiere im eigenen Bett schlafen.
- Nehmen Sie in dieser Zeit keine neuen Haustiere bei sich auf.

- Vermeiden Sie Topfpflanzen in ihrem Schlafbereich.
- Verzichten Sie auf das Umtopfen ihrer Zimmerpflanzen.

Empfehlungen Sexualität

- Bitte verwenden Sie bei jeder Art von Geschlechtsverkehr zu Ihrem Schutz ein Kondom.

- Bei Fragen und Problem sprechen Sie dies bei der nächsten ärztlichen Kontrolle in der Ambulanz an.

Wir empfehlen Ihnen für ärztliche bzw. zahnärztliche Untersuchungen und Notfälle immer den aktuellen Arztbrief bei sich zu tragen!

Sollte eine erneute stationäre Aufnahme notwendig sein, werden Sie abhängig von Ihrem aktuellen Immunstatus bzw. dem Infektionsrisiko und abhängig von der Verfügbarkeit in einem Ein-, Zwei- oder Dreibettzimmer auf der Station 4B oder 5A untergebracht.

Das ärztliche bzw. pflegerische Team wird Sie über eventuell nötige Anpassungen der Hygiene- und Ernährungsmaßnahmen auf der Station informieren und schulen.

Kontakt und nähere Informationen

Hämato-onkologische Ambulanz:

7:00 – 15:00 Uhr

Tel.: +43-(0)732-7676-4402

Nach 15:00 Uhr, an Wochenenden und Feiertagen
Stammzelltransplantation 1

Tel.: +43-(0)-732-7676-3340