

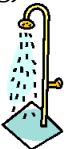












Transplanti **autolog** i të rriturve dhe terapisë qelizore (TCT) Nxjerrja e pacientëve nga spitali - Masat paraprake për t'i mbajtur pacientët të sigurt




Siguria e mjekimit




- Gjithmonë merrini medikamentet saktësisht siç janë përshkruar.
- Kushtojini vëmendje sasisë së çdo medikamenti që duhet të merrni – dozat tuaja mund të ndryshojnë shpesh.
- Mësoni rreth ilaçeve tuaja – duhet të dini për çdo ndërveprim që ilaçet tuaja mund të kenë me ushqime dhe pije të caktuara.
- Rishikoni të gjitha masat parandaluese që vijnë me çdo mjekim.







<p>Kur të telefononi</p>  <p>716-845-1444</p>	<p>Na telefononi nëse keni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • konfuzion, ankth, axhitim ose gjumë të tepruar me vështirësi në zgjim; • ethe 100.4°F ose 38°C; • anoreksi (humbje oreksi), të përziera, të vjella, diarre ose ngërçe barku; • nëse keni rënë; • skuqje të reja, flluska ose mavijosje • dhimbje që nuk kontrollohet me mjekimin e përshkruar • gulçim, kollë që ju zgjon, gulçim i ri ose vështirësi në frymëmarrje kur ngjisni shkallët • Presion të ulët të gjakut - më pak se 95 sistolik (numri kryesor) nëse nuk thuhet ndryshe • Presioni i lartë i gjakut - më i madh se 150 sistolik ose më i madh se 90 diastolik (numri i poshtëm) • rrahjet e zemrës (puls) më pak se 55 ose më i madh se 120 • Sheqeri në gjak më pak se 70 ose më i madh se 260 • plagë në gojë ose dhimbje të forta në gojë • urinë me gjak
<p>Mbajtja e një maske</p> <p>Ju mbron nga mikrobet që shkaktojnë infeksione</p> 	<p>Preferohet maska e verdhë. Ju duhet të mbani një maskë të miratuar kur jeni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • duke udhëtuar për në dhe nga spitali për të paktën 2 javë pas transplantimit të qelizave staminale • në turma • brenda çdo spitali • rreth zonave të ndërtimit kur fryn erë <p>Kur jeni në dyshim, vishni një maskë; ju mbron nga njerëzit që kolliten ose që janë të sëmurë</p>



<p>Higjiena personale</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Bëni dush ose banjë çdo ditë • Ndërroni rrobat çdo ditë • Asnjë piercing dhe asnjë tatuazh për të paktën 100 ditë
<p>Driving</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • No driving for up to 30 days - need TCT physician clearance • You must not drive if you are on a medication that impairs your judgement or alertness
<p>Dieta</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Referojuni broshurës tuaj të dietës me nivel të ulët mikrobik për 100 ditë; • Mishi i gjahut duhet të gatuhet mirë; • Shmangni ujin e shatërvanit; • Përdorni vetëm ujë në shishe nëse udhëtoni në zona rurale ose në vende të tjera ose nëse nuk jeni të sigurt për cilësinë e ujit që po pini; • Të gjitha produktet duhet të lahen mirë para se të hahen. Frutat dhe perimet mund t'i lini në ujë për 2 minuta, më pas i shpëlani tërësisht në ujë të ftohtë. Nuk ka manaferra të freskëta ose të ngrira; • Nuk ka alkool për 100 ditët e para (mund të shkaktojë dëmtim të palcës së kockave ose mëlçisë). Kontrolloni me ekipin klinik se kur mund të pini pije alkoolike.
<p>Uji i pusit</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Uji i pusit që përdoret në shtëpi për të pirë dhe për pastrimin e frutave dhe perimeve duhet të zihet me një valë për 1 minutë, të vendoset në një enë të pastër, të ftohet dhe të mbahet në një enë për 48 orë. Uji i patrajtuar i pusit nuk duhet të konsumohet nga një person që ka pasur transplant autolog. Sipas udhëzimeve të CDC, uji i pusit të trajtuar mund të konsumohet vetëm pas Ditës + 100. Rekomandohet: Osmozë e kundërt, Distilim, madhësia e poreve 1 mikron ose më e vogël (me fjalën Absolute të shkruar në filtër) për trajtimin e ujit të pusit. • Testimi vjetor i ujit të pusit duhet të përbëhet minimalisht nga: Mikroorganizmat (bakteret, viruset dhe parazitë), nitratet, metalet e rënda dhe kimikatet organike.
<p>Ngrënia jashtë</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Tregoni kujdes deri në 3 muaj pas transplantit; • Shmangni sallatat e bareve, bufetë, frutat dhe perimet e papërpunuara, garniturat, pijet nga shatërvanët, shatërvanët e ujit, akullin dhe akulloret e pangrira mirë; • Nëse jeni të pasigurt për kushtet e restorantit, MOS hani atje.
<p>Të qenit vetëm</p> 	<p>Një kujdestar DUHET të jetë i pranishëm 24 orë në ditë deri në 2 javë pas daljes nga spitali</p>

