



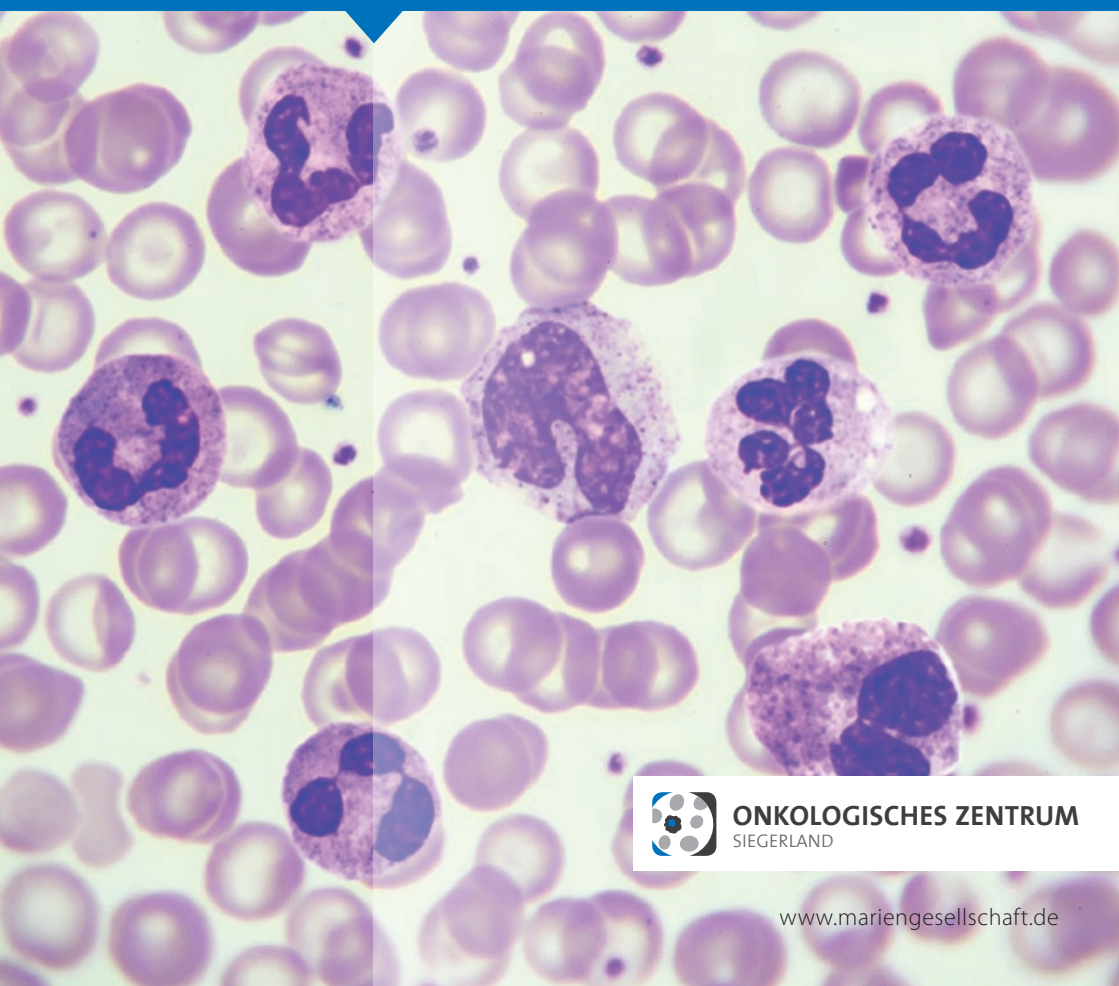
**Marien
Kliniken**

Ein Unternehmen der
Marien Gesellschaft Siegen

St. Marien-Krankenhaus Siegen

Patienteninformation Zytopenie

Verhaltenshinweise für Patienten,
Betroffene und Angehörige



**ONKOLOGISCHES ZENTRUM
SIEGERLAND**

www.mariengesellschaft.de

Inhalt

Begriffserklärungen

Zytopenie	4
Leukopenie	4
Thrombopenie	4
Anämie	4

Allgemeine Informationen zum Aufenthalt

Hinweise	5
Körper- und Mundpflege	6
Ernährung	7
Bewegung	8
Besuch	8
So können Sie die Therapie unterstützen	9

Spezielle Informationen zur Umkehrisolation

Spezielle Hinweise	10
Körper- und Mundpflege	11
Ernährung	12
Bewegung	13
Besuch	14

Informationen zum Verhalten nach dem

stationären Aufenthalt	14
-------------------------------------	----

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

herzlich willkommen in unserer Klinik für Hämatologie, Medizinische Onkologie und Palliativmedizin.

