



UW Medicine
UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

혈액학 및 종양학 입원서비스로부터 퇴원

자기 관리와 연락 전화번호들

이 인쇄물은 워싱턴 대학병원 (UWMC) 혈액학 및 종양학과 입원환자 서비스에서 퇴원 후 환자분이 집에서 사용할 수 있는 정보를 제공합니다.

환자분의 종양학과 의사:

예약을 위하여

만일 예약된 스케줄에 대하여 질문이 있거나 예약하기를 원하면 담당 팀코디네이터에게 전화하십시오:

이름: _____

전화: _____



워싱턴대학 메디칼 센터

자택에서 하는 약물주입 및 재료 공급

자택투여 에이전씨에서 재료공급을 받으시고 만일 자택투여나 공급품에 질문이 있으시면 그들이 보내준 정보를 읽으십시오.

감염의 위험성

백혈구(WBCs)는 감염으로부터 환자분의 신체를 보호하는 것을 돕습니다. 그러나 화학요법은 호중구라고 불리는 백혈구 수치를 저하시킬 수 있습니다. 이러한 혈액상태는 호중성 백혈구 감소증이라고 불립니다.

호중성 백혈구 감소증이 있을 경우 환자분은 감염이 될 위험성이 더 높아 집니다.

감염 예방을 돕기 위하여:

- 비누와 따뜻한 물로 손을 자주 씻으십시오. 식사 전과 화장실을 사용하고 난 이후는 각별히 꼭 씻어야 합니다. 아니면 적어도 60 퍼센트의 알코홀이 함유되어 있는 손 소독젤을 사용할 수 있습니다.
- 사람들이 많이 모이는 장소, 아픈 사람, 그리고 최근에 예방접종을 받은 어린이들을 피하십시오. 최근에 예방접종을 받은 어린이들을 얼마나 오래 피해야 하는지에 관하여 담당의사와 상의하십시오. 이 시간은 무슨 접종을 받았는지에 따라 다릅니다.

- 독감주사를 맞으시고 또한 간병인에게도 접종주사를 맞을 것을 요청하십시오. 비강에 뿌리는 백신은 피하십시오.
- 비강 백신을 받은 사람과의 접촉을 적어도 2 주간은 피하십시오.
- 자주 사용하는 물품들을 살균 물수건으로 닦아 주십시오. 전화와 컴퓨터 키보드도 포함됩니다.
- 눈, 코, 입, 그리고 중심도관을 만지는 것을 피하십시오. 특히 손이 깨끗하지 않을 경우는 반드시 피하십시오.
- 치아와 입몸을 잘 관리하십시오. 부드러운 칫솔을 사용하고 또한 칫솔질과 치실을 사용할 때 부드럽게 하십시오.

중심도관 관리

환자분의 중심도관 드레싱은 _____ 교체될 것입니다.

- 지시받은 대로 중심도관 부위를 소독하고 드레싱을 갈아 주십시오. 터널식과 주변삽입 중심도관(PICCs) 드레싱은 둘 다 매주 교체되어야 합니다. 만일 드레싱 가는 것과 세정에 관한 설명서를 가지고 있지 않으면 SCCA 임상 간호사 코디네이터와 상의하십시오.
- 터널식 중심도관의 루멘을 양쪽 다 10 mL 식염수와 3mL 의 헤파린으로 하루 한번, 그리고 매번 사용한 후에 세정시키십시오.
- PICC 라인의 루멘은 양쪽 다 10 mL 의 식염수로 한 주에 한번, 그리고 매번 사용 후 세정시키십시오.
- 매일 샤워나 목욕:
 - 터널식 중심도관이나 PICC 라인의 클레이브를 패라필름으로 감싸십시오.
 - 라인을 아쿠아가드, 사란랩, 프레스앤셀, 또는 샤워 슬리브로 감싸십시오.
 - 큐로스 캡을 사용하는 경우 큐로스 캡과 클레브 접속 둘 다 패라필름으로 꼭 감싸십시오.

주의

열은 흔히 환자분의 몸이 감염과 싸우고 있는 첫번째 징후입니다. 화학요법을 받는 동안, 열은 **지체하지 않고** 살펴봐야 할 필요가 있는 심각한 건강문제의 징후일 수 있습니다. 환자분은 생명을 구하기 위한 치료를 받아야 할 필요가 있을 수도 있습니다.

화학요법을 받는 동안 체온을 면밀히 모니터하십시오. 그렇게 하기 위해서 체온을 재십시오:

- 아침과 저녁으로 하루 2 번.
- 언제든지 덥거나 추움을 느낄 때, 아니면 오한이 나거나 몸이 떨릴 때.

