

Informationsbroschüre für Patienten mit autologer Stammzelltransplantation



Hämatologisch-Onkologische Gemeinschaftspraxis
am Bethanien-Krankenhaus

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
1. Stammzelltransplantation.....	4
1.1 Was sind Stammzellen?	4
1.2 Der Therapieablauf – von der Apherese bis zur Entlassung.....	5
2. Nebenwirkungen.....	7
2.1 Übelkeit und Erbrechen	7
2.2 Mundschleimhautentzündungen.....	7
2.3 Durchfall und Verstopfung	8
2.4 Infektanfälligkeit.....	8
2.5 Blutungsgefahr	9
3. Wichtige Laborparameter.....	10
4. Leukopenie / Neutropenie.....	11
5. Umkehrisolation / protektive Isolation	12
6. Verhaltensregeln Patienten.....	13
6.1 Persönliche Hygiene.....	13
6.2 Essen und Trinken.....	13
6.3 Medikamente.....	14
6.4 Freizeitgestaltung	15
7. Verhaltensregeln Angehörige/ Besucher	16
8. MERKBLATT BESUCHER	17
9. Zeit nach der Stammzelltransplantation / Entlassung nach Hause	18
PERSÖNLICHE NOTIZEN:.....	20
Wichtige Telefonnummern:.....	21
Wichtige Adressen:.....	21

Vorwort

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

im Namen des gesamten Teams möchten wir Sie herzlich begrüßen.

In den folgenden Wochen werden Sie eine sogenannte „Stammzelltransplantation“ erhalten. Hierzu haben Sie sicherlich Fragen, und wir hoffen, Ihnen mit dieser Broschüre im Vorfeld der stationären Aufnahme einen Einblick in die kommende Zeit und die wichtigsten Informationen zu bieten.

In Zusammenarbeit mit Patienten und Angehörigen, den Transplantationsbeauftragten der Hämatologisch-Onkologischen Gemeinschaftspraxis am Bethanien-Krankenhaus sowie dem Pflegepersonal der Station 34 im Bethanien Krankenhaus, wurde diese Informationsbroschüre erstellt.

In den folgenden Kapiteln werden Sie Informationen zum Ablauf der Therapie, aber auch Erläuterungen zu Laborwerten, Hygienemaßnahmen und Medikamenten erhalten.

Im Anschluss an den Inhalt steht Ihnen Platz für eigene Notizen zur Verfügung.

Keinesfalls soll und wird diese Broschüre als Ersatz für das ärztliche und / oder pflegerische (Aufklärungs-) Gespräch dienen.

Bitte verstehen sie diese als Informationsergänzung und nutzen Sie sie als „Nachschlagewerk“.

Bitte wenden Sie sich jederzeit mit Ihren Fragen, Ängsten und Problemen an uns.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt auf unserer Station und einen guten Verlauf Ihrer Therapie.

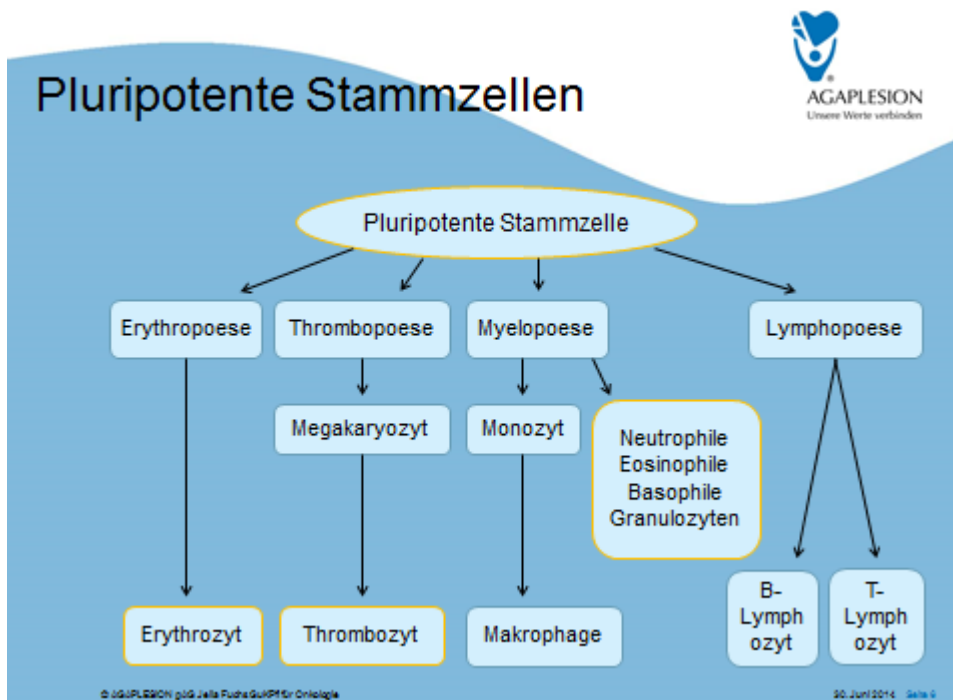
Für das gesamte pflegerische Team der Station 34:

Gesundheits- und Krankenpflegerin für Onkologie und Palliative Care Frau Jella Fuchs
sowie die Hämatologisch-Onkologischen Gemeinschaftspraxis am Bethanien-Krankenhaus

Anmerkung der Autorin: Zur besseren Lesbarkeit werden geschlechterneutral die Begriffe „Patient“, „Pflegekraft“ und „Arzt“ verwendet.