Mit dieser Patienteninformation möchten wir Ihnen einen wichtigen Ratgeber zur Verfügung stellen, der Ihnen in Ihrer neuen Situation eine Orientierung geben soll.

Ihre Erkrankung selbst oder die Folgen der bei Ihnen durchgeführten Therapie erfordert die Einhaltung spezieller Verhaltensmaßnahmen. Durch die Einhaltung der in dieser Broschüre beschriebenen Maßnahmen erhoffen wir uns einen komplikationsärmeren Verlauf Ihrer gesamten Behandlung und wenn möglich einen kürzeren stationären Aufenthalt.

Sollten Sie noch weitere Fragen haben, können Sie sich jederzeit gerne an das Klinikpersonal und Ihren behandelnden Arzt wenden.

Wir danken für Ihr Verständnis und bitten Sie, sich die Informationen in Ruhe durchzulesen und uns bei auftretenden Fragen anzusprechen.



Prof. Dr. med. R. Naumann
Chefarzt



Mirko Schneider B.Sc.
Transplantationskoordinator



Marlena Kapciak
Stationsleitung St. A7

BEGRIFFSERKLÄRUNGEN

ZYTOPENIE

Da eine Chemotherapie nicht nur die „Krebszellen“ zerstört, sondern auch die gesunden Zellen des Körpers in ihrem Zellwachstum beeinträchtigt, kann es zu Nebenwirkungen kommen, wie z. B. Haarausfall, Durchfall, Mundschleimhautveränderungen oder aber dem Mangel an weißen und roten Blutkörperchen sowie den Blutplättchen. Dies bezeichnen wir in der Medizin als Zytopenie.

LEUKOPENIE

Ein Mangel an Leukozyten (weißen Blutkörperchen) bedeutet für den Körper, nur noch über ein mangelndes Abwehrsystem zu verfügen. Die „Polizei des Körper“ ist nur noch mit einer „Notbesetzung“ im Dienst. Dies bedeutet für Sie, dass Sie sehr anfällig für Infektionen, wie z. B. Erkältungen bis hin zu schweren Lungenentzündungen, sind.

THROMBOPENIE

Da die Thrombozyten (Blutplättchen) eine wichtige Rolle bei der Blutgerinnung haben, kann ein erheblicher Mangel zu spontanen Blutungen führen, die oftmals nur schwer zu stoppen sind oder aber es sehr lange dauert, bis diese zum Stillstand gelangen. Aus diesem Grunde sollten Sie probieren, Ihr Verletzungsrisiko zu minimieren.

ANÄMIE

Eine Anämie (Blutarmut) ist eine Verminderung der Erythrozyten (roten Blutkörperchen) im Körper. Die Organe werden mit zu wenig Sauerstoff versorgt. Dies hängt primär mit der Chemotherapie zusammen, kann aber auch im Rahmen Ihrer Grunderkrankung auftreten.

Meist wird eine Anämie von jungen Patienten besser toleriert. Es ist zu beachten, dass ein langsamer Abfall des Hämoglobinwertes für Ihren Körper besser auszugleichen ist, als ein plötzlicher Abfall des Wertes. Sollten folgende Symptome auftreten, könnte es an einer Anämie liegen:

- Konzentrationsstörungen und Müdigkeit,
- Sehstörungen und Kopfschmerzen,
- Verwirrheitszustände (insbesondere bei älteren Patienten),

- Luftnot (meist bei Belastung, in schweren Fällen auch im Ruhezustand),
- Blasse Haut/blaue Lippen,
- Herzrasen,
- Brustschmerzen.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUM AUFENTHALT

