

Instrucciones de Alta de **Terapia Celular** para Adultos para Terapia de Trasplante y Celular (TCT) - Precauciones para Mantener a los Pacientes Seguros

Seguridad de los Medicamentos

- Siempre tome los medicamentos exactamente según lo prescrito.
- Preste mucha atención a la cantidad de cada medicamento que debe tomar.
- Conozca sus medicamentos – debe conocer las interacciones que sus medicamentos pueden tener con ciertos alimentos y bebidas.
- Revise todas las precauciones que vienen con cada medicamento.

<p>Cuándo Llamar</p>  <p>716-845-1444</p>	<p>Llámenos si tiene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dificultad para respirar, falta de aliento • Confusión – otros dicen que no tiene sentido lo que dice o que simplemente “no está bien” • Fiebre de 100.4 °F/38 °C o más alta o fiebre con frío, escalofríos, dolor de cabeza • Síntomas similares a la gripe • Presión arterial con sistólica (número superior) inferior a 95 o superior a 150; o una diastólica (número inferior) superior a 90 • Frecuencia cardíaca menor de 55 o mayor de 120 • Cambios de coordinación (se le caen cosas), temblores, mareos • Dificultad para hablar, incapaz de pensar en palabras o comunicarse bien, habla arrastrada • Problemas de memoria o concentración • Caídas o dificultad para caminar • Dolor no controlado con medicación • Náuseas, vómitos, diarrea, anorexia (pérdida de apetito) • Orina sanguinolenta • Nueva erupción
<p>Uso de una Máscara</p> <p>Lo protege de los gérmenes que causan infecciones</p> 	<p>La máscara amarilla es preferible. Debe usar una máscara aprobada cuando esté:</p> <ul style="list-style-type: none"> • viajando hacia y desde el hospital durante aproximadamente 4 semanas después de la terapia celular • en multitudes de gentes • dentro de cualquier hospital • alrededor de áreas de construcción cuando hay viento <p>En caso de duda, póngase una máscara; lo protege de las personas que están tosiendo o que están enfermas</p>

<p>Higiene Personal</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Dúchese o báñese todos los días • Cámbiense de ropa todos los días • No se haga perforaciones ni tatuajes durante al menos 100 días
<p>Conducir</p> 	<p>No debe conducir hasta por 8 semanas después de su infusión celular – necesita la autorización de un médico de Roswell Park</p> <ul style="list-style-type: none"> • No debe conducir si está tomando un medicamento que perjudique su criterio o estado de alerta
<p>Dieta</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Consulte el folleto de Dieta Baja en Microbios durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión celular • La carne de caza debe estar bien cocida • La carne tipo “deli” empaquetada comercialmente (cortes fríos) está bien, la carne “deli” del carnicero debe cocerse • Evite los bebederos de agua • Use solo agua embotellada si viaja en áreas rurales o a otros países o si no está seguro de la calidad del agua que está bebiendo • Todos los productos vegetales deben lavarse bien antes de comerlos. Puede remojar las frutas y verduras en agua durante 2 minutos, luego enjuague bien con agua fría. No consuma bayas frescas o congeladas • No beba alcohol durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión celular (puede causar daño a la médula ósea o al hígado). Consulte con el equipo clínico sobre cuándo puede tomar bebidas alcohólicas
<p>Agua de Pozo</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • El agua de pozo utilizada en el hogar para beber y limpiar frutas y verduras debe hervir con hervor durante 1 minuto, colocarse en un recipiente limpio, enfriarse y mantenerse en un recipiente durante 48 horas. El agua del pozo que no ha sido tratada no debe ser consumida por una persona que haya recibido un trasplante autólogo. Según las pautas del CDC, el agua de pozo tratada se puede consumir solo después del día + 100. Se recomienda: Ósmosis Inversa, Destilación, tamaño de poro de 1 micrón o más pequeño (con la palabra Absoluta escrita en el filtro) para el tratamiento de agua de pozo. • Las pruebas anuales de agua de pozo como mínimo deben consistir en: Microorganismos (bacterias, virus y parásitos), nitratos, metales pesados y químicos orgánicos