1. Stammzelltransplantation

1.1 Was sind Stammzellen?



Stammzellen werden im Knochenmark produziert und befinden sich auch zu einem kleinen Teil im Blut.

Sie können als Vorläuferzellen betrachtet werden, aus denen alle Zellen des Blutes entstehen können. Sie sind also pluripotent (lateinisch *plus* „mehr“ und *potentia* „Vermögen, Kraft“).

Stammzellen erneuern sich immer wieder neu und können eingefroren und haltbar gemacht werden. Werden sie wieder aufgetaut, sind sie voll funktionsfähig und siedeln sich auch wieder im Knochenmark an.

Außerdem besitzen Stammzellen eine hohe Teilungsrate, dadurch können aus EINER einzigen Stammzelle über mehrere Zwischenschritte bis zu 1 MILLIONEN neue, fertige Blutzellen entstehen!

Erkennen kann man die Stammzellen an einer Oberflächenstruktur, dem sogenannten CD-34 Oberflächen-Antigen. Hiernach wird auch labortechnisch gesucht, wenn es um den Zeitpunkt der Apherese geht (siehe Kapitel 2.2.).

1.2 Der Therapieablauf – von der Apherese bis zur Entlassung

Zur sogenannten **Apherese** (griechisch „wegnehmen“) werden Sie das erste Mal auf der onkologischen Station unseres Hauses aufgenommen. Ihnen wird der CD-34 Marker in unserem Labor oder auf Station durch unsere Ärzte abgenommen und an den Blutspendedienst am Universitätsklinikum versandt. Dort wird geprüft, ob eine ausreichende Anzahl der Stammzellen im Blut vorhanden ist und somit abgesammelt werden kann (Richtwert 2×10^6 CD 34-Zellen kg/KG).

Sollten Sie genug Zellen gesammelt haben, erhält die Station am Abend, gegen 18 Uhr, vom Blutspendedienst eine Benachrichtigung und Sie werden am nächsten Morgen (gegen 7 Uhr) mit einem Krankentransport zum Blutspendedienst gefahren. Dort werden die benötigten Zellen aus Ihrem Blut herausgefiltert und in einem speziellen Beutel gesammelt. Während der Sammlung erhalten Sie ein Frühstück und ein Mittagessen.

Unter Umständen werden dafür mehrere solcher „Sitzungen“ benötigt, was bedeutet, dass Sie vielleicht mehrere Tage hintereinander zum Blutspendedienst fahren müssen. Damit die Blutzellen gesammelt werden können, müssen Sie zuvor einen großlumigen, intravenösen Zugang erhalten. Je nach der Beschaffenheit Ihrer Blutgefäße (Venen), die vom Stationsarzt bei Aufnahme beurteilt wird, ist es gegebenenfalls von Nöten, Ihnen einen zentralen, intravenösen Zugang durch unsere Anästhesie legen zu lassen. Dieser wird nach erfolgreicher Apherese sofort entfernt und es bleiben in der Regel keine Narben zurück. Die Entlassung erfolgt dann in der Regel am nächsten Tag.

Ihre Stammzellen werden bis zur Rücktransfusion durch den Blutspendedienst aufbereitet, tiefgefroren und am Tag der Transplantation auf Station geliefert.

Das nächste Mal auf Station aufgenommen werden Sie in ca. 12-14 Tagen. In der Zwischenzeit erfolgt ein Termin bei Ihrem behandelnden Onkologen, der Ihnen die nun folgende Prozedere erläutern wird.

Beim nächsten Aufenthalt erhalten Sie dann die Hochdosischemotherapie, die mehrere Tage in Anspruch nimmt und dazu dient, eventuell noch vorhandene Reste von Tumorzellen zu vernichten, und um ausreichend Platz im Knochenmark zur Ansiedelung der Stammzellen zu schaffen (sogenannte **Konditionierungsphase**).

Im direkten Anschluss an Ihre Chemotherapie erhalten Sie am sogenannten „Tag 0“, die im Vorfeld gesammelten Stammzellen zurücktransfundiert. Hierzu werden die Konserven einem Behälter mit flüssigem Stickstoff entnommen und aufgetaut. Währenddessen erhalten Sie über eine Infusion Flüssigkeit und Medikamente, die einer allergischen Reaktion und etwaiger Übelkeit, beides hervorgerufen durch das beigemengte Konservierungsmittel, entgegenwirken sollen.

