



تعليمات الخروج للمرضي المقيمين بقسم الاوام /امراض الدم الرعاية الذاتية وأرقام الاتصال



هذه الكتيب تعطيلك معلومات لاستخدامها في المنزل بعد خروجك من قسم أمراض الدم / الأورام بالمستشفى الطبي بجامعة واشنطن

طبيبك بعيادة الأورام هو:

للمواعيد

إذا كان لديك أسئلة حول موعد قد حددته ، أو لتحديد موعد، الرجاء الاتصال على منسق الفريق الخاص بك:

الاسم :

الهاتف:

انبوبة القسطرة الوريدية بالمنزل و لوازم الخط المركزي

إذا كنت تتلقى الإمدادات للخط الخاص بك من وكالة خاصة بالمنزل، يرجى قراءة المعلومات التي أعطيت لك منهم إذا كان لديك أي أسئلة بخصوص الضخ بالمنزل أو الإمدادات.

مخاطر الإصابة بالالتهابات

خلايا الدم البيضاء (الكريات البيضاء) تساعد على حماية الجسم من الالتهابات. ولكن، يمكن أن العلاج الكيميائي يقلل الأرقام الخاصة بك من الكريات البيضاء وتسمى المتعادلة. وتسمى هذه الحالة قلة الخلايا المتعادلة.

إذا كان لديك قلة الخلايا المتعادلة، ففرصة التعرض للالتهابات اعلي بالنسبة لك.

للمساعدة على الوقاية من الالتهابات:

- اغسل يديك باستمرار بالصابون والماء الدافئ، وخاصة قبل تناول الطعام وبعد استخدام الحمام. أو، يمكنك استخدام جيل اليد التي يحتوي على 60٪ على الأقل من الكحول.
- تجنب الزحام والأشخاص الذين يعانون من المرض، والأطفال الذين حصلوا مؤخرا علي اللقاحات. تحدث مع طبيبك حول المدة التي ينبغي تجنب الأطفال الذين تم تطعيمهم في الأونة الأخيرة. هذه المدة تختلف تبعا لنوع اللقاحات.
- خذ لقاح الانفلونزا واطلب من مقدمي الرعاية الخاص بك ان يأخذونه أيضا. تجنب اللقاحات التي تأخذ عن طريق البخاخ بالأنف.

- تجنب الاحتكاك مع الأشخاص الذين حصلوا على لقاحات الأنف لمدة اسبوعين على الأقل.
- نظف الأدوات التي تستخدمها باستمرار بالمناديل المطهرة. وهذا يشمل الهواتف ولوحة مفاتيح الكمبيوتر
- تجنب لمس عينيك والأنف والفم، أوخط الحقن المركزي، خصوصا إذا كانت يديك ليست نظيفة.
- رجاء العناية الجيدة بالاسنان واللثة. مع استعمال فرشاة أسنان ناعمة. أيضا، فرش وخيط تنظيف الأسنان برفقة.

العناية بالقسطرة الوريدي المركزية

سوف يتم تغيير ضمادات الخط المركزي في يوم:-----

- الرجاء تنظيف الموقع للقسطرة المركزية وتغير الضمادات الخاصة بك وفقا للتعليمات. الضمادات) يجب ان تغير أسبوعيا لكل من القسطرة المركزية و النفقي PICCs, عليك التحدث مع الممرض من SCCA إذا لم يكن لديك تعليمات مكتوبة حول كيفية تغييرات التضميد والتنظيف.
- اغسل كلا من انبوب الخط المركزي النفقي مع 10 مل من محلول ملحي و 3 مل الهيبارين مرة واحدة في اليوم، وبعد كل استخدام.
- اغسل كلا من انابيب بيك لاین مع 10 مل من المحلول الملحي مرة واحدة في الأسبوع، وبعد كل استخدام.
- الاستحمام يوميا:

- عليك ان تغطي طرف التوصيل **claves** لخط الوسط النفقي أو خط المركزي بك لاین ببارافيلم.
- عليك ان تغطي القسطرة بشرائط الصق اكواجارد , الفاف البلاستيك (سيران) , **Press n Seal** الورق البلاستيك أو بلاستيك خاص لاستحمام **shower sleeve**
- اذا كنت تستعمل غطاء طرف غلق الانبوبة **a Curoscap** عليك التأكد من ان ببارافيلم يغطيها ويغطي طرف التوصيل ايضا **clave connection**

الحمى

الحمى كثيرا ما تكون من أول العلامات على أن الجسم يحارب التهاب . وعندما تاخذ العلاج الكيميائي، يمكن ان تكون الحرارة العالية علامة على وجود مشكلة صحية خطيرة تحتاج إلى اهتمام على الفور. ومن المحتمل إن تكون بحاجة لعلاج لانقاذ الحياة.