<p>Salir a Cenar</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Tenga cuidado durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión celular • Evite las barras de ensaladas, los buffets, las frutas y verduras crudas, los aderezos, las bebidas gaseosas de fuente, los bebederos de agua, el hielo y el helado suave • Si no está seguro acerca de las condiciones del restaurante, NO coma allí
<p>Estar Solo</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Un cuidador DEBE estar presente las 24 horas del día durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión celular; esto puede ser aproximadamente 2 semanas después del alta.
<p>Mascotas / Animales</p> 	<p>Durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión de terapia celular</p> <ul style="list-style-type: none"> • No debe adoptar nuevas mascotas • No debe hacer la limpieza del acuario • No debe estar en expuesto a reptiles o anfibios • No debe estar en contacto con aves • Evite el contacto con materia fecal, saliva, orina y materia sólida en la caja de arena • No tenga un contacto cercano con animales de granja • No permita animales en su cama • No visite el zoológico <p>Consulte con el equipo clínico para obtener más orientación</p>
<p>Plantas</p> 	<p>Durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión de terapia celular</p> <ul style="list-style-type: none"> • No tenga flores secas • No tenga un árbol de Navidad vivo • No trasplante plantas de interior • No cave en la tierra • Evite entrar a un invernadero • Si tiene problemas pulmonares o alergias, considere eliminar todas las plantas del hogar
<p>Alojamiento</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Si vive a 45 minutos o más de Roswell Park, debe tener alojamiento local aprobado durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión de terapia celular. Esto es aproximadamente 2 semanas después de ser dado de alta del hospital.

<p>Viajes</p> 	<p>Pase NEXUS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Discuta con su equipo de Roswell Park antes de hacer arreglos de viaje • Discuta el viaje con los médicos de TCT para hacer las re-inmunizaciones / titulaciones que sean necesarias • Use solo agua embotellada si no está seguro de la calidad del agua potable • Lleve consigo la carta de emergencia que se le proporcionó al momento del alta o en su Centro para Pacientes Ambulatorios de Roswell Park • Tenga el nombre y la ubicación de las instalaciones de atención médica adecuados en el lugar de visita • Le recomendamos encarecidamente que siempre lleve consigo su tarjeta billetera de paciente y que la presente a los proveedores de atención médica y que se identifique como paciente de terapia celular
<p>Escuela / Trabajo</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Para regresar al trabajo o la escuela, debe ser autorizado por su médico de Roswell Park
<p>Intimidad</p> <p>Por favor, discuta sus preguntas con su equipo clínico</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Si aún necesita transfusiones de plaquetas, le recomendamos que no realice actividades sexuales enérgicas – por favor consulte con su equipo clínico • Se aconseja lubricante • Use condones durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión celular • No practique sexo oral durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión celular • No realice ninguna actividad que lo ponga en riesgo de sangrado • Ciertos medicamentos pueden causar defectos de nacimiento, consulte a su equipo clínico • El proceso de terapia celular puede disminuir su interés en el sexo (libido)
<p>Fumar</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • No fumar, usar marihuana, vapear o fumar cigarrillos electrónicos (e-cigs) - NUNCA • No masticar tabaco – NUNCA • ¿Quieres ayuda para dejar el tabaco? El Servicio de Tratamiento de Tabaco de Roswell Park puede trabajar con usted para desarrollar un plan personalizado para dejar de fumar y hacer recomendaciones de medicamentos. También ofrecen sesiones telefónicas y en grupos pequeños para brindar apoyo continuo. Llamada 716-845-1300, extensión 7851 • La asistencia para dejar de fumar y los productos también están disponibles en la línea para dejar de fumar de NY State Smokers. Sitio web: www.nysmokefree.com • Teléfono: 1-866-NY-QUITS (1-866-697-8487)

<p>Pasatiempos</p> 	<p>Recuerde que es posible que no se haya recuperado físicamente y que todas las actividades que impliquen ejercicio pueden ser difíciles. Todo el equipo de seguridad debe ser aprobado por la Comisión de Seguridad de Productos al Consumidor y usado cuando se involucra en actividades apropiadas.</p> <p>Los ejemplos incluyen: casco, guantes, mascarilla respiratoria, calzado y ropa www.cpsc.gov/en/Safety-Education/Safety-Guides</p>
<p>En Casa</p> 	<p>Todo el equipo de calefacción y aire acondicionado que contenga polvo o suciedad debe mantenerse por alguien que no sea el paciente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Limpiar los conductos de aire al menos cada 1 a 2 años • Limpiar / reemplazar los filtros al menos cada 6-12 meses • Recomendamos el uso de un deshumidificador y filtro HEPA donde duerme y donde pasa la mayor parte del tiempo • Use un acondicionador de aire si tiene disponible y trate de mantener las ventanas cerradas en el verano debido a los organismos que se encuentran en el aire • Sótano / Ático: No entre en un sótano que tenga moho, especialmente si no está terminado. Asegúrese de que estas áreas estén libres de roedores y alimañas • Estufa: No llene ni mantenga estufas de pellets, chimeneas o estufas de leña durante aproximadamente 4 semanas después de la infusión celular • La leña debe almacenarse fuera de la casa o del garaje. No maneje la leña durante al menos 4 semanas después de la infusión celular
<p>Tareas del Hogar</p> 	<p>Durante cuatro semanas después de la infusión celular</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lavandería: solo maneje la ropa sucia cuando use guantes de goma • Está bien doblar la ropa limpia • Baño: No limpie el baño. Después de 4 semanas, por favor use guantes • Desempolvar / Aspirar: No desempolvar o aspirar • Preparación de alimentos: No preparar alimentos crudos sin guantes • Lavavajillas / Cargar Lavavajillas: Use guantes de goma
<p>Trabajo de Taller, Trabajo con Metales, Carpintería y Herramientas Eléctricas</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Durante al menos 90 días después de la infusión celular • Debe usar equipo de seguridad • No haga ningún trabajo de taller, metal o carpintería • Algunos de los medicamentos que está tomando pueden hacerlo menos alerta o causar temblores, resultando en lesiones a causa de herramientas y equipos. No utilice herramientas eléctricas • Las herramientas eléctricas pueden ser peligrosas