In den nun folgenden Tagen siedeln die Stammzellen sich in Ihrer Knochenmark an. Durch die hohe Dosis der Chemotherapie-Medikamente treten im Verlauf allerdings auch Nebenwirkungen auf, die im Kapitel 3 näher erläutert werden. Unter anderem kommt es zum Abfall aller Blutwerte (Hämoglobin (rote Blutkörperchen), Thrombozyten (Blutplättchen) und der Leukozyten (weiße Blutkörperchen)), was zur Folge hat, dass Ihre Immunabwehr drastisch sinkt und Sie durch eine Umkehrisolation vor krankheitserregenden Keimen geschützt werden müssen. Einhergehend mit dem Abfall der Werte, werden Sie allerdings auch einen Leistungsknick, Müdigkeit und Schlappeheit an sich bemerken.

Die Phase der sogenannten **Aplasie** (altgriechisch „Nicht-Ausbildung“), in der sich also noch keine neuen Blutzellen aus den Stammzellen formen, dauert ein paar Tage und es erfolgt die erneute Gabe von Granocyte als Spritze, die Sie noch aus der Vorbereitungsphase zur Stammzelltransplantation kennen. Dies bewirkt eine vermehrte Ausreifung der Stammzellen und verkürzt somit die Phase bis sich Ihr Blutsystem regeneriert.

Am Ende erholen sich Ihre Blutwerte wieder und die Nebenwirkungen der Hochdosis-Chemotherapie klingen ab. Dies werden Sie auch Ihrem Befinden feststellen. Bleiben Ihre Werte und Ihr Befinden auf einem, für den Arzt zufriedenstellendem Niveau, steht einer **Entlassung** in den nächsten Tagen nichts im Wege.

2. Nebenwirkungen

Wie schon bereits erwähnt, birgt die hohe Dosis der Chemotherapie das Risiko, verstärkt Nebenwirkung hervorzurufen. Und auch wenn diese Beschwerden von Ihnen sicherlich als große Einschränkung Ihrer Lebensqualität und Ihres Wohlbefindens empfunden werden, so weisen Sie den Arzt und das Pflegepersonal doch auf das Ansprechen des Körpers auf die Therapie hin.

Natürlich erhalten Sie von ärztlicher und pflegerischer Seite alle möglichen Maßnahmen, um diesen Beschwerden entgegenzuwirken. Jedoch kann es dennoch zu Übelkeit, Durchfall oder Mundschleimhautentzündungen kommen.

Wodurch diese entstehen, und welche Maßnahmen (medikamentös, wie auch ergänzend) erhoben werden, wird im Folgenden erläutert:

Die meisten Nebenwirkungen einer Chemotherapie ergeben sich daraus, dass diese Zellgifte auf alle sich schnell teilenden Zellen einwirken, gut wie bösartig, und diese zerstören. Zu diesen gehören, neben dem eigentlichen Ziel, der Tumorzelle, auch die Zellen der Schleimhäute des Magen-Darm-Trakts, des Mundes, die Haarzellen und die Blutzellen.

2.1 Übelkeit und Erbrechen

Durch die Chemotherapie werden die Schleimhäute der Speiseröhre und des Magens gereizt und zerstört, was zu Störungen der Nahrungsverarbeitung führt und Übelkeit bis hin zum Erbrechen auslösen kann.

Bitte geben Sie dem Pflegepersonal zeitnah Bescheid, wenn Übelkeit und/ oder Erbrechen auftreten oder wenn Ihr Appetit aufgrund von Übelkeit nachlassen sollte.

2.2 Mundschleimhautentzündungen

Hierfür verantwortlich ist die Reizung und Zerstörung der Schleimhautzellen im Mund und an der Zunge, bis hin in den oberen Teil der Speiseröhre.

Mundschleimhautentzündungen schmerzen häufig und sind Eintrittspforten für Erreger. Bitte führen Sie auch weiterhin die Mund- und Zahnpflege sorgfältig durch.

Das Pflegepersonal hilft Ihnen, die Mundhygiene an Ihre derzeitige Situation anzupassen (Anpassen Hygieneartikel / Mundspüllösungen etc.).

2.3 Durchfall und Verstopfung

Durchfall entsteht durch die Reizung und Zerstörung der für die Verdauung wichtigen Schleimhaut des Darms. An ihr sitzen mikroskopische Strukturen, die dem Körper helfen, wichtige Nährstoffe aus der Nahrung zu filtern. Ferner wird dem Nahrungsbrei Wasser entzogen und er wird eingedickt. Kann dies nicht mehr ungehindert geschehen, kommt es zum Durchfall.

Die Verstopfung hingegen, die Sie vielleicht an sich beobachten werden, hat mannigfaltige Gründe: Zunächst einmal fehlt Ihnen und Ihrem Körper die gewohnte Bewegung und auch die gewohnte Nahrung (z.B. der Kaffee am Morgen). Ein weiterer Grund kann die psychische Belastung sein, die die Therapie mit sich bringt oder auch die Therapie selbst (hier v.a. die Medikamente gegen Chemotherapiebedingte Übelkeit).