<p>Kafshët shtëpiake/ Kafshët</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Nuk ka kafshë shtëpiake të reja për të paktën 6 muaj • Nuk ka pastrim akuariumi për të paktën 6 muaj • Nuk ka zvarranikë apo amfibë për të paktën 6 muaj • Nuk ka zogj për të paktën 6 muaj • Shmangni kontaktin me feçet, pështymën, urinën dhe lëndë të ngurta të kutisë së jashtëqitjeve për të paktën 6 muaj • Nuk ka kontakt të ngushtë me kafshët e fermës për të paktën 6 muaj; • Asnjë kafshë në shtratin tuaj • Mos e vizitoni kopshtin zoologjik për të paktën 6 muaj. Kontrolloni me ekipin klinik për udhëzime të mëtejshme
<p>Bimët</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Nuk ka lule të thata për të paktën 3 muaj • Nuk ka pemë të gjallë të Krishtlindjes deri në 3 muaj pas TCT • Mos mbillni bimë shtëpie për të paktën 3 muaj • Mos ujitni bimët e shtëpisë për të paktën 3 muaj • Mos gërmoni në papastërti për të paktën 3 muaj • Shmangni hyrjen brenda një sere për të paktën 3 muaj • Nëse keni probleme në mushkëri ose alergji, merrni parasysh heqjen e të gjitha bimëve shtëpiake.
<p>Strehimi</p> 	<p>Ju duhet të keni strehim lokal për të paktën 2 javë pas transplantimit nëse jetoni 45 minuta ose më shumë larg Roswell Park.</p>
<p>Udhëtimi</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Diskutoni me ekipin e TCT përpara se të bëni planet e udhëtimit • Diskutoni udhëtimin me mjekët e TCT për ri-imunizimet/testet e nevojshme • Përdorni vetëm ujë në shishe nëse nuk jeni të sigurt për cilësinë e ujit të pijshëm • Merrni letrën e urgjencës që ju është dhënë në dalje ose në klinikën TCT • Siguroni emrin dhe vendndodhjen e objekteve të duhura të kujdesit shëndetësor aty ku do qëndroni • Rimbushni të gjitha medikamentet dhe recetat të paktën 1 javë para udhëtimit • Ne ju rekomandojmë fuqimisht që të vishni byzylykun tuaj Urgjencë Mjekësore për të njoftuar ofruesit se jeni një pacient i transplantuar
<p>Shkolla/Puna</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Diskutoni të gjitha rreziqet e mundshme të ekspozimit në punë me ekipin tuaj mjekësor; • Shumica e pacientëve kthehen në shkollë/punë deri në ditën e 180-të. Duhet të lirohesh nga mjeku që merr pjesë në TCT; • Kthimi në jetën universitare do të varet nga situata e jetës tuaj dhe duhet të miratohet nga mjeku juaj që merr pjesë në TCT; • Duhet të keni akses në kujdesin shëndetësor brenda 30 minutave.