HINWEISE

- Aus hygienischen Gründen ist das Mitbringen und Aufstellen von Blumen, Topfpflanzen oder Trockengestecken auf der gesamten Station A7 inkl. der Patientenzimmer nicht gestattet.
- Schuhe schützen Sie vor Keimen des Bodens. Bitte laufen Sie niemals barfuß oder auf Socken; benutzen Sie bitte auch auf der Waage Ihre Schuhe.
- Im Rahmen der besonderen Hygienebedingungen bitten wir Sie, eigenverantwortlich auf Übersichtlichkeit und die Reinigung Ihrer persönlichen Gegenstände zu achten und die Anzahl der Gegenstände so gering wie möglich zu halten.
- Der Fußboden ist unter keinen Umständen als Ablagefläche zu benutzen (auch nicht für Taschen, Flaschen, etc.). Es dürfen keinesfalls Gegenstände, die einmal am Boden standen, zurück auf den Nachttischschrank, Zimmertisch oder das Bett gestellt werden!

Um schnell und gezielt die Ursachen für eine Infektion zu diagnostizieren bzw. zu behandeln, bitten wir Sie folgende Symptome sofort Ihrem Behandlungsteam mitzuteilen:

- Husten,
- Brennen beim Wasserlassen,
- Durchfall,
- Verstopfung,
- Schmerzen,
- Veränderungen an der Haut oder Schleimhaut im Mund- und Genitalbereich.

KÖRPER- UND MUNDPFLEGE

Die Körper- und Mundpflege unterstützen die Abwehrfunktion des Körpers und tragen zu Ihrem Wohlbefinden bei.

Wegen des erhöhten Infektionsrisikos während der Krankheit, auch durch Ihre körpereigenen Keime, bitten wir Sie nachfolgende Maßnahmen unbedingt einzuhalten:

- Hautbeobachtung, d.h. Hautauffälligkeiten wie Pickel, Ausschlag, Blasenbildung, etc.
- Duschen oder waschen Sie sich mindestens einmal täglich.
- Wechseln Sie bitte täglich Ihre Handtücher und Waschlappen.
- Ebenso ist ein täglicher Leibwäschewechsel unbedingt zu empfehlen.
- Unterwäsche, Handtücher und Waschlappen müssen bei mindestens 60°C gewaschen werden.
- Ihre Hände müssen nach jedem Toilettengang erst desinfiziert und nach kompletter Abtrocknung der Hautoberfläche gewaschen werden.
- Ein Desinfektionsmittelspender ist in jedem Bad hierfür angebracht.
- Aufgrund der durchgeführten medikamentösen Tumortherapie kommt es in den meisten Fällen zu einem vorübergehenden Haarverlust. Wir empfehlen Ihnen daher bei beginnendem Haarausfall eine maximale Haarkürzung mit einer Haarschneidemaschine. Dies kann auch durch unser Behandlungsteam durchgeführt werden. Sprechen Sie uns gerne hierzu an. Alternative Kopfbedeckungen müssen ebenfalls bei 60°C waschbar sein.
- Dreimal täglich Zähneputzen mit einer weichen Zahnbürste unter Ausübung von wenig Druck, vorsichtiger Umgang mit Zahnseide und Verwendung einer handelsüblichen Mundspüllösung. Die Zahnbürste sollte nicht länger als zwei Wochen verwendet werden. Sollten Sie an der Mundschleimhaut Entzündungen, Läsionen, Zahnfleischbluten oder Druckstellen feststellen, informieren Sie bitte umgehend das Behandlungsteam. Im Bedarfsfall erhalten Sie zusätzliche Mundpflegeartikel nach Arztanordnung ausgehändigt.

ERNÄHRUNG

- Durch die medikamentöse Tumorthherapie können sich Geschmacksempfindungen und der Appetit verändern.
- Sollten Sie derartige Nebenwirkungen an sich feststellen, sprechen Sie bitte das Behandlungsteam an. Es kann Ihnen helfen, diese unangenehmen Nebenwirkungen zu verringern.
- Nach ärztlicher Anordnung kann Ihnen ein Sortiment unterschiedlicher kalorien- und eiweißreicher Zusatznahrung („Astronautenkost“) angeboten werden. Sprechen Sie Ihren behandelnden Arzt gerne hierauf an.
- Wenn Ihre Angehörigen und Besucher Speisen (auch Süßwaren) und Getränke von zu Hause mitbringen möchten, sollten Sie dies mit dem Behandlungsteam absprechen und die mitgebrachten Dinge ggf. kurz vorzeigen.
- Es ist äußerst wichtig, dass sich alle Speisen in einem hygienisch einwandfreien Zustand befinden. Bei der Auswahl geeigneter Speisen sind wir Ihnen gerne behilflich. Bei Bedarf wird die Ernährungsberatung informiert und hinzugezogen.
- Im Rahmen einer sogenannten Leukopenie gibt es einige Dinge im Bezug auf Ihre Ernährung, die beachtet werden müssen, damit Sie über die Nahrung keine Krankheitserreger aufnehmen. Siehe hierzu die Hinweise unter **Spezielle Informationen zur Umkehrisolation**.