Bitte teilen Sie dem Pflegepersonal mit, sollten sich Ihre Stuhlgewohnheiten und dessen Konsistenz verändern.

2.4 Infektanfälligkeit

Durch die vorangegangene Chemotherapie ist Ihr blutbildendes System in Mitleidenschaft gezogen worden. Die wichtigen Zellen, wie z.B. die Abwehrzellen sind größtenteils zerstört und noch nicht wieder neu gebildet worden. Hierdurch haben Sie eventuellen Krankheitserregern nichts entgegenzusetzen und es droht die Gefahr, dass Sie sich eine Infektion zuziehen. Um dies zu vermeiden, werden Sie vom Pflegepersonal in ein Einzelzimmer verlegt und es müssen verschiedene Maßnahmen ergriffen werden, sowohl von Personalseite, als auch von Ihrer Seite aus, die Ihnen helfen, die Zeit dieser hohen Ansteckungsgefahr gut zu überstehen (Lesen Sie hierzu auch Kapitel 5 bis 8).

Bitte teilen Sie dem Pflegepersonal der Station unverzüglich mit, falls Sie sich fieberig oder in anderer Weise unwohl fühlen!

2.5 Blutungsgefahr

Nicht nur Ihre Abwehrkräfte sind durch die Chemotherapie geschwächt worden, auch Ihr Blutfarbstoff (Hämoglobin) und ihre Blutgerinnung, sind betroffen. Sollten Sie blaue Flecken (Hämatome), kleine Hauteinblutungen (Petechien), Nasen- oder Zahnfleischblutungen, oder auch, im selten Fall, Blutbeimengungen im Stuhl bei sich feststellen, melden Sie dies bitte dem Pflegepersonal!

Alle oben aufgeführten Nebenwirkungen sind **vorrübergehend** und die Symptome werden im Laufe Ihrer Zeit wieder verschwinden.

Wichtig für Ihre optimale Versorgung (pflegerisch wie medizinisch), ist auch Ihre Mitarbeit! Teilen Sie dem Pflegepersonal jegliche Veränderung mit. Stellen Sie alle Fragen, die Sie zum Ablauf Ihrer Therapie haben und erbitten Sie unsere Hilfe, wenn Sie diese benötigen.

Um die oben genannten Symptome zu behandeln, stehen uns Medikamente und Maßnahmen zur Verfügung, die bei rechtzeitiger Anwendung schnell Linderung bringen.

Zudem bekommen Sie im Rahmen Ihrer Routinemedikation ebenfalls **Medikamente**, die Infekten und Übelkeit, sowie Mundschleimhautentzündungen vorbeugen sollen. Bitte **nehmen Sie diese gewissenhaft ein** und melden Sie sich unverzüglich beim Pflegepersonal, wenn Ihnen das Schlucken der Tabletten oder die Anwendung der Mundspüllösungen nicht mehr möglich ist. Unser Pflegeteam wird Ihnen gern Alternativen unterbreiten.

3. Wichtige Laborparameter

In diesem Kapitel möchten wir Ihnen die wichtigsten Laborwerte erläutern. Hierdurch soll Ihnen verdeutlicht werden, warum die täglichen Blutentnahmen so wichtig für uns und für Ihre Genesung sind. Die Werte geben Ihrem Arzt Aufschluss darüber, ob die Therapie anspricht, über deren Verlauf und die Erholung Ihres Organismus. Ferner kann der Arzt ersehen, ob eine Infektion besteht, auch wenn Sie keinerlei Anzeichen dafür zeigen. Und er erhält Informationen darüber, ob Ihnen wichtige Blutbestandteile fehlen.

Leukozyten (altgriechisch *leukos* „weiß“ und altgriechisch *kytos* „Hülle“) = Abwehrzellen/ weiße Blutkörperchen. Hier gibt es viele Untergruppen, die jeweils spezifische Aufgaben bei der Abwehr von Infektionen und der Bekämpfungen von Entzündungen übernehmen (Lesen Sie hierzu auch Kapitel 5).

Thrombozyten (altgriechisch *thrombos* „Klumpen“) = Blutplättchen

Diese Zellen sind für die Blutgerinnung wichtig. Sie bilden u.a. ein natürliches „Wundpflaster“ und helfen Blutungsquellen im Körper zu verschließen.

Hämoglobin (griechisch *haima* „Blut“ und lateinisch *globus* „Kugel“) = Blutfarbstoff/ rote Blutkörperchen. Diese Zellen sind für den Sauerstofftransport zu den Organen, Muskeln und anderen Geweben zuständig.

CRP = C-reaktives Protein = Entzündungsparameter

Mit Hilfe dieses Wertes (neben dem Leukozytenwert und anderen) kann Ihr Arzt feststellen, ob ein entzündlicher Prozess oder eine Infektion besteht

Kreatinin = Nierenfunktionswert

Dieser Wert gibt dem Arzt Aufschluss darüber, wie gut Ihre Nieren arbeiten und Giftstoffe filtern.

