

## **MÓDULO 3**

# **INFORMACIÓN PARA DESPUÉS DEL ALTA HOSPITALARIA**

- I. ¿Qué es la Atención Ambulatoria?**
- II. Preguntas Más Frecuentes**
- III. Medicamentos para el Transplante**
- IV. Sugerencias e Información Útiles**

**Apéndice**  
**Información sobre Transplante Alogénico**  
**Medicamentos para el Transplante Alogénico**

## INFORMACIÓN PARA DESPUÉS DEL ALTA HOSPITALARIA

### I. ¿QUÉ ES LA ATENCIÓN AMBULATORIA?

A partir de que usted haya sido dado de alta de la unidad de pacientes internos de BMT, tendrá una cita diaria en la Clínica de Atención Ambulatoria o de Pacientes Externos. Su primera cita se hará el día en que usted sea dado de alta.

Cuando llegue a la Clínica de Pacientes Externos una enfermera la hará una evaluación física, tomará sus signos vitales, lo pesará y tomará muestras de sangre. La enfermera revisará sus medicamentos diariamente.

Por favor lleve consigo todos sus medicamentos a la clínica diariamente. Recuerdo tomar las dosis de medicamento programadas mientras esté en la clínica.

El tiempo requerido para estas visitas diarias depende de su estado y lo determina su doctor. Las visitas a la clínica pueden durar de una a ocho horas, dependiendo de su tratamiento.

Si necesita una transfusión de sangre o líquidos intravenosos, puede esperar que su visita será larga. El espacio de la clínica es limitado, por lo que pedimos a los visitantes que esperen en el área de espera para familiares en el 8º piso.

Por favor no llegue antes de tiempo a su cita, a menos que esté enfermo y requiera atención inmediata. Se atiende a los pacientes a la hora de su cita. Llegar antes de tiempo significa tener que esperar más tiempo. Llegar tarde puede hacer que a usted no lo vea su doctor.

*Sin embargo, llame si es inevitable que usted llegue demasiado temprano o tarde, para poder hacer algún arreglo alternativo.*

Usted no podrá manejar sino hasta que se lo autorice su doctor. Hasta ese momento, la persona que lo cuida debe acompañarlo a la clínica y de regreso.

Podemos sellarle su boleto de estacionamiento todos los días.

Contamos con un refrigerador, por si usted quiere traer su almuerzo o un refrigerio. Es difícil regular la temperatura ambiente en la clínica, por lo que le recomendamos que se abrigue y se ponga con varias capas de ropa.

Por favor no use perfume ni traiga alimentos con un olor muy fuerte a la clínica, por consideración a las personas que no se sientan bien.

Asegúrese de escribir las preguntas o dudas que quiera comentar con una enfermera o doctor. Es importante que informe al doctor o la enfermera de cualquier problema que tenga – aunque a usted le parezca algo usual.

No tome ningún medicamento que no le haya prescrito su médico de trasplante de médula ósea. Esto incluye todos los medicamentos que se venden sin una receta médica.

Su médico de trasplante de médula ósea decidirá cuándo puede usted regresar con su oncólogo para continuar su atención y cuándo puede irse del área de San Antonio, si usted no vive aquí. Por favor siéntase en libertad para comentar cualquier inquietud con el personal de la clínica.

**¡NO SE VAYA DEL ÁREA DE LA CLÍNICA SIN ANTES HABER REGISTRADO SU SALIDA EN EL ESCRITORIO DE CITAS!**

### **MEDICAMENTOS Y PREGUNTAS**

---

---



## INFORMACIÓN PARA DESPUÉS DEL ALTA HOSPITALARIA

### II. PREGUNTAS MÁS FRECUENTES

#### **¿QUÉ HAGO SI TENGO QUE HABLAR CON UN DOCTOR DESPUÉS DE HABER SIDO DADO DE ALTA?**

Después del horario de oficina, llame a la Unidad de Transplante de Médula Ósea al 210-575-4890. *EN CASO DE EMERGENCIA, VAYA A LA SALA DE URGENCIAS DE METHODIST HOSPITAL Y PÍDALES QUE LOCALICEN A SU MÉDICO DE TRANSPLANTE DE MÉDULA ÓSEA.*

Para localizar a su doctor de trasplantes durante el horario de oficina, llame a la Clínica de Pacientes Externos al 210-575-3817.