Empfehlungen zur Ernährungsweise während der Therapie:

- Bitte bevorzugen Sie Geflügel und Fisch. Den Genuss tierischer Fette empfehlen wir zu reduzieren.
- Planen Sie bitte die Zufuhr von Vitaminen und Mineralien über Gemüse, Obst und Getreideprodukte in ausreichender Menge ein.
- Im Allgemeinen werden 5 bis 8 kleine Mahlzeiten besser vertragen als nur 3 Mahlzeiten pro Tag.
- Gemüse wie Karotten, Spinat, Broccoli, Spargel oder Zucchini werden allgemein im Rahmen der Therapie gut vertragen.
- Wir raten von Vitamin- und Mineralstoffergänzungen ab. Bei Fragen zu diesem Thema sprechen Sie den behandelnden Arzt bitte an.
- Milch kann unverträglich sein. Besser verträglich sind oft Joghurt, Quark oder Käse.

- Bitte beobachten Sie mögliche Geschmacksveränderungen und den Appetit, auch zur Vermeidung einer Mangelerkrankung.
- Trinken Sie bitte ausreichend viel Wasser oder Tee (Kamille, Pfefferminz).
- Vollkornprodukte, Naturreis, Knäckebrot und Vollkornnudeln sind gute Energielieferanten.

Folgende Lebensmittel können eher Beschwerden verursachen:

- Nüsse, Müsli, geschrotetes Korn bei Backwaren
- Blähende Gemüsesorten wie Kohl, Sauerkraut, Bohnen, Erbsen und Linsen
- Bohnenkaffee, Alkohol, säuerliche Getränke, kohlenstoffhaltige Getränke
- Hartschaliges Obst wie Pflaumen, Stachelbeeren, Apfelsinen, Grapefruit, Sternfrucht, Rhabarber und Weintrauben.

Zu beachten ist, dass Unverträglichkeiten individuell sehr unterschiedlich sind. Liegen Unverträglichkeiten vor, sprechen Sie unser Serviceteam bei der Bestellung der Mahlzeiten gerne an.

BEWEGUNG

- Auch wenn Sie sich an manchen Tagen nicht so wohl fühlen, überwinden Sie sich trotzdem zu ausreichender Bewegung.
- Dosierte körperliche Aktivität während und nach Abschluss der Tumorthherapie hat bewiesenermaßen einen positiven Einfluss auf Ihre Leistungsfähigkeit, Psyche, Lebensqualität und den Krankheitsverlauf.
- Sollten Sie die Station verlassen, bleiben Sie bitte auf dem Klinikgelände und melden sich beim Personal ab.
- Nach ärztlicher Anordnung erhalten Sie zur Unterstützung und Anleitung physiotherapeutische Therapie.

BESUCH

Wir freuen uns sehr, wenn Sie Besuch erhalten. Hier gilt es folgendes zu beachten:

- Es gelten die allgemeinen Besuchszeiten des St. Marien-Krankenhauses. Individuelle Absprachen zur Besuchsregelung auf Station sind in Ausnahmefällen jedoch möglich.
- Bitten Sie Ihre Besucher, sich miteinander abzusprechen, damit höchstens zwei Personen gleichzeitig zu Besuch sind.
- Des Weiteren ist es wichtig, dass sich Ihre Besucher beim Betreten der

Station A7 und nochmals beim Betreten Ihres Zimmers die Hände desinfizieren! Bitte achten Sie auf die Einwirkzeit von 30 Sekunden!