다음과 같은 증상이 있으면 담당팀 멤버에게 **즉시** 전화하십시오:

- 입에서 뺨 열이 화씨 100.9 도(섭씨 38.3 도) 이상이면
- *겨드랑이* 체온계로 (겨드랑이에서) 뺨 열이 화씨 100.2 도 (섭씨 37.8 도) 이상이면
- 입에서 뺨 체온이 화씨 100.4 도 (섭씨 38 도) 이상으로 1 시간 이상 지속되면
- 겨드랑이 체온계로 뺨 체온이 화씨 99.9 도 (섭씨 37.5 도) 이상으로 1 시간 이상 지속 되면
- 프레드니손이나 메틸프레드니손과 같은 스테로이드제를 복용하는 경우 열이 보통 때보다 1 도 이상 높으면
- 떨리는 오한 (비록 체온이 정상이더라도)
- 콧물, 눈물어린 눈, 재채기, 그리고 기침과 같은 감기증상이 있으면

열이 있으면:

- 담당팀에게 **반드시** 전화하십시오. 밤에 열이 나는 경우 전화하기를 아침까지 기다리지 마십시오.
- 담당팀이 환자분에게 **응급실(ER)**로 가라고 말할 수도 있습니다. 그들의 지시를 따르십시오. 최근에 화학 요법을 받았을 경우 최근에 화학요법을 받은 것을 증명하는 초록색 지갑용 카드를 가지고 가십시오. 응급실에서 환자분을 맞이하는 간호사에게 보여주십시오.

다른 건강에 관한 걱정거리들

증상들과 집에서의 관리에 관한 더 상세한 정보를 위하여 씨애틀 암치료 연맹의 환자치료 안내서를 읽어보십시오.

긴급한 걱정거리들

만일 다음과 같은 어떠한 증상이 있으면 담당팀 멤버에게 **즉시** 전화하십시오:

- 중심선 부위에 붉은기, 부기 통증 또는 배액과 같은 변화
- 소변 색깔의 변화, 소변볼 때의 통증이나 쓰라림, 또는 8 시간 이상 소변을 볼 수 없었음
- 새롭게 생긴 기침이나 숨가쁨증

- 메스꺼움증 방지약으로 조절이 되지 않는 메스꺼움증이나 구토증
- 하루 5 번이상 설사함
- 처방받은 약들을 복용하는데 생기는 문제들
- 새롭거나 다른 통증
- 새롭거나 증가되는 출혈 또는 멍이 들
- 두통 또는 어지러움증
- 명확하게 생각하는 능력에 있어서의 변화
- 넘어짐, 특히 넘어지면서 머리를 부딪친 경우

누구에게 전화연락을 해야 하는가

이 일람표는 환자분이 전화하는 해당일과 시간에 따른 전화대상자를 보여줍니다.:

전화연락이 필요한 시간대	연락처
주중, 오전 8시 - 오후 5시	담당 SCCA 클리닉 간호사 코디네이터: 이름: _____ 전화: _____
주중, 오후 5시 -저녁 10시 주말, 오전 8시 - 오후 6시 공휴일, 오전 8시 - 오후 5시	206.288.7400, 선택번호 7 (SCCA 4층 접수처) - 초진 간호사/당직 의사
주중, 오후 10시 - 오전 8시 주말, 오후 6시 - 오전 8시 공휴일, 오후 5시 - 오전 8시	206.598.6190 (UWMC 호출 교환사) - 당직 혈액학/종양학 펠로를 호출해 달라고 요청하십시오. 환자분의 전화번호를 알려주면 종양학 펠로가 전화드릴 것입니다.

문의사항?

환자분의 질문은 중요합니다. 만일
질문이나 우려되는 점이 있으시면
담당 의사나 의료제공자에게
전화하십시오.



Discharge from the Inpatient Hematology/Oncology Service

Self-care and numbers to call

This handout gives information for you to use at home after you are discharged from the Inpatient Hematology/Oncology Service at University of Washington Medical Center (UWMC).

Your clinic oncologist is:

For Appointments

If you have questions about a scheduled appointment, or to make an appointment, please call your Team Coordinator:

Name: _____

Phone: _____



*University of Washington
Medical Center*

Home Infusions and Line Supplies

If you receive your line supplies from a home infusion agency, please read the information they gave you if you have any questions on home infusions or supplies.