#### **¿CUÁNDO DEBO LLAMAR AL DOCTOR UNA VEZ QUE HE SIDO DADO DE ALTA?**

Llame a su doctor o a la Unidad de Transplante de Médula Ósea o a la Clínica de Pacientes Externos en caso de ocurrirle cualquiera de los siguientes:

- **CUALQUIER SANGRADO.**
- Fiebre de 101.5° o más, o varios días con una temperatura entre 99° y 101.5°.
- Cualquier signo o síntoma de infección.
- Vómito, diarrea o estreñimiento por más de dos días.
- Falta de aire o algún otro tipo de dificultad para respirar.
- Tos que dure más de un día.
- Úlceras o llagas en la boca, dolor de garganta o dificultad para tragar.
- Dolor al orinar o evacuar.
- Cualquier problema o duda sobre su catéter venoso central.

- Exposición de usted (o algún familiar) a varicela, sarampión, tuberculosis, herpes u otra infección seria.
- Cambio en su nivel de conciencia.
- Cualquier cambio que le preocupe.

#### **¿CUÁLES SON LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS DE INFECCIÓN?**

Usted necesitará tomarse la temperatura dos veces al día, a la misma hora cada día (una vez en la mañana y una vez en la noche), y en cualquier otro momento en que sienta que tiene fiebre. Usted debe anotar estas temperaturas y llevarlas consigo a la clínica.

La siguiente es una lista de signos y síntomas comunes de una infección.

- Fiebre / dolores / escalofrío.
- Dolor al tocar / enrojecimiento del sitio de su CVC.
- Fatiga y cansancio excesivos.
- Ampollas en los labios / úlceras en la boca / dolor de garganta.
- Ardor o dolor al orinar.
- Úlceras / erupción o *rash* / comezón en la piel.
- Tos con flema / dolor en los senos paranasales.
- Dolor de oído.
- Secreción extraña que sale de los ojos.

#### **¿QUÉ PASA CON LAS VACUNAS?**

Después de su trasplante de médula ósea usted puede perder su inmunidad a ciertas enfermedades de la infancia que ya haya tenido o contra las que haya sido vacunado. Usted no debe recibir ninguna vacuna sin antes comentarlo con su doctor de trasplante de médula ósea. Evite el contacto cercano con cualquiera

que haya sido vacunado recientemente contra el sarampión, paperas, rubéola y polio. Evite todo contacto con la orina, heces fecales y saliva de esa persona cuando menos seis semanas después de la vacunación.

### **¿QUÉ DEBO HACER TODOS LOS DÍAS?**

Sabemos que existe una gran cantidad de información que los pacientes deben recordar. A la derecha se incluye una lista de verificación para simplificar sus cuidados diarios. Aunque a usted ya lo hayan dado de alta del hospital, de todos modos tiene el riesgo de infección.

Para ayudar a reducir su probabilidad de infección, báñese diario en regadera y lávese las manos antes de cada comida y después de cada vez que vaya al baño.

### **LISTA DE VERIFICACIÓN DIARIA**

- ✓ Tómese la temperatura dos veces al día.
- ✓ Use bloqueador solar cada vez que salga a espacios exteriores.
- ✓ Evite los lugares muy concurridos.
- ✓ Inicie sus actividades lentamente y trate de hacer un poco más cada día.
- ✓ Coma 1,500 calorías al día.
- ✓ Beba 8 vasos de líquidos de ocho onzas cada uno diariamente.
- ✓ Báñese en regadera diariamente.
- ✓ Mantenga limpia su boca.
- ✓ Tome sus medicinas según se le ordenó.
- ✓ Observe si tiene signos y síntomas de infección.
- ✓ No use cepillo dental antes de que su cuenta plaquetaria se mantenga por encima de 20,000. Cuando sus plaquetas superen este nivel, use un cepillo dental suave. Esto ayuda a prevenir el sangrado de las encías.
- ✓ No use hilo dental antes de que su doctor lo autorice. El uso del hilo dental puede hacer que las bacterias pasen a su sangre.
- ✓ No use enjuagues bucales con alcohol porque pueden aumentar la resequedad de su boca.
- ✓ No se someta a ningún procedimiento dental sin antes preguntarle a su doctor de trasplante de médula ósea.

Su piel estará muy sensible. Evite los productos que la irriten— en especial aquéllos que contienen lanolina, colorantes fuertes o perfumes.

Después de su trasplante de médula ósea, usted puede notar que su boca está muy seca. Esto es común.