SO KÖNNEN SIE DIE THERAPIE UNTERSTÜTZEN

- **Haarersatz:** Bei möglichem (je nach Medikamenten) Haarverlust erhalten Sie ein Hilfsmittelrezept vom Hausarzt oder über unser Team.
- **Kopfhaut:** Das Tragen von Tüchern und Mützen dient dem Hautschutz.
- **Hautpflege:** Bitte nutzen Sie Lotionen, welche Sie gewohnt sind, möglichst frei von Duftstoffen, wie z. B. Eucerin, Bepanthenalbe (auch geeignet im Intimbereich)
- **Hautschutz:** Bitte schützen Sie Ihre Haut vor direkter Sonneneinstrahlung z. B. mit Hut, Sonnenbrille und Sonnencreme mit Lichtschutzfaktor 50.
- **Mundpflege:** Möglichst weiche Zahnbürsten benutzen, die Schleimhautpflege kann z. B. mit Kamille-Spülungen oder speziellen onkologischen Mundspüllösungen erfolgen. Die Lippenpflege z. B. mit Bepanthenalbe kann ausreichend schützen.
- **Schleimhaut:** Zur Pflege können Sie Ananasstücke einfrieren (zu Hause) und lutschen, Bepanthen-Lutschtabletten und Salbeibonbons werden oft als angenehm empfunden.
- **Geschmack:** Mögliche Geschmacksveränderung (z. B. metallisch) können auftreten, probieren Sie dann mit Plastikbesteck zu essen. Pfefferminz- oder Zitronenbonbons werden dann oft als angenehm empfunden.
- **Geruchsbildung:** Ist für Sie der Geruch der angerichteten Mahlzeit unangenehm, so sollten kalte bzw. lauwarne Speisen bevorzugt werden. Zudem sollten Sie für eine ausreichende Zufuhr von Frischluft sorgen.
- **Hand-Fuss:** Bitte achten Sie mit auf Hautveränderungen z. B. Rötungen oder Schmerzen. Hier können Sie mit fettenden Cremes, dem Tragen von Baumwollhandschuhen oder Bädern mit geschroteter Kleie die Pflege der Haut positiv beeinflussen.
- **Finger/Fußnägel:** Die Finger und Fußnägel möglichst kurz tragen und mit Nagelhärter oder Nagellack unterstützen.
- **Flüssigkeitszufuhr:** Ein regelmäßig gefülltes Glas mit Getränken Ihrer Wahl in Sichtweite kann Sie dabei unterstützen, ausreichend zu trinken.
- **Ernährung:** Die Empfehlungen der WHO (Weltgesundheitsorganisation) sind auch in Ihrer aktuellen Situation gültig.
- **Verdauung:** Sollten Sie zur Verstopfung neigen, können Edelweiß

Milchzucker oder geschroteter Leinsamen den Darm unterstützen.
Bitte achten Sie auf eine ausreichende Trinkmenge.

- **Entspannung:** Übungen erlernen und anwenden, wie z. B. Progressive Muskelrelaxation (Mind Body Medizin).
- **Freizeit:** Konzerte, Großveranstaltungen und Menschen mit Infekten sind möglichst zu meiden.
- **Bewegung:** Spaziergänge oder leichter Sport nach Ihren Möglichkeiten sind hilfreich und wohltuend während der Therapie.
- **Mind Body Medizin:** Yoga, Meditation, Gespräche u.v.m. unterstützen den Gesundungsprozess (Kursangebote über Krankenkasse).
- Genießen Sie gerne Ihren Garten zur **Entspannung und Erholung**, und achten Sie dabei auf geeigneten Sonnenschutz. **ACHTUNG:** kein Umtopfen von Blumen oder Gartenarbeit durchführen (wegen der Gefahr einer Pilzinfektion), bitte nutzen Sie die Unterstützung von Freunden und Familie.
- **Haustätigkeiten:** Arbeiten Sie bitte mit schnittfesten Handschuhen zum Eigenschutz, z. B. beim Putzen, Geschirrspülen ect.
- **Information:** Notieren Sie gerne eigene Beobachtungen oder Veränderungen. Ihr Arzt freut sich auf einen guten Informationsaustausch mit Ihnen und wichtige Details gehen so nicht verloren.

Wir wünschen einen guten Verlauf der Behandlung und nutzen Sie gerne die für Sie angenehmen Empfehlungen.