Natrium = Kochsalz

Dieser Mineralstoff ist wichtig für Muskeln und Nervenzellen und die Arbeit der Nieren.

Kalium

Dieser Blutbestandteil ist wichtig bei der Arbeit des Herzens und dem Zellwachstum. Auch bei der Regulation des Blutdrucks spielt er eine wichtige Rolle.

Calcium

Dieses Element ist ebenso wie das Natrium wichtig für die Arbeit von Muskel- und Nervenfasern und spielt eine Rolle bei der Zellteilung.

4. Leukopenie / Neutropenie

Wie im vorangegangenen Kapitel bereits besprochen, sind die Leukozyten eine Gruppe von Zellen, die Ihrem Körper helfen Entzündungen und Infektionen zu bekämpfen. Normalwerte beim Gesunden sind hierbei Werte um die 4.000-10.000/ μl // 4-10/ nl. Bei einer Entzündung sind diese Werte deutlich erhöht.

Aufgrund der erfolgten hochdosierten Chemotherapie, werden Ihre Werte in diesem Bereich jedoch abfallen. Ab einem Wert von $\leq 1.000/\mu\text{l}$ werden Sie umkehrisoliert. Ab diesem Zeitpunkt verfügt Ihr Körper nicht mehr über genug Reserven, um sich allein gegen Bakterien, Parasiten und Viren zur Wehr zu setzen. Aus diesem Grund werden verschiedene Maßnahmen zu Ihrem Schutz unternommen (Näheres hierzu entnehmen Sie bitte dem Kapitel 6).

5. Umkehrisolation / protektive Isolation

Nun ist es soweit: Ihre Werte sind so stark gesunken, dass Ihr behandelnder Onkologe die Unterbringung in einem Einzelzimmer zu Ihrem Schutz (daher auch der Name protektive Isolation (lateinisch *protectio* „Schutz“) angeordnet hat. Mit dieser Maßnahme sollen Sie gegen Erreger von außen so gut wie möglich geschützt werden (Personal, Luft, Mitpatienten, Angehörige/ Besucher, Nahrung). Allerdings muss der Vollständigkeit halber gesagt werden, dass jeder Mensch auch Keime in sich trägt, die der Körper unter normalen Voraussetzungen im Gleichgewicht hält. Fällt die körpereigene Abwehr aber aus, so können sich diese Erreger ungehindert vermehren und dem Organismus schaden. Es kommt zu Entzündungen und Infektionen. Um dies zu verhindern, erhalten Sie bereits seit einigen Tagen Antibiotika und ein Virostatikum. Die Einnahme dieser Medikamente hilft Ihrem Körper die Abwehr aufrecht zu erhalten.

Mit dem Umzug kommen auch einige Änderungen im Alltag auf Station auf Sie zu: Die **Tür** muss ab sofort **geschlossen** bleiben, **ebenso** wie das **Fenster**. Ein **Verlassen** des **Zimmers** ist für Sie **nicht mehr möglich**. Auch das ungehinderte Lüften, besonders im Sommer, kann nicht mehr gestattet werden.

Von außen wird durch das Pflegepersonal ein Warnschild an die Tür angebracht, welches Besucher darauf hinweist, dass **hygienische Schutzmaßnahmen vor Betreten des Zimmers** zu ergreifen sind (Lesen Sie hierzu Kapitel 7). Auch Ihre Kostform wird umgestellt. Ab sofort erhalten Sie nur noch sogenannte **keimarme Kost** und Getränke in Flaschen, bzw. Thermoskannen (Lesen Sie hierzu Kapitel 6).

Unsere Reinigungskraft wird Ihr Zimmer als erstes auf Ihrem Rundgang über Station putzen, um eine Keimverschleppung durch bereits verunreinigtes Putzwasser zu vermeiden.

Das Personal wird Ihr Zimmer ab diesem Zeitpunkt nur noch mit Handschuhen, Schutzkittel und Mundschutz betreten.

Sie werden vom Pflegepersonal täglich mit **frischen Handtüchern und Waschlappen** versorgt. Spätestens jeden 2. Tag erfolgt der komplette Tausch der **Bettwäsche**.

Alle vom Pflegepersonal benötigten Utensilien werden in Ihr Zimmer gebracht (Blutdruckgerät, Thermometer, Blutentnahmetablett, Abwurf, Dokumentationsmappe, Desinfektionsmittel u.v.a.).

Auch ein Heimfahrrad wird Ihnen zu Verfügung gestellt. Dieser ist allerdings nur einmal auf Station vorhanden, ist also nur bedingt verfügbar. **Alle bekannten pflegerischen und medizinischen Maßnahmen wie Verbandwechsel, Visite usw. erfolgen im üblichen Umfang.**

6. Verhaltensregeln Patienten

Wie bereits in den vorherigen Kapiteln angesprochen, ist Ihr Mitwirken an der Therapie ein wichtiger Bestandteil für den Erfolg Ihrer Therapie.

