

Tiden efter udskrivelse

EFTER HØJDOSISBEHANDLING MED STAMCELLESTØTTE

I tiden efter udskrivelse efter højdosisbehandling med stamcellestøtte kan du stadig have gener som følge af behandlingen. Der er også nogle forholdsregler, som du og din familie skal være opmærksomme på.

Denne pjece er et supplement til den mundtlige information, som du og din familie får om din behandling. Du er naturligvis altid velkommen til at stille spørgsmål til din læge eller din sygeplejerske, hvis der er noget, du ikke forstår, eller som du vil have uddybet.

INFEKTIONSRISIKO

Der er en øget risiko for infektioner i op til 3 måneder efter behandlingen. Derfor bør du undgå kontakt med personer, der er forkølede eller har andre infektioner. Undgå den første måned steder, hvor mange mennesker færdes, fx busser, indkøbscentre i myldretiden og store sammenkomster. Spørg din kontaktlæge, hvis du er i tvivl.

Hvis du får temperatur over 38,3 grader, kulderystelser eller andet ubehag, skal du kontakte os med henblik på at få en vurdering af, om du eventuelt skal have lavet en akut lægeundersøgelse og/eller skal indlægges.

VACCINATIONER

Vaccine mod bakterier og virus

Efter højdosisbehandling med stamcellestøtte nedsættes immunforsvaret mod visse mikroorganismer (bakterier og virus).

6, 9 og 12 måneder efter behandlingen er gennemført, vil du rutinemæssigt blive vaccineret mod nogle af de mikroorganismer, som kan give problemer. Det sker ved besøg i ambulatoriet.

Vaccine mod influenza

Op til første influenzasæson (december til marts), efter du har gennemgået højdosisbehandling, dog tidligst 4 måneder efter behandlingen, skal du gå til din

egen læge for at få en influenzavaccination. Din nærmeste familie bør også gå til deres læge det næstkommende efterår efter dit højdosisforløb for at få en influenzavaccination.

Vaccine ved udlandsrejser

Hvis du påtænker at rejse til udlandet, bør du tale med din kontaktlæge om vaccinationer. Nogle vacciner, fx mod gul feber og mæslinger, kan i sjældne tilfælde give anledning til sygdom. Det er særlig vigtigt at være opmærksom på de første 2 år efter højdosisbehandling med stamcellestøtte.

KOST

I starten kan du opleve, at din appetit er nedsat, og at din smagssans er ændret.

Vi anbefaler, at du spiser små hyppige, energirige måltider og eventuelt tager tilskud i form af proteindrikke. Recept på proteindrikke kan udstedes ved udskrivelsen eller hos egen læge.

HYGIEJNE

Det er fortsat vigtigt at opretholde god personlig pleje og hygiejne.

TARMFUNKTION

Du kan have diarré i begyndelsen, men det aftager efterhånden, som tarmen heler.

Hvis du har diarré, er det vigtigt at drikke rigelige mængder væske, minimum 2 liter om dagen. Diarré kan medføre tab af visse salte. Det kan gøre dig mere træt, og derfor er det vigtigt, at du drikker varieret, det vil sige ikke kun drikker vand.



BLØDNINGER

Du skal være opmærksom på, at der kan være øget risiko for blødning den første tid, fordi du har få blodplader. Undgå derfor tunge løft, fysisk anstrengende rengøring, havearbejde med videre.

TRÆTHED, HVILE OG AKTIVITET

Når du kommer hjem, kan du være træt, og det kan betyde ændringer i dit sociale liv. Du kan være træt i en længere periode.

Det er en god idé at forsøge at finde en god balance mellem aktivitet og hvile. Motion, gåture og frisk luft mindsker træthed.

Det er individuelt, hvornår man kan genoptage sit arbejde. Det kan være en fordel at begynde på nedsat tid.

SEKSUALITET

Træthed, kemoterapi og anden medicin kan give seksuelle problemer som nedsat lyst, impotens, tørre slimhinder og smerter ved samleje. Læs eventuelt mere i Kræftens Bekæmpelses pjece "Kræft og seksualitet".

KONTROL

I begyndelsen skal du som regel møde 1 eller 2 gange om ugen til kontrol i Hæmatologisk Ambulatorium. Når kontrolintervallerne bliver 2-4 uger, overgår du til kontrol i ambulatoriet hos din egen kontaktlæge.

Hvis du har behov for fysioterapi, kan vi tilbyde fortsat genoptræning i et vist omfang.

Vi kan også etablere kontakt med socialrådgiver, Kræftens Bekæmpelse og Dallund Rehabiliteringscenter, hvis du har behov for det.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Hæmatologisk Ambulatorium

Tlf. 97 66 38 00

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.00 – 15.00

Hæmatologisk Sengeafsnit 7 Vest

Tlf. 97 66 38 01

Resten af døgnet samt weekender og helligdage.

www.aalborguh.rn.dk/hæmatologi