عليك ملاحظة درجة الحرارة أثناء وجودك على العلاج الكيميائي. للقيام بذلك، خذ درجة الحرارة:

- مرأتين يوميا، في الصباح وفي المساء
- أي وقت تشعر أنك جسمك ساخن أو بارد، أو لديك رعشة
- اتصل بأحد أعضاء فريق رعايتك **على الفور** إذا كانت لديك:
- حرارة أعلى من 100.9 درجة فهرنهايت (38.3 درجة مئوية) عن طريق الفم
- حرارة أعلى من 100.2 درجة فهرنهايت (37.8 درجة مئوية) مع الإبطين بميزان الحرارة (تحت الذراع)
- حرارة أعلى من 100.4 درجة فهرنهايت (38 درجة مئوية) عن طريق الفم لأكثر من 1 ساعة

- حرارة أعلى من 99.9 درجة فهرنهايت (37.5 درجة مئوية) مع مقياس حرارة إبطي لأكثر من 1 ساعة
 - الحرارة اذا كانت أكثر من 1 درجة أعلى من المعتاد إذا كنت تأخذ المنشطات مثل بريدنيزون أو ميثلبريدنزون
 - الارتعاش (حتى لو درجة حرارة جسمك طبيعية)
 - أعراض البرد مثل رشح الأنف وسيولة العينين، والعطس، والسعال
- إذا كان لديك حرارة:**
- يجب الاتصال بفريق رعايتك. وإذا كان لديك حرارة أثناء الليل، لا تنتظر حتى الصباح للاتصال.
 - فريق رعايتك قد يطلب منك أن تذهب إلى غرفة الطوارئ (ER) اتبع تعليماتهم. إذا كنت قد تلقيت العلاج الكيميائي في الأونة الأخيرة، عليك ان تأخذ البطاقة الخضراء معك ليوضح انك قد تلقيت العلاج الكيميائي مؤخرًا. اعرضها على الممرضة التي تستقبلك في الاسعاف

مخاوف صحية أخرى

- لمزيد من المعلومات حول الأعراض والرعاية الصحية المنزلية، يرجى قراءة دليل رعاية المرضى الخاص بك من SCCA

المخاوف العاجلة

- إذا كان لديك أي من هذه الأعراض، اتصل أحد أعضاء فريق رعايتك على الفور:
- اية تغيير في موقع خط المركزي، مثل احمرار، تورم، ألم، أو ترسيب سوائل
- اية تغيير في لون البول أو ألم أو حرق أثناء التبول، أو عدم القدرة على التبول لأكثر من 8 ساعات
- كحة جديدة أو ضيق في التنفس
- الغثيان أو التقيؤ التي لم يتم السيطرة عليها بالأدوية المضادة للغثيان
- الإسهال أكثر من 5 مرات كل يوم
- مشاكل مع أخذ الادوية الموصوفة
- ألم جديد أو مختلف
- نزيف جديد أو زيادة نزيف أو كدمات
- صداع أو دوخة
- تغيير في قدرتك على التفكير بوضوح
- سقوط، وخاصة إذا كنت أصبت رأسك

بمن يمكنك الإتصال

يوضح هذا الجدول بمن تتصل اعتمادا علي اليوم والتوقيت الذي تتصل به:

اذا كنت تتصل	اتصل بهذا الرقم
ايام الاسبوع, 8 صباحا الي 5 مساء	المرضة المنسقة بمستشفى SCCA الاسم: _____ التليفون: _____
ايام الاسبوع, 5 مساء الي 10 مساء عطلة نهاية الاسبوع, 8 صباحا الي 6 مساء الاعياد, 8 صباحا الي 5 مساء	الرقم 206-606-2111 SCCA Triage: ممرضة الفرز (ترياجنرس) / الطبيب الموجود بهذا الوقت
ايام الاسبوع, 10 مساء الي 8 صباحا عطلة نهاية الاسبوع, 6 مساء الي 8 مساء الاعياد, 5 مساء الي 8 مساء	(مكتب الاستعلامات بالمركز الطبي لجامعة واشنطن): 206-598-6190 أطلب الطبيب الزميل الموجود بهذا الوقت لأمراض بقسم الدم / الأورام. أعطيهم رقم هاتفك وسوف يرجع الطبيب الزميل بقسم الأورام بالاتصال بك

أسئلة؟

أسئلتك مهمة يمكنك الإتصال
باطبيبك أو موفر الرعاية لك اذا
كانت لديك أسئلة أو استفسارات



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.	SCCA Triage: 206.606.2111
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.