Zu diesem Zweck haben wir Ihnen im folgenden Kapitel die wichtigsten Maßnahmen und Richtlinien, die Sie beachten müssen, zusammengestellt.

6.1 Persönliche Hygiene

Bitten achten Sie, besonders während der Phase der erhöhten Infektanfälligkeit, verstärkt auf Ihre persönliche Hygiene.

Dies beinhaltet das **tägliche** Waschen oder Abduschen (ab Brusthöhe) des Körpers. Bitte verwenden Sie hierbei eigene Pflegeutensilien oder die Waschlotion im Spender.

Besonderes Augenmerk gilt hier der Intimpflege! Sollte diese durch gereizte Haut schmerzhaft sein, werden Ihnen als Alternative Pflegetücher zur Verfügung gestellt. Halten Sie ihre Haut mit einer Pflegelotion geschmeidig, da Schäden hier Eintrittspforten für Keime sein können. Diese wird Ihnen gerne durch die Station zur Verfügung gestellt.

Die **Zahnpflege** (auch Prothesen) sollte **2x täglich** erfolgen. Spülen Sie Ihre Zahnbürste **vor und nach** Benutzung mit **heißem** Wasser ab und lassen Sie sie mit dem Kopf nach oben an der Luft trocknen. Die bereitgestellten **Mundspüllösungen** verwenden Sie bitte **4x täglich** (siehe Punkt 7.3.).

Bitte achten Sie bei der Körperpflege auf neu aufgetretene Hautveränderungen oder Zahnfleisch- oder Nasenbluten. Melden Sie diese bitte dem Pflegepersonal!

Für die tägliche Pflege erhalten Sie Handtücher und Waschlappen, die jeden Morgen von ausgetauscht werden.

Bitte bekleiden Sie sich jeden Tag mit frischer Unterwäsche.

6.2 Essen und Trinken

Wie Sie vielleicht bereits festgestellt haben, können Sie nicht mehr alles bestellen, bzw. erhalten die Kostform „keimarm“.

Was bedeutet das?

Keimarm bedeutet für Sie, dass alle Speisen **durchgegart** sein müssen (auch die Beilagen!). Rohkost, frisches Obst, Nüsse und Käse mit Schimmelkulturen (Camembert, Gorgonzola etc.) sind zur Zeit nicht erlaubt, da die Gefahr der Belastung mit Keimen, Pilzen und anderen Erregern zu hoch ist. Obst und Gemüse kann jedoch in Form von **Mus, Püree oder gedämpft** zu sich genommen werden.

Auch der Verzehr von rohem Schinken, rohem Fisch oder Salami sollte vermieden oder zumindest stark eingeschränkt werden.

Säfte sollten mit Wasser **verdünnt und zügig aufgebraucht** werden. Getränke wie Wasser und Tee erhalten Sie ab sofort in Flaschenform bzw. in Thermoskannen.

Joghurt und andere Milchprodukte dürfen verzehrt werden, wenn sie in der Herstellung erhitzt wurden. Bitte **vermeiden Sie probiotische Produkte**, da diese lebende Organismen enthalten, die unter Umständen bei gestörter Immunabwehr Infektionen hervorrufen können!

Haben Sie Lust auf Hausmannskost oder Gerichte, die unsere Küche nicht anbietet, können Sie sich diese **gerne von zu Hause** mitbringen lassen, oder über einen **Lieferservice** bestellen (Flyer können über das Pflegepersonal bezogen werden). Mitgebrachte Speisen können in unserer Patientenmikrowelle erwärmt werden.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass die mitgebrachten oder bestellten Speisen dennoch auf ihre Verträglichkeit geprüft werden müssen. Geben Sie der Station also rechtzeitig vorher Bescheid, so dass die Mitarbeiter Ihnen gegebenenfalls schon vor Ihrer Bestellung beratend zur Seite stehen können!

Auch die Möglichkeit **Wassereis** zu erhalten, steht Ihnen zur Verfügung. Bitte sprechen Sie das Pflorgeteam hierauf an.

6.3 Medikamente

Im Rahmen Ihrer Therapie erhalten Sie bereits mehrere Medikamente, die, wie bereits angesprochen, dazu dienen, Sie vor Infektionen zu schützen und Übelkeit nicht aufkommen zu lassen. Hierzu zählen:

Ciprobay	Antibiotikum
Aciclovir	Virostatikum (lateinisch <i>virus</i> „Gift, Saft, Schleim“ und griechisch <i>stasis</i> „Stillstand“)
Pantozol	Magenschutzmittel gegen Übelkeit und zur besseren Verträglichkeit der Medikamente und Nahrung
MCP	Antiemetikum (griechisch <i>anti</i> „gegen“ und <i>emesis</i> „Erbrechen“)
Diverse Infusionslösungen (1000 bis 2000ml)	Gabe von Mineralstoffen (siehe Kapitel 4) und Unterstützung der Nierenfunktion (Ausschwemmen der Zytostatika und Abfallprodukte des Körpers)

6.4 Freizeitgestaltung

In der kommenden Zeit werden Sie sich zunehmend schwächer fühlen. Hierdurch und durch die protektive Isolation, wird die Möglichkeit einer eigenen Freizeitgestaltung eingeschränkt. Nehmen Sie sich ausreichend Lektüre mit oder lassen Sie sich **Bücher, Zeitungen oder Zeitschriften** mitbringen. Ferner bietet unsere Station eine umfangreiche **Bibliothek**, in der Sie stöbern und sich eindecken dürfen. Auch Hörbücher können eine Abwechslung zu **Fernsehen und Radio** bringen.