<p>Intimiteti</p> <p>Ju lutemi diskutoni çdo pyetje me ekipin tuaj mjekësor</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Nëse ende keni nevojë për transfuzion të trombociteve, ju këshillojmë kundër aktivitetit të fortë seksual - ju lutemi kontrolloni me ekipin tuaj mjekësor • Këshillohet lubrifikant • Përdorni prezervativë për të paktën 100 ditë pas transplantimit të qelizave staminale • Mos bëni seks oral për të paktën 100 ditë pas transplantimit të qelizave staminale • Mos u përfshini në asnjë aktivitet që do t'ju vinte në rrezikun e gjakderdhjes • Disa medikamente mund të shkaktojnë defekte të lindjes, ju lutemi diskutoni me ekipin tuaj mjekësor • Procesi i transplantit mund të zvogëlojë interesin tuaj për seks (epsh)
<p>Pirja e duhanit</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Mos pini duhan, mos përdorni marihuanë, vape ose cigare elektronike (e-cigs) – KURRË • Mos përtypni duhan – KURRË • Dëshironi ndihmë për të lënë duhanin? Shërbimi i Trajtimit të Duhanit të Roswell Park mund të punojë me ju për të zhvilluar një plan të përshtatur për lënien e duhanit dhe për të bërë rekomandime për mjekimin. Ata gjithashtu ofrojnë seanca telefonike dhe grupe të vogla për të ofruar mbështetje të vazhdueshme. Telefononi 716-845-1300, Zgjerimi 7851 • Ndhima dhe produktet për lënien e duhanit janë gjithashtu të disponueshme në Linjën e Duhanpirësve të Shtetit të New Yorkut. Faqja e internetit: www.nysmokefree.com Telefoni: 1-866-NY-QUITS (1-866-697-8487)
<p>Hobi</p> 	<p>Ju lutemi mbani mend se mund të mos jeni rikuperuar fizikisht dhe të gjitha aktivitetet që përfshijnë ushtrime mund të jenë të vështira. Të gjitha pajisjet e sigurisë duhet të miratohen nga <u>Komisioni i Sigurisë së Produkteve të Konsumatorit</u> dhe të përdoren kur përfshihen në aktivitetet e duhura.</p> <p>Shembujt përfshijnë: helmetën, dorezat, maskën e frymëmarrjes, këpucët dhe veshjet www.cpsc.gov/en/Safety-Education/Safety-Guides</p>

<p>Në shtëpi</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Të gjitha pajisjet për ngrohjen dhe klimatizimin që përmbajnë pluhur ose papastërti duhet të mirëmbahen nga dikush tjetër përveç pacientit • Duhet të pastrohen kanalet e ajrit të paktën çdo 1 deri në 2 vjet • Duhet të pastrohen/zëvendësohen filtrat të paktën çdo 6-12 muaj • Rekomandohet përdorimi i dehumidifikuesit dhe filtrit HEPA aty ku flini dhe aty ku kaloni pjesën më të madhe të kohës • Përdorni një kondicioner nëse është i disponueshëm dhe përpiquni t'i mbani dritaret të mbyllura gjatë verës për shkak të organizmave të ajrit • Jo lagështues ose aerosole për 3 muaj • Bodrum/papafingo: Mos hyni në një bodrum që ka myk, veçanërisht nëse është i papërfunduar. Sigurohuni që këto zona të jenë pa brejtës dhe parazitë • Stufa: Mos i mbushni ose mirëmbani sobat me pelet, vatrat e zjarrit ose stufat me djegie druri për të paktën 3 muaj • Drutë duhet të ruhen jashtë shtëpisë ose garazhit; Mos u merni me drurin për të paktën 30 ditë.
<p>Punët e shtëpisë</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Lavanderia: Për 30 ditë, trajtoni rrobat e ndotura vetëm kur mbani doreza gome • Është në rregull të palosni rrobat e pastra • Banjo: Mos e pastroni banjën për të paktën 30 ditë pas daljes nga spitali. Pas 30 ditësh, ju lutemi vishni doreza • Fshirja e pluhurit/Fshesa me korrent: Mos fshini pluhurin ose mos përdorni fshesën me korrent për 30 ditë • Përgatitja e ushqimit: Nuk përgatitet ushqimi i papërpunuar pa doreza për të paktën 30 ditë • Larja e enëve/Ngarkimi i pjatallarësës: Vishni doreza gome për të paktën 30 ditë
<p>Aktivitetet jashtë shtëpisë</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Aplikoni krem kundër diellit SPF 30 të paktën çdo 30 minuta nëse jeni jashtë – mund të pësoni djegie nga dielli edhe nëse është me re • Mbani gjithmonë një kapele për të mbrojtur kokën • Blini syze dielli që ju mbrojnë nga 99% – 100% e dritës UVA dhe UVB. Kjo përfshin ato të etiketuara si "UV 400", të cilat bllokojnë të gjitha rrezet e dritës me gjatësi vale deri në 400 nanometra. (Kjo mbulon të gjitha rrezet UVA dhe UVB) • Konsideroni syze dielli mbështjellëse për të parandaluar hyrjen e rrezeve të dëmshme UV rreth kornizës. Syzet e diellit duhet të vihen gjatë gjithë vitit, duke përfshirë edhe kur jeni në makinë • Filtri polarizues në syzet e diellit e bën më të lehtë shikimin dhe rehatinë pa shkëlqim verbues • Vishni veshje që mbulojnë lëkurën tuaj sa më shumë që të jetë e mundur.

