

ALIMENTAZIONE

L'alimentazione è un aspetto importante per le persone con basse difese immunitarie. Per limitare il verificarsi di possibili infezioni alimenti-correlati è importante evitare qualsiasi tipo di cibo crudo, frutta non sbucciabile e frutta secca. È importante cuocere accuratamente gli alimenti e consumarli poco dopo la cottura. Evitare assolutamente l'uso di alcool e limitare l'utilizzo di bevande gassate e contenenti caffeina. Di seguito riportiamo alcuni esempi:

CIBI CONSENTITI	CIBI NON CONSENTITI
TUTTI I CIBI CONFEZIONATI (MEGLIO MONODOSE)	TUTTI I CIBI NON CONFEZIONATI
PASTA O RISO	CARNE E PESCE CRUDI O POCO COTTI
PROSCIUTTO COTTO	SALUMI E INSACCATI
CRACKERS, PANE O GRISSINI	UOVA CRUDE E ALLA COQUE
PARMIGIANO REGGIANO O GRANA PADANO	CROSTACEI E MOLLUSCHI
UOVA SODE	FORMAGGI FRESCHI O CON MUFFA
LEGUMI	LATTE NON PASTORIZZATO
GELATI CONFEZIONATI	MAIONESE, SALSA TONNATA, INSALATA RUSSA
MARMELLATE E SUCCHI DI FRUTTA	CONSERVE SOTT'OLIO, SOTT'ACETO O SOTTO SALE
FRUTTA E VERDURA IN SCATOLA	FOCACCIA E DOLCI ARTIGIANALI
ALIMENTI COTTI A VAPORE O CON FORNO ELETTRICO	ACQUA DEL RUBINETTO
	CAFFE'
	ALIMENTI FRITTI O CON SOFFRITTO
	FUNGHI

MANIFESTAZIONI CLINICHE

Tra le manifestazioni cliniche più comuni che possono verificarsi segnaliamo:

- FEBBRE
- ASTENIA
- NAUSEA E VOMITO
- MUCOSITE

Durante il periodo di degenza potrebbero comparire alcune di queste manifestazioni cliniche, non esiti a chiedere più informazioni e chiarimenti al personale di assistenza.

SUPPORTO PSICOLOGICO

La lungodegenza in camera sterile può comportare alcune difficoltà di adattamento nel gestire il periodo di allontanamento dall'ambiente affettivo familiare. Può intervenire anche un senso di noia e di solitudine, dovuto alle condizioni di isolamento e di ritiro relazionale.

Tutta l'equipe del Centro Trapianti collabora e supporta tali reazioni emotive ma, in caso di evidenti sintomi ansioso-depressivi, consiglia la richiesta di uno o più colloqui psicologici di supporto presso la camera di degenza che lei stesso/a può richiedere al suo infermiere o medico di riferimento.

Il supporto psicologico può essere gratuitamente attivato anche a favore dei familiari: in tal caso verrà effettuato presso gli ambulatori psicologici presenti al piano meno 1 della Clinica Ematologica.

*«Coraggio non significa avere la forza di andare avanti, ma di andare avanti quando non si ha forza»
T. Roosevelt*

Sistema Socio Sanitario



Regione Lombardia

ASST Monza

INFORMAZIONI UTILI PER LA DEGENZA IN CENTRO TRAPIANTI (CTA)



RIFERIMENTI

TELEFONO INFERMIERI TRAPIANTO: 039 233 2392

TELEFONO COORDINATORE INFERMIERISTICO: 039 233 3437/8

STANZA DI DEGENZA



La stanza è dotata di un sistema di filtraggio dell'aria a pressione positiva con filtri HEPA (High Efficiency Particulate Air) per ridurre significativamente la presenza di microrganismi negli ambienti: per questo è necessario mantenere porte e finestre sempre chiuse.

L'accesso alla stanza è preceduto da una zona filtro.

