



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

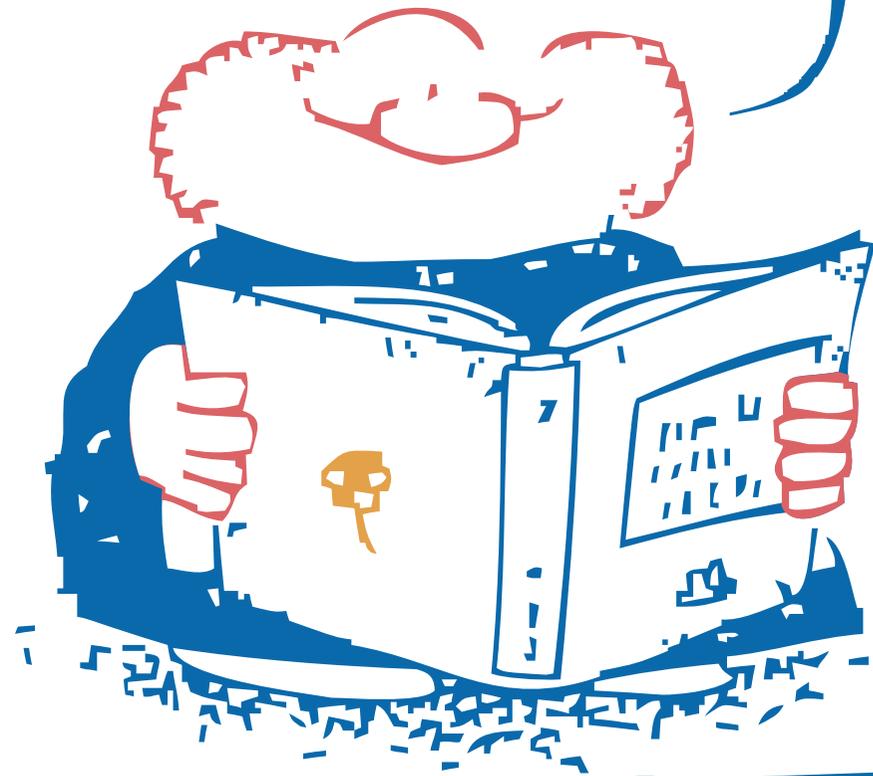
Directo 91 550 48 81

Centralita 91 550 48 00 Ext. 3520 - 2541

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

www.fjd.es

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 más 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?

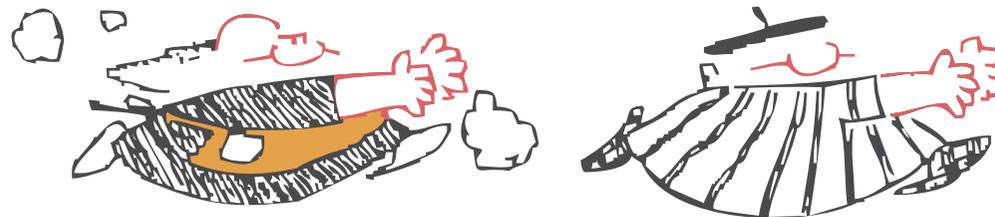
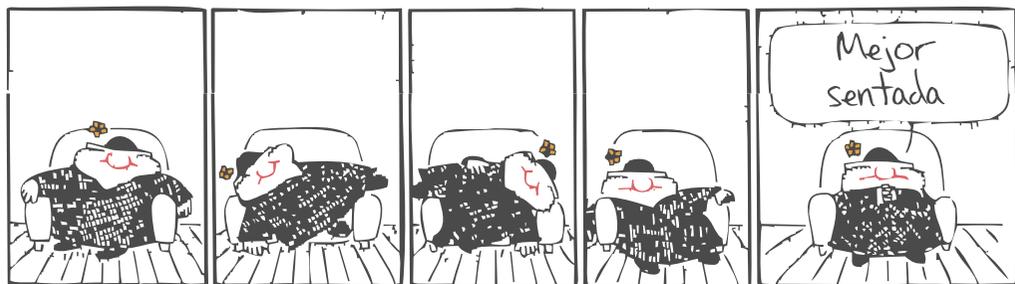
- La quimioterapia puede reducir apreciablemente el número de glóbulos blancos en su cuerpo. Estos son la defensa natural del cuerpo contra la infección.
- Una fiebre, puede ser una señal de que su cuerpo tiene una infección. Por tanto, cuando tenga fiebre de más de 38,5°C. no espere a ver que pasa, comuníquese 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