Gerne können Sie auch einen tragbaren **DVD-Player** beim Personal ausleihen, mit dem Sie Ihre Lieblingsfilme in Ruhe genießen können.

Handy, Laptop, Tablet oder sonstige elektronische Kleingeräte können ebenfalls mit ins Krankenhaus und auch in die anschließende Isolation mitgenommen werden.

WLAN steht Ihnen während des Aufenthaltes **kostenfrei** zur Verfügung.

Zur körperlichen Betätigung steht ein **Heimfahrrad** bereit, welches Sie optional während Ihres Aufenthaltes nutzen können. Nach Möglichkeit erhalten Sie den Hometrainer auch während der Isolationsphase in Ihr Zimmer. Benutzen Sie ihn entsprechend Ihrer Leistungsfähigkeit ohne (oder mit) Widerstand für ca. 2-3 Mal à 10- 15 Minuten täglich.

Verausgaben Sie sich hierbei bitte nicht!

Ihr Körper profitiert zwar von der körperlichen Anstrengung und es wurde bewiesen, dass die Therapie vom Organismus besser vertragen und eine schnellere Erholung erreicht wird, jedoch benötigt er auch Ruhephasen, um die Strapazen der Hochdosis-Therapie auszugleichen.

7. Verhaltensregeln Angehörige/ Besucher

Natürlich können Sie auch während Ihrem Aufenthalt in der Isolation Besucher empfangen. Durch die besonderen Gegebenheiten, ist uneingeschränkter Besuch allerdings nicht mehr möglich.

Wir möchten Sie bitten, dass **keine Kinder unter 11 Jahren** Sie besuchen.

Aufgrund von Platzgründen und aus hygienetechnischen Gründen, sind **nicht mehr als 2** Besucher **gleichzeitig** in Ihrem Zimmer gestattet.

Gerne dürfen Ihnen Ihre Angehörigen Kleidung, Pflegeutensilien, Bücher etc. und auch Speisen und Getränke mitbringen. Bitte haben Sie und Ihre Angehörigen dafür Verständnis, dass die **mitgebrachten Gegenstände zuvor** auf deren Unbedenklichkeit für Sie **kontrolliert** werden müssen.

Anbei finden Sie ein **Merkblatt**, welches Sie Ihren Angehörigen aushändigen können, damit diese es vor dem Besuch noch einmal durchlesen können.

8. MERKBLATT BESUCHER

Liebe Besucher,

damit Ihr Besuch bei Ihrem Angehörigen so reibungslos wie möglich ablaufen kann, haben wir, das Pfl egeteam der Station 34, Ihnen ein paar Tipps und Regeln aufgelistet, die Sie beachten sollten, wenn Sie Ihren nächsten Besuch auf Station planen.

3. Besuchszeiten sind ganztägig.
4. Bitte **nicht mehr als 2 Personen gleichzeitig** im Zimmer!
5. Bitte sehen Sie davon ab, Kinder unter 11 Jahren mit zu Besuch zu bringen!
6. **Vor dem Betreten des Zimmers wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal!** Wir sind Ihnen beim Ankleiden und den Hygienemaßnahmen gerne behilflich.
7. Bitte lassen Sie **Ihren Mantel/ Ihre Jacke im Vorzimmer** an den dortigen Kleiderhaken hängen!
8. Bitte behalten Sie Ihren **Mundschutz und den Kittel, sowie die Handschuhe** den gesamten Aufenthalt an und verlassen Sie das Zimmer nur nachdem Sie sich im Vorzimmer der Schutzkleidung entledigt haben!
9. Beim erneuten Betreten des Zimmers kleiden Sie sich bitte neu ein!
10. **Mitgebrachte Speisen und Getränke** müssen **vorher dem Pflegepersonal gezeigt werden!** Nach Möglichkeit besprechen Sie sich bereits im Vorfeld mit uns, um unnötige Wege für Sie zu vermeiden.
11. Gerichte sollten nach Möglichkeit in **mikrowellengeeignetem Geschirr** mitgebracht werden, damit sie in der Patientenküche erwärmt werden können.
12. Bei allen Fragen steht Ihnen gern das Pfl egeteam der Station zur Verfügung. Sie können uns vor Ihrem Besuch auch gerne hierfür anrufen: 069/4608-251.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Besuchszeit mit Ihrem Angehörigen.