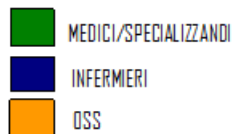
La stanza è dotata di un sistema di videosorveglianza con impianto televisivo a circuito chiuso collegato a monitor esterni.: ciò consente di assicurare costante monitoraggio e un pronto intervento del personale sanitario in caso di necessità. All'interno della stanza vi sono:

- un letto elettrico e un comodino con frigorifero
- una poltrona
- un tavolo
- un armadietto
- la televisione
- WI-FI
- un bagno indipendente

Non sarà possibile uscire dalla stanza al fine di garantire l'isolamento precauzionale.

EQUIPE

All'interno del reparto operano diverse figure. Per agevolare il loro riconoscimento riportiamo di fianco una legenda codice-colore.



ACCESSI VENOSI E GESTIONE

All'inizio del ricovero viene posizionato un catetere venoso centrale (CVC). Un tubicino lungo circa 50-70 cm di materiale biocompatibile inserito in una grossa vena di grosso calibro fino alla prossimità dell'atrio destro. Oltre all'infusione delle cellule staminali è utilizzato per l'infusione della chemioterapia, terapia infusiva di supporto ma anche trasfusioni di emocomponenti. Dopo il posizionamento sarà eseguita una radiografia del torace per verificarne il corretto posizionamento.

Il punto di uscita del CVC è coperto con una medicazione che viene sostituita ogni 7 giorni o in alcuni casi prima, qualora l'infermiere lo ritenga necessario. Può comportarsi normalmente, lavarsi e fare la doccia con l'accortezza di evitare possibili trazionamenti.



ROUTINE GIORNATA TIPO

- 7.30: PRELIEVI
- 8.00: COLAZIONE
- 9.00: RIFACIMENTO LETTI E PULIZIA CAMERA

Durante queste procedure indossi la mascherina per evitare di inalare polveri.

Se la terapia lo permette, le infusioni vengono interrotte per consentire di dedicarsi all'igiene personale.

Nel corso della mattinata segue la visita medica e l'eventuale esecuzione di procedure diagnostiche terapeutiche.

I parametri vitali vengono monitorati almeno una volta per turno con particolare attenzione alla rilevazione della temperatura e del peso.

Durante la giornata è importante mantenersi attivi e non rimanere costantemente a letto.

Nella stanza è disponibile una cyclette, qualora volesse fare esercizio fisico.

L'orario indicativo dei pasti è: alle 12.00 il pranzo e alle 18.30 la cena.

ROUTINE GIORNATA TRAPIANTO

La giornata del trapianto si svolge inizialmente come una giornata tipo fatta eccezione per i pasti: infatti, è consigliabile mantenere il digiuno per il pasto antecedente al trapianto. Il tutto si svolge all'interno della sua stanza di degenza con una procedura simile ad una trasfusione di sangue e con una durata variabile in base al tipo di trapianto.

COSA SI PUO' PORTARE IN STANZA

- LIBRI (confezionati nella plastica)
 - CIBI CONFEZIONATI E MONODOSE
 - TABLET E CELLULARI (previa disinfezione)
 - INDUMENTI PULITI (confezionati in sacchetti richiudibili)
- I vostri parenti possono comunque portare cambi puliti ed oggetti consentiti consegnandoli al personale preferibilmente nel pomeriggio.

IGIENE

Per la propria igiene personale è consigliabile avere:

- SPAZZOLINO NUOVO A SETOLE MORBIDE.
- In reparto le viene consegnato un collutorio antimicrobico e antimicotico da utilizzare dopo i pasti principali.
- DETERGENTI PER IGIENE PERSONALE
- ASCIUGAMANI
- RASOIO ELETTRICO per la barba (NO LAMETTE!)
- INDUMENTI PREFERIBILMENTE IN COTONE

È consigliabile eseguire quotidianamente la doccia con detergenti delicati, soprattutto in corrispondenza delle giornate di chemioterapia, in quanto alcuni residui dei farmaci vengono eliminati attraverso la sudorazione.