<p>Kopshtari, Kujdesi për Barin dhe Prerja e Druve</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Mos gërmoni në papastërri për të paktën 3 muaj • Nuk ka kositje lëndinë ose kopshtari për të paktën 3 muaj • Mos prisni dru për të paktën 3 muaj
<p>Puna në dyqane, punime metalike, zdrukhtari dhe vegla elektrike</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Duhet të vishen pajisjet e sigurisë • Mos bëni asnjë punë dyqani, metali ose zdrukhtari për të paktën 3 muaj • Disa nga medikamentet që merrni mund të ulin vigjilencën tuaj ose të shkaktojnë dridhje, duke rezultuar në lëndime nga mjetet dhe pajisjet. Mos përdorni vegla fuqie për të paktën 3 muaj • Veglat elektrike mund të jenë të rrezikshme
<p>Pajisjet e fermës</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Mos përdorni pajisje bujqësore për të paktën 3 muaj.
<p>Kamping</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Nuk ka kamping deri në 3 muaj • Kur të mund të shkoni për kamping përsëri, tenda ose kampi duhet të pastrohen dhe të hiqet i gjithë myku • Shmangni vatrat e jashtme ose vatrat e brendshme të zjarrit për të paktën 3 muaj
<p>Peshkimi & Gjuetia</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Kur lundroni me varkë, duhet të jeni mjaft afër bregut për të marrë kujdesin shëndetësor brenda 30 minutave për të paktën 3 muaj pas transplantimit të qelizave staminale • Mos hiqni zorrët ose pastroni kafshët, grepat e karremit ose peshqit për të paktën 3 muaj • Mos shkoni në gjueti për të paktën 3 muaj. Kjo mund të jetë e vështirë dhe duhet të diskutohet me mjekun dhe terapistin tuaj fizik përpara se të shkoni • Përdorimi personal i pajisjeve të gjuetisë si armët e zjarrit dhe harqet duhet të ketë miratimin paraprak nga mjeku dhe terapisti fizik
<p>Aktivitetet rekreacionale</p> 	<p>Të gjitha pajisjet e sigurisë duhet të miratohen nga Komisioni i Sigurisë së Produkteve të Konsumatorit dhe të përdoren kur përfshihen në aktivitetet e duhura. Shembujt përfshijnë: helmetën, dorezat, maskën e frymëmarrjes, këpucët dhe veshjet www.cpsc.gov/en/Safety-Education/Safety-Guides</p> <ul style="list-style-type: none"> • Shmangni aktivitetet e mëposhtme për të paktën 100 ditë pas transplantimit të qelizave staminale: ATV, çiklizëm, sporte kontakti, motoçikleta, rrota, skateboard, ski, lëvizje në borë dhe surfing; • Përpara se të merrni pjesë në ndonjë sport kontakti, ju lutemi diskutoni atë me ekipin tuaj mjekësor.

<p>Noti</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Mos notoni me asnjë linjë venoze qendrore, duke përfshirë një linjë PICC. Ju lutemi diskutoni çdo aktivitet që lidhet me ujin me ekipin tuaj mjekësor. • Mos notoni në ujëra natyralë për të paktën 3 muaj pas transplantimit të qelizave staminale. • Nëse notoni në një pishinë publike, provoni të notoni në mëngjes. Pishina duhet të trajtohet gjatë natës për të ulur rrezikun e infeksionit. • Nuk ka vaskë të nxehtë për të paktën 3 muaj. • Është në rregull të përdorni pishinën tuaj, por sigurohuni që ajo të pastrohet siç duhet.
<p>Palestra</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Vizitoni palestrën kur është më pak e mbushur me njerëz. • Kërkoni udhëzime nga terapisti juaj fizik. • Fshini të gjitha pajisjet e palestrës para përdorimit. • Është një ide e mirë të mbani një kuti me peceta duarsh ose foshnjash për pastrimin e gjërave që prekni. • Një stërvitje e butë është në rregull kur trombocitet tuaja janë mbi 20 mijë (20,000). • Një stërvitje me ndikim të lartë është në rregull kur trombocitet janë mbi 50 mijë (50,000).