

PATIENTINFORMATION
**Infektionskänslighet i samband med
hematologisk behandling**



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN



Region Halland

Infektionskänslighet i samband med hematologisk behandling

Informationen ska vara en vägledning för dig och dina närstående. Är det något du undrar över - tveka inte att fråga personalen!

Inledning

Immunförsvaret skyddar oss mot bakterier och virus. En del av immunförsvaret består av vita blodkroppar – leukocyter.

Vid hematologisk sjukdom är dina vita blodkroppar påverkade både av din sjukdom och den behandling du erhållit vilket leder till att de minskar i antal och funktion. Detta i sin tur gör att du blir infektionskänslig.

Det finns många olika mikroorganismer omkring oss och flera finns naturligt på vår hud och i våra tarmar. När vi mår bra och är friska gör dessa mikroorganismer ingen skada. Många är tvärtom nyttiga. Men en del mikroorganismer kan dock ge dig infektioner när ditt immunförsvar är nedsatt.

Olika förebyggande rutiner kan minska denna infektionsrisk. En viktig princip för att undvika infektioner är en god munhygien och att bevara huden hel. Då hindrar man bakterier och andra mikroorganismer att orsakar en infektion.

Vårdas du på sjukhus är du i behov av extra skyddsåtgärder (enligt lokala rutiner) mot smitta från medpatienter, personal och besökande.

Trots alla restriktioner, tänk på att närhet med närstående är viktigt. Ni får gärna krama och pussa varandra.

Vad kan jag göra för att minska risken för infektioner?

För att minska de bakterier som du själv bär på ska du:

- Duscha dagligen med mild tvål
- För underlivshygien - använd gärna tvättolja (typ ACO cleansing oil) eller oljebaserad intimtval, t.ex. Dekubal, Essex eller Locobase
- Byt underkläder varje dag och använd rena kläder
- Vara noggrann med din munhygien (se endan)
- Tvätta händerna med tvål och vatten; när du kommer in och har varit utomhus, innan du ska laga mat, innan du ska äta och efter toalettbesök.

Skadad hud och sår blir lätt en ingång för bakterier som kan ge dig infektioner:

- Håll därför din hud mjuk och smidig. Använd hudkräm till kroppen och cerat till dina läppar
- Undvik vassa föremål att peta med vid nagelvård eller att klippa naglarna för långt ner
- Var försiktig med att peta dig i näsan och att rensa öronen
- Använd inetofflor för att undvika att du slår i tår eller trampar på något vasst
- När du ska raka dig använd rakapparat istället för rakhyvel

Infektionskänslighet i samband med hematologisk behandling

För att minska komplikationer från munnen ska du:

- Borsta tänderna 2 ggr/dag med mjuk tandborste och mild tandkräm (t.ex. Salutem eller Zendium)
- Rengöra mellan tänderna. Använd individuellt anpassade hjälpmedel som t.ex mellanrumsborste, *Gums soft pics* eller tandtråd.
- **OBS!** vid låga trombocyter ($<30 \times 10^9$) ska du rengöra mellan tänderna extra försiktigt med tanke på rik för blödning. Kontakta din kontaktsjuksköterska eller läkare om det inte slutar blöda.
- För lindring av tillfällig smärta i munnen finns olika preparat att tillgå. Fråga din kontaktsjuksköterska eller läkare.

För att förhindra sår eller infektioner runt ändtarmen:

- Använd mjukt toalettpapper
- Tvätta med mild tvål och smörj med mjukgörande salva runt ändtarmsöppningen efter varje gång du haft avföring
- Det är viktigt att du berättar för personalen om du blir lös i magen eller förstoppad
- Använd inte rektaltermometer. Mät temperaturen i öra, mun eller armhåla.

Finns det andra saker jag ska tänka på under den tid som jag är infektionskänslig?

- Var uppmärksam på en eventuell infektion, frossa och feber. Kontakta alltid din behandlande enhet vid feber $\geq 38^\circ$ och/eller frossa.
- Umgås gärna med familj, vänner och bekanta som tidigare, men undvik stora folksamlingar, och människor som bär på infektioner t.ex. förkylning, influensa eller vattkoppor.

Infektionskänslighet i samband med hematologisk behandling

- Om du ska använda kollektiva färdmedel eller gå i affärer undvik då att göra detta vid rusningstid.
- Var gärna ute och gå promenader. Det är bra med fysisk aktivitet. För råd kring fysisk aktivitet fråga din kontaktsjuksköterska eller läkare.
- För frågor kring mat och dryck, läs *Maten hemma vid nedsatt immunförsvar*.
- Om du har husdjur (t.ex. hund eller katt) så får du gärna kela med dem. Låt någon annan tömma kattlådan.
- Ska du ut och resa prata med din kontaktsjuksköterska eller behandlande läkare.
- Du kan ha sex om lusten finns men tänk på att skydda dig. För mer information kring sex och samlevnad finns dessa broschyrer att läsa: *Sex och samlevnad i samband med behandling av blodsjukdom* (www.sesaminfo.se) eller *Om sex och cancer* (www.cancerfonden.se).
- Har du frågor eller problem så kontakta din behandlande enhet. Tänk på att hellre ringa en gång för mycket än en gång för lite.

Materialet är framtaget av Regional Omvårdnadsgrupp Hematologi, RCC väst i samråd med Patient och närstående perspektivrådet, RCC Väst, Blodsjukas förening i Väst och Blodsjukas förening i Skaraborg. Denna folder är reviderad av Regional Omvårdnadsgrupp hematologi oktober 2020, rev 3.