<p>Actividades al Aire Libre</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Aplique el protector solar SPF 30 al menos cada 30 minutos si está al aire libre – usted puede quemarse incluso si está nublado • Siempre use un sombrero para proteger su cabeza • Compre gafas de sol que le protejan del 99 % al 100 % de la luz UVA y UVB. Esto incluye aquellos marcados como "UV 400", que bloquea todos los rayos de luz con longitudes de onda de hasta 400 nanómetros. (Esto cubre todos los rayos UVA y UVB) • Considere lentes de sol envolventes para evitar que los rayos dañinos de UV entren alrededor del marco. Las gafas de sol se deben usar durante todo el año, incluso en el automóvil • El filtro polarizador en las gafas de sol hace que sea más fácil de ver y estar cómodo sin el resplandor cegador • Use ropa que cubra su piel lo más que sea posible
<p>Jardinería, Cuidado del Césped y Cortar Leña</p> 	<p>Durante al menos 90 días después de la infusión celular</p> <ul style="list-style-type: none"> • No cavar en la tierra • No cortar el césped o trabajar en el jardín • No cortar leña
<p>Equipo Agrícola</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • No utilice equipo agrícola por lo menos 90 días después de la infusión celular
<p>Camping</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • No acampar durante al menos 90 días después de la infusión celular • Cuando pueda acampar de nuevo, debe limpiar la carpa o la caravana y quitar todo el moho • Evite las chimeneas o fogatas de aire libre
<p>Pesca y Caza</p> 	<p>Durante al menos 90 días después de la infusión celular</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuando navegue, permanezca lo suficientemente cerca de la orilla para recibir cuidado dentro de 30 minutos • No destripe ni limpie animales, cebe anzuelos o limpie pescado • No cace, ya que le puede ser agotador (hable con su médico y fisioterapeuta antes de ir) • Debe contar con la aprobación de su médico y fisioterapeuta de Roswell Park antes de poder usar equipo de caza como armas de fuego y arcos

<p>Actividades Recreativas</p> 	<p>Todo el equipo de seguridad debe ser aprobado por la Comisión de Seguridad de Productos al Consumidor y usado cuando se involucre en actividades apropiadas. Los ejemplos incluyen: casco, guantes, mascarilla respiratoria, calzado y ropa www.cpsc.gov/en/Safety-Education/Safety-Guides</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evite las siguientes actividades durante al menos 90 días después de la terapia celular: vehículos todo terreno, ciclismo, deportes de contacto, motocicletas, patinaje, monopatines, esquí, motonieve y surf • Antes de participar en cualquier deporte de contacto, por favor discútalos con su médico de Roswell Park
<p>Nadar</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • No nade con ninguna vía venosa central colocada, incluso un catéter PICC. Por favor discuta cualquier actividad relacionada con el agua* con su médico de Roswell Park (*actividades como buceo, surf y esquí acuático) • No nade en masas naturales de agua durante al menos 90 días después de su terapia celular • Si usted nada en una piscina pública, trate de nadar en la mañana. La piscina debiera ser tratada durante la noche para disminuir el riesgo de infección • No use una bañera de hidromasaje por al menos 90 días después de su terapia celular • Está bien usar su propia piscina, pero asegúrese de que se limpió correctamente
<p>Gimnasio</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Asista al gimnasio cuando haya menos gente • Busque orientación de su fisioterapeuta • Limpie todo el equipo del gimnasio antes de usarlo. Es una buena idea llevar una caja de toallitas húmedas para manos o de bebés para limpiar las cosas que toque • Un entrenamiento suave está bien cuando sus plaquetas están por encima de 20 mil (20,000) • Un entrenamiento de alto impacto está bien cuando las plaquetas están por encima de 50 mil (50,000)