



Hospital  
Universitario  
**Fundación  
Jiménez Díaz**



## **Hospital de Día** **Guía de Pacientes** **onco hematológicos**

**Horario: 8:00 a 22.00 h. de Lunes a Viernes**



### **Teléfonos**

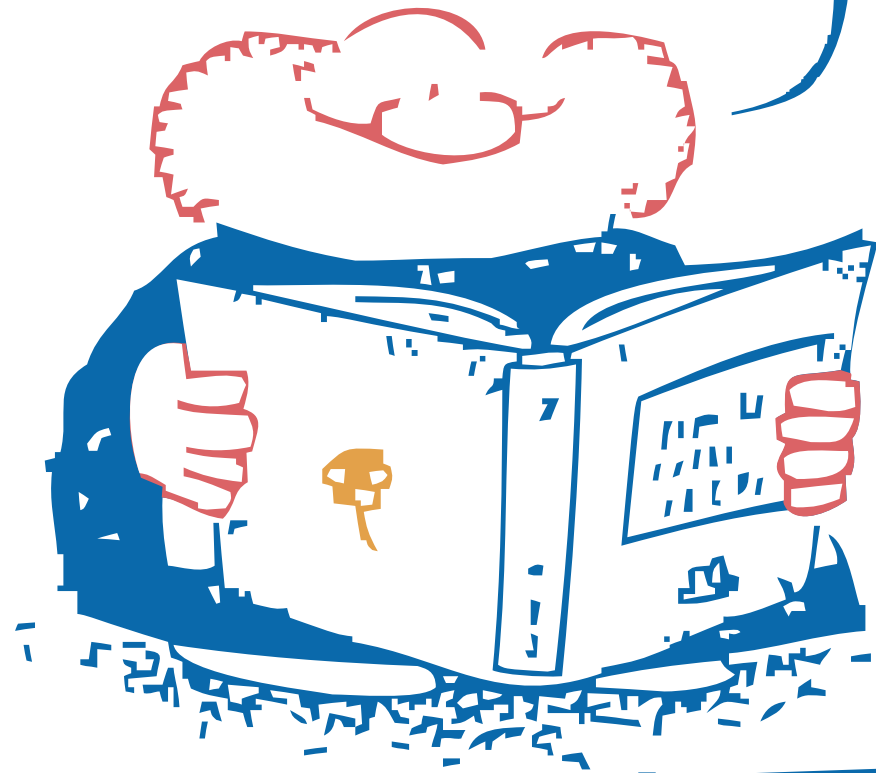
**Directo 91 550 48 81**

**Centralita 91 550 48 00 Ext. 3520 - 2541**

**Avenida de los Reyes Católicos, 2**  
**28040 Madrid**  
**Tel. 91 550 48 00**

[www.fjd.es](http://www.fjd.es)

En qué consiste la  
quimioterapia



## **Hospital de Día**

### **Guía de Pacientes onco hematológicos**

## ¿Qué es la Quimioterapia?

- Se denomina quimioterapia a la utilización de unos fármacos específicos con la función de destruir las células malignas del organismo, pudiendo afectar también a las células sanas. Cada persona reacciona de forma diferente ante ellos.
- La elección del fármaco o fármacos, depende fundamentalmente de las características de la enfermedad que padezca. **Las dosis se han calculado especialmente para usted.**

## ¿Cuánto dura la sesión de Quimioterapia?



- La duración varía en función del tipo de tratamiento, y puede oscilar entre 30 minutos para los más cortos y 6 - 8 horas para los más largos.
- Ocasionalmente requieren ingresar para recibir infusiones intravenosas mucho más prolongadas.
- Finalizada la administración de los fármacos y dependiendo de cómo se encuentre, podrá reincorporarse a su vida cotidiana o precisará un período variable de reposo en su domicilio.

## ¿Dónde se administra la Quimioterapia?

- Actualmente, todos los tratamientos se administran en régimen ambulatorio, en los Hospitales de Día. Sólo se ingresa al paciente en el hospital para los tratamientos de alto riesgo o de duración muy prolongada.

## Consejos

- Sea estricto con su higiene. Dúchese diariamente. No tenga las manos sucias en ningún momento. Debe ser riguroso en la limpieza de las zonas genito-urinarias.
- Evite los rasguños, cortes y heridas.
- Evite el contacto con personas con enfermedades infecto-ontagiosas (gripe, sarampión, catarro, etc...).
- Utilice un cepillo blando de dientes.
- Evite la exposición al sol.
- No se aplique perfume, after-shave, colonia o cualquier otro producto que contenga alcohol.
- Vigile la aparición de cualquier hematoma o mancha roja en la piel, heces negras o rojas, o pequeñas hemorragias por nariz o encías.
- Evite cualquier deporte o actividad física en la que pueda sufrir heridas o contusiones.
- Evite largos desplazamientos en coche, tren o avión después de la quimioterapia.
- Tenga un ambiente agradable en casa, sin luces deslumbrantes, que esté bien ventilada y que la calefacción en invierno no sea muy potente.
- Evite las bebidas alcohólicas.
- Durante el tiempo que dure el tratamiento, no se aplique ni ingiera ninguna medicación sin autorización de su médico.
- Si desea quedarse embarazada hable con su especialista.