Para ayudar a prevenir las infecciones de la boca, siga las pautas de la página —.

### **¿HABRÁ ALGUNA RESTRICCIÓN EN MI DIETA DESPUÉS DE HABER SALIDO DEL HOSPITAL?**

Hasta que su cuenta de glóbulos blancos supere un nivel de 500, lo mejor es seguir técnicas seguras para el manejo de los alimentos.

- Lave todas las frutas y verduras con jabón suave y agua.
- Asegúrese de que la carne esté bien cocida.
- Descongele la carne en el horno de microondas o en el refrigerador y prepárela de inmediato.
- Nunca deje los alimentos perecederos fuera del refrigerador durante más de dos horas.
- Cocine los huevos hasta que la clara esté totalmente dura y la yema esté espesa.

El personal de la clínica le avisará cuando se terminen sus restricciones dietéticas.

### **¿DEBO TOMAR ALGUNAS PRECAUCIONES SI COMO FUERA DE CASA?**

Evite ir a los restaurantes cuando estén más concurridos y asegúrese de elegir restaurantes que tengan fama de limpieza. En los restaurantes de comida rápida, pida que se le prepare la comida al momento y pida paquetes de condimentos de una sola ración. Evite los bares de ensaladas, delicatessen, buffets, puestos de comida

en la calle y las comidas en que cada persona lleva algo diferente para todos.

### **¿DEBO HACER EJERCICIO?**

Una vez que haya sido dado de alta del hospital, verá que se cansa muy fácilmente. Es importante recordar que ha estado en un cuarto pequeño y su movimiento ha sido muy limitado durante varias semanas. Muchas veces caminar a la clínica es suficiente ejercicio en las primeras semanas después de su alta hospitalaria. Para mejorar su nivel de actividad, tome las cosas con calma.

También es muy importante que empiece a dar caminatas cortas, y que aumente poco a poco la distancia después de unos días.

Cada persona es diferente y quizás pasen semanas o meses antes de que se empiece a sentir “como antes” otra vez. Lo importante es tenerse paciencia y fijar metas modestas para lograr cada día.

### **¿PUEDO NADAR?**

No nade, ni use tinas o bañeras con agua caliente, ni baños con remolinos o saunas, sino hasta que se le haya retirado el catéter venoso central y haya comentado esto con su doctor de trasplantes. Es importante que evite nadar en piscinas, estanques, lagos y otras áreas donde se practica la natación, debido al riesgo de infección.

### **¿Y LAS MASCOTAS?**

Entendemos que sus mascotas son muy importantes para usted y lo exhortamos a que siga pasando tiempo con sus animales **después** de que su doctor lo haya autorizado.

No obstante, hay algunas cosas que usted necesita recordar.

- No limpie las necesidades (excrementos) de sus mascotas.

- No limpie las cajas de arena, acuarios, jaulas y ningún tipo de excrementos de animales.
- Pida a un familiar o amigo que bañe a sus animales de exteriores cuando menos una vez por semana.
- Trate de evitar que su mascota le muerda o rasguñe. Si esto ocurre, lave concienzudamente el área con jabón y mucha agua o agua oxigenada. Si su última vacuna contra el tétanos no está vigente, avise a su doctor.

Si tiene aves como mascotas, por favor avísele a su doctor. Los pájaros son portadores de una enfermedad que le pueden transmitir y que puede ser fatal. Su doctor puede darle medicamentos, en forma de pastillas, para prevenir esta infección.

- Las pacientes pueden experimentar una disminución de la humedad vaginal. Si esto ocurre, necesitará usar un lubricante hidrosoluble, como KY Jelly. No use vaselina ni productos a base de petróleo, ya que pueden aumentar su probabilidad de infección.
- Las pacientes pueden tener cambios en su período menstrual. Este puede ser irregular o dejar de ocurrir. No obstante, si su período dura más de siete días, avise a su doctor. No recomendamos el uso de tampones sino hasta que su doctor o enfermera de transplante de médula ósea lo autorice.

### **¿Y LA ACTIVIDAD SEXUAL?**

Usted ha pasado por un tratamiento intensivo y su deseo sexual puede estar disminuido. Sin embargo, de ninguna manera puede usted tener actividad sexual antes de que su doctor lo autorice.