SPEZIELLE INFORMATIONEN ZUR UMKEHRISOLATION

Eine besonders lange Phase der Zytopenie erfordert die Ausweitung und Einhaltung weiterer Maßnahmen. Während dieser langen Zytopeniephase liegt bei Ihnen ein stark erhöhtes Infektions- und/oder Blutungsrisiko vor. Aus diesem Grund bitten wir Sie, die nun folgenden Informationen gründlich zu lesen und ggf. sich noch einmal von einem Mitarbeiter des Behandlungsteams erklären zu lassen.

SPEZIELLE HINWEISE

- Sie werden in einem Patientenzimmer mit Vorraum ("Schleuse") und klimatisierter Überdruckbelüftung untergebracht.
- Die Fenster können aus diesem Grund nicht geöffnet werden.

- Die Tür zwischen Patientenzimmer und Vorraum ist nur zur Benutzung der Toilette zu öffnen und ansonsten geschlossen zu halten.
- Den Vorraum dürfen Sie nur noch mit Mund-Nasenschutz, z. B. für Untersuchungen oder den täglichen Gang zur Waage, verlassen.
- Bitte lassen Sie sich nur druckfrische Zeitungen oder Zeitschriften mitbringen bzw. nur neue Bücher aus der Buchhandlung.
- Sofern möglich, überlegen Sie bitte schon vor dem Aufenthalt, wie Sie die Phase der Umkehrisolation gestalten können und womit Sie sich in dieser Zeit beschäftigen können, z. B. Laptop, E-Book-Reader, Handarbeit oder Playstation.

KÖRPER- UND MUNDPFLEGE

Neben den zuvor beschriebenen *allgemeinen Informationen zur Körper- und Mundpflege* gilt es für Sie, nun weitere Maßnahmen zu beachten:

- Während der Umkehrisolation werden Ihnen krankenhauseigene Waschlappen und Handtücher zur Verfügung gestellt. Wir bitten Sie, diese Handtücher und Waschlappen ebenfalls täglich zu wechseln.
- Sie erhalten von Station extra weiche Zahnbürsten, um das Risiko von Zahnfleischbluten zu minimieren. Die Zahnbürste ist nun alle 2 Tage zu erneuern.
- Zahnseide und Zahnstocher sind aufgrund der hohen Verletzungs- und Blutungsgefahr in dieser Phase nur nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt erlaubt.
- Zur Pflege der Lippen und Nasenschleimhaut erhalten Sie vom Personal eine Pflegesalbe zur mehrmals täglichen lokalen Anwendung.
- Benutzen Sie die vom Arzt angeordneten Mundspüllösungen. Die genaue Art und Häufigkeit der Anwendung wird Ihnen durch unser Pflegepersonal erklärt.
- Die restliche Hautpflege erfolgt nach der täglichen Grundpflege mit Körperlotion.
- Es ist auf eine sorgfältige Intimpflege zu achten (besonders nach dem Stuhlgang).
- Auch im Genital- und Analbereich können Veränderungen der Schleimhäute auftreten. Informieren Sie bitte in diesem Fall umgehend das Behandlungsteam.

- Besondere Vorsicht ist beim Schneiden und Feilen von Finger- und Fußnägeln geboten.
- Auf eine Nassrasur sollte aufgrund der hohen Verletzungs- und Blutungsgefahr in dieser Phase der Tumorthherapie gänzlich verzichtet werden.

Händedesinfektion!!!

- Wir weisen an dieser Stelle nochmals ausdrücklich auf die Wichtigkeit der Händedesinfektion hin.
- Die Händedesinfektion sollte nach jedem Toilettenbesuch und auch mehrmals über den Tag verteilt durchgeführt werden.
- Bei Bedarf stellen wir Ihnen auch gerne eine Desinfektionsmittelflasche in Reichweite an Ihr Patientenbett.

ERNÄHRUNG

Bitte achten Sie in der Zeit der erhöhten Infektionsgefahr ganz besonders auf eine gründliche Händehygiene vor dem Essen, auch wenn Sie „nur“ naschen möchten. Dazu gehört insbesondere die gründliche Händedesinfektion.

Sie bekommen in unserer Krankenhausküche spezielle keimarme Kost zubereitet.