## ¿Cómo cuido mi pelo?

- Algunos pacientes pierden el pelo durante los primeros días de la terapia y otros después de varios ciclos de terapia.
- Generalmente el pelo vuelve a crecer cuando se termina el tratamiento.
- Puede optar por dejarse el cuero cabelludo al aire o cubrirlo con un pañuelo o una peluca. Utilice lo que le haga sentir mas cómodo.

### Le recomendamos:

- Dormir con almohadas blandas.
  - Utilizar peines anchos.
  - Utilizar champú suave y aplícalo sin frotar el cuero cabelludo.
  - El secador no debe tener una temperatura demasiado alta.
  - Evitar tintes, rulos y permanentes.
- La pérdida de pelo puede afectar también a otras áreas de su cuerpo como el pecho, los brazos, piernas, cejas y pubis.

## ¿Puedo mantener relaciones sexuales durante el tratamiento?

- Si, siempre que su estado general se lo permita pero debe evitar el embarazo (o el de su pareja) durante la duración del tratamiento y un tiempo posterior, la terapia puede provocar defectos congénitos en el feto.
- En algunos casos puede provocar una situación de esterilidad permanente o temporal. También puede haber una disminución o ausencia de deseo sexual, incapacidad de tener una erección o un orgasmo, sequedad vaginal, dolor durante el coito..., que suelen mejorar al terminar la terapia.

### Antes de comenzar el tratamiento consulte a su médico:

- La posibilidad de congelar el semen o los óvulos.
- La utilización de métodos anticonceptivos.
- La utilización de lubricantes vaginales durante las relaciones sexuales.

Una comunicación fluida con la pareja puede ayudar a mejorar las relaciones sexuales. El deseo está en todas partes.

## ¿Cómo se administra la Quimioterapia?

- La quimioterapia puede administrarse por distintas vías: Intravenosa, oral, intratecal (en el líquido cefalorraquídeo), intramuscular, subcutánea e intraca-vitaria (en la pleura, el peritoneo, etc...). El empleo de una u otra vía dependerá del tipo de enfermedad, de su localización y de los fármacos empleados.

## ¿Me va a doler el tratamiento?

### Cuando le estemos introduciendo el fármaco por vena, puede notar:

- Dolor local por la punción de dicha vena.
- Sensación de calor o quemazón durante el tiempo que le esté pasando el fármaco.
- Entumecimiento y hormigueo en los dedos de las manos y pies.
- Molestias musculares.
- Reacción alérgica a los fármacos.

### El personal sanitario encargado de la administración del tratamiento controlará estas situaciones.

## ¿Puedo tener fiebre?

- La quimioterapia puede reducir apreciablemente el número de glóbulos blancos en su cuerpo. Estos son la defensa natural del cuerpo contra la infección.
- Una fiebre, puede ser una señal de que su cuerpo tiene una infección. Por tanto, cuando tenga fiebre de mas de 38,5°C. no espere a ver que pasa, comuníquesele a su médico y siga sus consejos. En caso de no poder localizarle, acuda al servicio de urgencias con los informes que posea.

**DE TODAS FORMAS PUEDE QUE USTED NO EXPERIMENTE NINGUNA DE ESTAS SITUACIONES QUE LE HEMOS DESCRITO.**

**Hospital de Día**  
**Guía de Pacientes onco hematológicos**

## Estoy cansado ¿Cómo puedo vencerlo?

- Disminuya las actividades que supongan un gran esfuerzo para usted y continúe con las que le hagan sentir mejor.
- Aprenda a mantener su propio ritmo. Realice tareas a un ritmo cómodo.
- Descanse lo suficiente, pero no excesivamente. Cuanto más descansa más cansado se sentirá. Procure estar menos tiempo echado y más tiempo sentado, de pie o incluso andando. Es mejor introducir cortos periodos de descanso.
- Pida ayuda si lo necesita. Seguro que sus amigos y familiares estarán encantados de ayudarle.
- Mantenga su mente ocupada. Reúnase con amigos, vea películas, lea y escuche música.
- Coma bien y beba abundantes líquidos. Los cereales, las verduras, legumbres, frutas y alimentos ricos en hierro, pueden ayudarle a mantener su nivel de energía.
- Hable con su médico si se siente excesivamente cansado.



## ¿Puedo prevenir las náuseas y los vómitos? ¿Cómo?

- Enjuáguese la boca frecuentemente para evitar el mal sabor.
- No tome comidas fuertes o picantes.
- Use ropa suelta que no le oprima la cintura.
- Tome pequeños sorbos de líquidos una hora antes y una hora después de las comidas.
- Las galletitas saladas o tostadas le ayudarán a calmar las alteraciones gástricas.
- Ingiera los alimentos templados o fríos.
- Procure que los alimentos sean blandos, se masticarán y tragarán más fácilmente.
- Utilice los platos de la vajilla de tamaño reducido, así conseguirá no angustiarse ante la comida.
- Manténgase alejado de los olores que le disgusten.
- Si le aparecen úlceras en la boca, hable con su médico