

ZALECENIA PIEŁĘGNIARSKIE – KLINIKA HEMATOLOGII

Stosuj się do wszystkich zaleceń zamieszczonych w wypisie lekarskim

Nawadniaj organizm

Stosuj odpowiednio dietę w przypadku biegunek lub zaparc

Stosuj odpowiednio dietę w przypadku mdłości:

- jedz niewiele, a często, najlepiej co 2-3 godziny,
- jedz i pij powoli,
- wybieraj produkty i dania zimne albo o temperaturze pokojowej (kanapki, twaróg, owoce, jajka na twardo),
- pij napoje zimne albo schłodzone,
- spożywaj potrawy o łagodnym smaku,
- wybieraj herbatę miętową lub imbirową,
- odpoczywaj po każdym posiłku,
- ogranicz przykre zapachy,
- starannie wietrz pomieszczenia

Stosuj odpowiednio dietę w przypadku braku apetytu:

- jadaj 5 – 6 razy dziennie,
- sięgaj po różne przekąski tj. jogurt, ser, jajka, przetwory owocowe, batony energetyczne, suszone owoce, orzechy,
- wybieraj produkty i potrawy bogate w białko i kaloryczne np. masło orzechowe, jogurt,
- wodę i herbatę zastąp napojami bogatymi w składniki odżywcze np. gęste zupy, suplementy diety

Unikaj alkoholu, potraw pikantnych, a także kwaśnych dań i soków

Dbaj o czystość i zdrowie jamy ustnej:

- często i łagodnie czyść jamę ustną,
- używaj miękkich szczoteczek i przepłukuj usta preparatami bez alkoholu, np. na bazie chlorheksydyny,

Zmniejszaj ryzyko zakażenia:

- chroń swój organizm przed infekcjami,
- za pomocą środka do odkażania lub chusteczek do dezynfekcji dezynfekuj w swoim otoczeniu powierzchnie i przedmioty często dotykane i używane, np.: klamki, uchwyty, telefon komórkowy, pilot od telewizora, itp.
- unikaj bliskiego kontaktu z osobami chorymi, skupisk ludzkich, zamkniętych przestrzeni, miejsc gdzie mogą przebywać osoby kaszlące, kichające,
- dbaj, by twoja skóra była czysta i sucha
- regularnie zgłaszaj się na badanie morfologii krwi zgodnie z zaleceniem lekarza.
- obserwuj siebie, ważne jest zwracanie uwagi na wystąpienie objawów świadczących o infekcji (gorączka, dreszcze, kaszel, katar, itp.).
- należy dokonywać pomiaru temperatury ciała przynajmniej raz dziennie
- w przypadku stwierdzenia u siebie gorączki powyżej 38°C. i innych objawów

infekcji należy zgłosić się do lekarza

ZALECENIA PIEŁĘGNIARSKIE

PORT NACZYNIOWY

Pielęgnacja po zabiegu (pierwsze dni)

- **Opatrunek:** Utrzymuj opatrunek suchy. Po 2-3 dniach można brać prysznic, ale nie moczyć opatrunku. Unikaj kąpieli w wannie lub basenie do całkowitego wygojenia (ok. 2 tygodnie).
- **Mycie:** Myj się gąbką, delikatnie myjąc skórę wokół portu, ale nie szoruj miejsca wszczepienia. Używaj antyseptycznych preparatów, a następnie dokładnie osusz i załóż

nowy jałowy opatrunek.

Pielęgnacja bieżąca (po wygojeniu)

- **Higiena:** Utrzymuj skórę nad portem czystą i suchą. Po wygojeniu nie wymaga ona już opatrunku.

Obsługa portu

- **Płukanie (gdy port nie jest używany):** Bardzo ważne jest płukanie portu co 4 tygodnie roztworem soli fizjologicznej, aby zapobiec zatorom.

Kiedy skontaktować się z lekarzem

- Objawy infekcji: zaczerwienienie, obrzęk, ból, ucieplenie skóry, wyciek z miejsca nakłucia.

Pacjent powinien mieć

- Kartę informacyjną o porcie (typ, umiejscowienie, środki ostrożności).
- Dokumentację dotyczącą historii portu (daty zabiegów, płukań)