Ihr Team der Station 34/ Bethanien Krankenhaus Frankfurt am Main

9. Zeit nach der Stammzelltransplantation / Entlassung nach Hause

Die größte Hürde ist nun genommen, Ihre Werte steigen wieder und die Entlassung ist in greifbare Nähe gerückt. In der Regel werden Sie entlassen, wenn der Arzt Ihren körperliche Verfassung und Ihre Laborwerte als stabil beurteilt.

Die letzten Wochen waren für Ihren Körper eine große Belastung und Sie haben selbst kleinere oder größere Einschränkungen erleben und erdulden müssen.

Doch auch wenn nun die Blutwerte wieder in Richtung normal gehen, benötigt Ihr Körper noch Zeit, bis er wieder voll belastbar ist.

Um Ihnen hierbei zu helfen, besteht die Möglichkeit einer Anschlussheilbehandlung oder einer Reha.

Fragen Sie hierzu Ihren behandelnden Onkologen und/ oder unsere Mitarbeiterin vom Sozialdienst. Diese kann durch das Pflegepersonal auf Station bestellt werden. Sie können Sie ferner telefonisch auch schon im Vorfeld und nach Entlassung unter 069/4608-302 erreichen.

Wenn das Wort Entlassung nach so langem stationären Aufenthalt fällt, kommen Ihnen bestimmt viele Fragen in den Sinn. Bitte zögern Sie nicht, uns diese zu stellen.

Im Vorfeld haben wir hier schon einmal ein paar Informationen zu den wichtigsten Themen zusammengestellt:

- Bei Entlassung erhalten Sie einen **Arztbrief für Ihren Hausarzt**.
- Wenn Sie **Kopien von Befunden, Rezepte oder eine Kopie des Arztbriefes** benötigen, **teilen Sie uns dies bitte rechtzeitig mit**, damit diese Unterlagen bei Entlassung vorliegen.
- Ferner erhalten Sie zusammen mit Ihren Unterlagen einen **Termin** in der onkologischen Gemeinschaftspraxis **bei Ihrem behandelnden Onkologen** zur Nachsorge.
- Diese Informationsbroschüre dürfen Sie gerne mit nach Hause nehmen.
- **Meiden** Sie zu Hause bitte **große Menschenansammlungen** (Einkauf am Samstag, Einkaufszentren, Konzerte, Stadien, Kino, aber auch die Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln) bis zum nächsten Arzttermin bei Ihrem Onkologen. Er wird mit Ihnen dann das weitere Prozedere besprechen.

- Bitte **meiden** Sie ebenfalls **Gartenarbeit**.
- Schränken Sie den **Kontakt zu Kindern bis 11 Jahren** ein und setzen Sie hierbei einen **Mundschutz** auf (in der Apotheke erhältlich, ca. 3€/ 50 Stck.)
- Auch den **Kontakt zu Haustieren** sollten Sie **einschränken**.
- **Waschen** Sie sich **nach Kontakt** gründlich die **Hände** und führen Sie für unterwegs immer ein **Desinfektionsspray oder -gel** mit sich (im Drogeriemarkt erhältlich).
- In der Ernährung besteht keine Einschränkung mehr, sofern Ihnen bei Entlassung seitens des Arztes nichts anderes mitgeteilt wird.
- Planen Sie im Alltag immer wieder Ruhephasen ein.

Wichtige Telefonnummern:

Bethanien Krankenhaus

Im Prüfling 21-25, 60389 Frankfurt am Main

Station 34 (24 Stunden am Tag besetzt):

069/4608-251

Hämatologisch-Onkologischen Gemeinschaftspraxis am Bethanien-Krankenhaus

Im Prüfling 17-19, 60389 Frankfurt

Sprechstunde: Montag- bis Freitag 8 Uhr bis 12:30 Uhr

Montag, Dienstag, Donnerstag 14 Uhr bis 17 Uhr

069/45 10 80

Wichtige Adressen:

- Deutsche Krebshilfe e.V.
Buschstraße 32, 53113 Bonn
Zentrale: 0228/72990-0 (Montag bis Freitag 8 Uhr bis 17 Uhr)
Informationsdienst: 0228/72990-95 (Montag bis Freitag 8 Uhr bis 17 Uhr)
Fax: 0228/72990-11
Email: deutsche@krebshilfe.de
Internetadresse: www.krebshilfe.de

Hierüber können kostenlos der blaue Ratgeber bezogen werden.

- KID – Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums
Telefon: 0800/42 03 04 0 (kostenlos aus dem deutschen Festnetz, täglich 8 Uhr bis 20 Uhr)
Email krebsinformationsdienst@dkfz.de
Internetadresse www.krebsinformationsdienst.de
- Deutsche Krebsgesellschaft e.V.
TiergartenTower/ Straße des 17.Juni 106-108, 10623 Berlin
Telefon: 030/322 93 29 0
Fax: 030/322 93 29 66
Email: service@krebsgesellschaft.de
Internetadresse: www.krebsgesellschaft.de