Risk of Infection

White blood cells (WBCs) help protect your body from infection. But, chemotherapy can decrease your numbers of WBCs called *neutrophils*. This blood condition is called *neutropenia*.

If you have neutropenia, you are at higher risk for getting infections.

To help prevent infections:

- Wash your hands often with soap and warm water, especially before eating and after using the bathroom. Or, you can use a hand gel that contains at least 60% alcohol.

- Avoid crowds, people who are sick, and children who have recently received vaccines. Talk with your doctor about how long you should avoid children who were recently vaccinated. This time varies depending on the vaccine.
- Get your flu vaccine and ask your caregivers to get theirs, too. Avoid nasal spray vaccines.
- Avoid contact with people who have received nasal vaccines for at least 2 weeks.
- Clean items you use often with disinfectant wipes. This includes phones and computer keyboards.
- Avoid touching your eyes, nose, mouth, and central line, especially if your hands are not clean.
- Take good care of your teeth and gums. Use a soft toothbrush. Also, brush and floss your teeth gently.

Central Line Care

Your central line dressing will be changed on: _____

- Clean your central line site and change your dressing as instructed. Dressings for both tunneled and peripherally inserted central catheters (PICCs) must be changed weekly. Talk with your SCCA Clinical Nurse Coordinator if you do not have written instructions on dressing changes and flushing.
- Flush both lumens of your tunneled central line with 10 mL saline and 3 mL heparin once a day and after each use.
- Flush both PICC lumens with 10 mL saline once a week and after each use.
- Shower or bathe every day:
 - Cover the claves of your tunneled central line or PICC line with Parafilm.
 - Cover your line with Aquaguard, Saran Wrap, Press n Seal, or a shower sleeve.
 - If you are using a Curo cap, make sure the Parafilm covers both the Curo cap and the clave connection.

Fever

A fever is often the first sign of that your body is fighting an infection. While you are on chemotherapy, a fever can be a sign of a serious health problem that needs attention **right away**. You may need to receive life-saving treatment.

Closely monitor your temperature while you are on chemotherapy. To do this, take your temperature:

- 2 times a day, in the morning and at night
- Any time you feel hot or cold, or have shaking or chills.

Call a member of your care team **right away** if you have:

- Fever higher than 100.9°F (38.3°C) by mouth
- Fever higher than 100.2 °F (37.8° C) with an *axillary* (under the arm) thermometer
- Fever higher than 100.4°F (38°C) by mouth for more than 1 hour
- Fever higher than 99.9°F (37.5°C) with an axillary thermometer for more than 1 hour
- Fever more than 1 degree higher than normal if you are taking steroids such as prednisone or methylprednisone
- Shaking chills (even if your temperature is normal)
- Cold symptoms such as a runny nose, watery eyes, sneezing, and coughing

If you have a fever:

- You **must** call your care team. If you have a fever at night, **do not wait** until morning to call.
- **Your care team may tell you to go to an Emergency Room (ER).** Follow their instructions. If you have had chemotherapy recently, take your green wallet card with you that says you recently had chemotherapy. Show it to the nurse who greets you at the ER.

Other Health Concerns

For more details about symptoms and home care, please read your Seattle Cancer Care Alliance (SCCA) Patient Care Manual.

Urgent Concerns

If you have any of these symptoms, call a member of your care team **right away**:

- Changes in your central line site, such as redness, swelling, pain, or drainage
- Changes in urine color, pain or burning while urinating, or not being able to urinate for more than 8 hours
- New cough or shortness of breath
- Nausea or vomiting that is not controlled with anti-nausea medicine

- Diarrhea more than 5 times each day
- Problems taking your prescribed medicines
- New or different pain
- New or increased bleeding or bruising
- Headache or dizziness
- Change in your ability to think clearly
- A fall, especially if you hit your head

Who to Call

This table shows who to call based on the day and time you are calling:

If You Are Calling	Call This Number
Weekdays, 8 a.m. to 5 p.m.	Your SCCA Clinical Nurse Coordinator: Name: _____ Phone: _____
Weekdays, 5 p.m. to 10 p.m. Weekends, 8 a.m. to 6 p.m. Holidays, 8 a.m. to 5 p.m.	Clinic triage nurse/on-call provider: 206.288.7400
Weekdays, 10 p.m. to 8 a.m. Weekends, 6 p.m. to 8 a.m. Holidays, 5 p.m. to 8 a.m.	UWMC paging operator: 206.598.6190 Ask for the Hematology/Oncology Fellow on call to be paged. Give them your phone number and the Oncology Fellow will return your call.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.