Hier einige grundsätzliche Regeln, die zu beachten sind:

- **24-Stunden-Regel:** Alle geöffneten Lebensmittel müssen nach 24 Stunden entsorgt werden!
- Sie dürfen sich frisch zubereitetes Essen von zu Hause mitbringen lassen. Dieses muss jedoch gut durchgekocht sein und in geschlossenen Gefäßen auf die Station transportiert werden.
- Alle Nahrungsmittel sollten Sie noch am selben Tag aufbrauchen. Aus diesem Grund sind kleinere Packungen sinnvoll. Die Verpackung muss unbeschädigt sein. Lose Nahrungsmittel sind in dieser Phase eher ungeeignet.
- Zur Kühlung von z. B. Getränken steht Ihnen im Zimmer ein Mini-Kühlschrank zur Verfügung.

- Nicht erlaubt sind rohe Nahrungsmittel, wie frische Salate oder dünn-schaliges, angestoßenes bzw. verfärbtes Obst. Erlaubt sind z. B. Melonen, frische Bananen, Zitrusfrüchte und Salate aus gekochtem Gemüse. Eine gute Alternative sind kleine Obstkonserven, die nach dem Öffnen rasch verzehrt werden sollten.
- "Speise"-Eis muss stets abgepackt sein und darf somit nicht aus der Eisdiele kommen.
- Getränkeflaschen sollten maximal 500 ml fassen, da ihr Inhalt nach dem Öffnen nur wenige Stunden alt werden sollte.
- Säfte müssen pasteurisiert sein und sollten immer säurearm sein (z. B. Kindersäfte), da diese deutlich magenschonender sind. Direktsaft ist für Sie im Moment ungeeignet, da er nicht lange genug haltbar ist. Alle geöffneten Säfte müssen sofort getrunken werden, hier gilt die 24-Stunden-Regel nicht!
- Das Mindesthaltbarkeitsdatum sollte zum Zeitpunkt des Öffnens der Verpackung bei allen Lebensmitteln streng kontrolliert werden. Ist das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten, geben Sie die verschlossenen Verpackungen Ihren Besuchern bitte wieder mit. Von einem Verzehr ist in diesem Fall abzuraten.

BEWEGUNG

- Lockern und kräftigen Sie mehrmals täglich Ihre Muskulatur, gehen Sie zum Beispiel öfters durch Ihr Zimmer.
- Sorgen Sie bitte trotz aller belastenden Begleiterscheinungen der Tumorthapie für möglichst viel Bewegung. Verlassen Sie möglichst oft Ihr Bett, suchen Sie Aktivitäten am Tisch, wie z. B. Gesellschaftsspiele, Kreuzworträtsel und Computerspiele.
- Nutzen Sie mehrmals täglich das in Ihrem Zimmer bereit gestellte Ergometer. Vor Benutzung sollten Sie eine Einweisung durch die Mitarbeiter der Physiotherapie erhalten.
- Fragen Sie Ihren behandelnden Arzt, ob bei Ihnen Krankengymnastik oder Atemtherapie sinnvoll ist.

BESUCH

- Bitte begrenzen Sie die Besucherzahl auf den engsten Familien- und Freundeskreis.
- Die Besucher und deren unmittelbare Kontaktpersonen müssen frei von Infektionen sein.
- Der Besuch von Kindern ist erlaubt. Ausgenommen sind kranke Kinder und Kinder, die kürzlich geimpft wurden oder Kinder, in deren Umfeld sich Infektionskrankheiten abzeichnen.
- Um Sie vor Infektionen zu schützen, müssen alle Besucher einen Mund-Nasenschutz tragen und vor dem Betreten des Patientenzimmers im Vorraum die Hände gründlich desinfizieren.
- Bedenken Sie, dass jeder Kontakt von außerhalb zu einem Keimeintrag führen kann.
- Sämtliche Gegenstände Ihrer Besucher müssen im Vorraum abgelegt werden. Besonders bei der Händedesinfektion sollten die Besucher keinen Schmuck, Armbänder, Uhr etc. an Händen und Handgelenken tragen! Wertgegenstände dürfen anschließend mit ins Patientenzimmer genommen werden.
- Im Patientenzimmer sind ausreichend Sitzmöglichkeiten vorhanden, von daher ist das Patientenbett allein Ihr Bereich.
- Die Zimmertoilette ist ausschließlich für Sie bestimmt! Ihre Besucher benutzen bitte die Besuchertoilette der Station A7.

INFORMATIONEN ZUM VERHALTEN NACH DEM STATIONÄREN AUFENTHALT

Auch nach Ihrer Entlassung gibt es noch einige Dinge, die Sie beachten sollten.

Um die Keimbelastung möglichst gering zu halten, haben wir Ihnen einige einfache Maßnahmen/Informationen zusammengestellt:

- Meiden Sie größere Menschenansammlungen, z. B. in Einkaufszentren, bei Feiern, in Kirchen usw.
- Meiden Sie öffentliche Toilettenanlagen.
- Meiden Sie Kinder/Erwachsene mit Erkältungssymptomatik oder anderweitigen infektiösen Erkrankungen sowie Aktiv-Schutzimpfungen.

- Meiden Sie Kontakt mit Topfpflanzen und Blumen in Ihrer Wohnung, in Ihrem Schlafzimmer sollten Sie sogar generell darauf verzichten.
- Denken Sie an häufiges Händewaschen zur Keimreduktion der Hautoberfläche Ihrer Hände.
- Denken Sie daran, dass Haustiere keinen Zugang zu Ihrem Schlafzimmer haben sollten.
- Denken Sie daran, dass Sie sich bei einer Körpertemperatur über 37,5 °C (unter dem Arm gemessen) bitte umgehend in der Interdisziplinären Onkologischen Ambulanz, dem Sekretariat der Medizinischen Klinik III oder direkt in der Zentralen Notaufnahme des St. Marien-Krankenhauses telefonisch melden.

Darüber hinaus sollten Sie bei erniedrigten Thrombozytenwerten folgendes beachten:

- Vorsicht bei der Verwendung von Küchenmessern oder sonstigen scharfen Haushaltsgegenständen.
- Ein bestehender Bluthochdruck sollte gut eingestellt sein.
- Achten Sie bei Körperausscheidungen (Urin, Stuhl, Erbrochenes) auf Blutbeimengungen und informieren Sie ggf. umgehend Ihren Hausarzt oder den ärztlichen Notdienst.
- Vor Zahnarztbesuchen oder chirurgischen Eingriffen sollten die aktuellen Thrombozytenwerte dem behandelnden Arzt vorliegen.
- Vermeiden Sie heißes Baden, Sauna, Massagen und Fango.
- Der Stuhlgang sollte weich sein, um eine „Bauchpresse“ beim Toilettengang zu verhindern (verwenden Sie z. B. Milchzucker und sorgen Sie für eine Trinkmenge von mindestens 2–3 Liter/Tag).
- Um Nasenbluten zu vermeiden, sollten Sie die Nase nur vorsichtig schnäuzen und bei trockenen Schleimhäuten Nasensalbe verwenden.

Sollten Sie noch weitere Fragen zum Thema Zytopenie und Umkehrisolation haben, können Sie sich jederzeit gerne an unser Behandlungsteam wenden.

Wir bedanken uns an dieser Stelle zum einen bei Herrn Bernhard Külpmann, Leitende Hygienefachkraft, für die inhaltlich-fachliche Beratung und zum anderen bei Herrn Thomas Hoof für die Erstellung dieser Patienteninformation.



**Marien
Kliniken**

St. Marien-Krankenhaus Siegen

**Marien Kliniken – St. Marien-Krankenhaus Siegen
Klinik für Hämatologie, Medizinische Onkologie und Palliativmedizin
Chefarzt Prof. Dr. med. Ralph Naumann**

Kampenstraße 51
57072 Siegen

Telefon 0271 231 1302
Telefax 0271 231 1309
E-Mail info@mariengesellschaft.de
Internet www.mariengesellschaft.de

Station A7

Stationsleitung: Marlena Kapciak
Telefon 0271 231 4470
Telefax 0271 231 4479

Interdisziplinäre Onkologische Ambulanz

Telefon 0271 231 4472
Telefax 0271 231 4579

**Bereich Leukapherese und
Stammzelltransplantation**

Transplantationskoordinator: Mirko Schneider B.Sc.
Telefon 0271 231 1335
Telefax 0271 231 1349

Zentrale Notaufnahme

Telefon 0271 231 0