- Su cuenta plaquetaria debe ser de 50,000 o mayor antes de poder reanudar su actividad sexual.
- No tenga relaciones sexuales anales.
- Para reducir su probabilidad de infección, lávese el área genital y orine después del acto sexual.
- Algunas personas pueden ser incapaces de tener hijos después de un transplante de médula ósea. No sabemos si usted podrá tener hijos o no, pero debe usar algún tipo de anticonceptivo porque no sabemos cuál es el efecto de la quimioterapia sobre las células reproductoras. Esto se aplica tanto a los hombres como a las mujeres.

## INFORMACIÓN PARA DESPUÉS DEL ALTA HOSPITALARIA

### III. MEDICAMENTOS PARA EL TRANSPLANTE

Usted recibirá muchos tipos de medicamentos después de su transplante. Estos medicamentos pueden estar programados o usarse según sea necesario (prn, por sus siglas en latín). Usted debe tomar sus medicamentos programados aproximadamente a la misma hora cada día. Los medicamentos PRN pueden incluir medicinas para el control del dolor, la náusea o la diarrea.

Si tiene dolor, tome su medicamento para el dolor regularmente, pues será más efectivo si usted no permite que el dolor aumente o regrese. Si la medicina no le sirve para controlar el dolor, infórmelo a su doctor. La medicina puede hacerle sentir somnolencia, pero esto mejorará.

Si la náusea representa un problema, tome su medicamento contra la náusea regularmente o 30-60 minutos antes de las comidas (si los alimentos le dan más náusea).

Si olvida tomar una dosis de sus medicamentos programados, calcule el tiempo que transcurre entre las dos dosis. Si ya pasó menos de la mitad del tiempo, puede tomar la dosis que se le olvidó y después continuar con su programa normal.

Si ya pasó más de la mitad del tiempo, sátese esa dosis y tome la dosis siguiente según lo programado.

Si tiene vómito dentro de los **15 minutos** siguientes a la toma de su dosis de medicamento, revise si la medicina está en el vómito. Si está, entonces repita la dosis. No la repita si se trataba de un medicamento en forma líquida.

## INFORMACIÓN PARA DESPUÉS DEL ALTA HOSPITALARIA

### **GLOSARIO DE MEDICAMENTOS COMUNES**

Nombre Comercial	Nombre Genérico	Función	Comentarios
Anzemet	Dolasetrón	Tratar/prevenir la náusea/el vómito	
Septra/Bactrim DS	Cotrimoxazol	Prevenir las infecciones por PCP	
Catapres-TTS1 Parche	Clonidina	Controlar la presión arterial	Rote semanalmente el sitio del parche. Use una cubierta protectora sobre el parche.
Dilacor XR	Diltiazem	Controlar la presión arterial	Tome con estómago vacío. No triture ni mastique la cápsula.
Cipro	Ciprofloxacina	Tratar/prevenir las infecciones bacterianas	No se tome con antiácidos.
Diflucan	Fluconazol	Tratar/prevenir las infecciones por hongos	Puede tomarse con alimentos.
Duragesic	Fentanyl	Para el control del dolor	Rote el sitio.
Rifampin	Rifampin	Tratar/prevenir las infecciones bacterianas	Tome con estómago vacío. Puede hacer que la orina, el sudor y las lágrimas sean de color rojo-naranja.
K-Dur	Cloruro de potasio	Suplemento de potasio	Tome con alimentos. No lo mastique ni triture.
Lanoxin	Digoxina	Medicamento cardiovascular.	Esté pendiente de los trastornos visuales. Náusea/ vómito.
Leukine	GM-CSF	Ayuda a aumentar el número de glóbulos blancos	
Xanax	Alprazolam	Tratar/prevenir la ansiedad	Puede causar somnolencia.
Medrol	Metilprednisolona	Prevenir la enfermedad de injerto contra huésped	Tome con alimentos, leche o un refrigerio.
Solu-Medrol	Metilprednisolona	Prevenir la enfermedad de injerto contra huésped	Administrada por una vena.
Megace	Megestrol	Para estimular el apetito	
Multivitaminas		Suplemento vitamínico	Tome con alimentos.
Mycelex	Clotrimazol	Previene las infecciones orales por hongos	
Neupogen	Filgastim	Ayuda a aumentar el número de glóbulos blancos.	
Pen-Vee K	Penicilina V y potasio	Tratar/prevenir las infecciones bacterianas	Tome con estómago vacío (1 hora antes de comer).
Pepcid	Famotidina	Tratar/prevenir las úlceras	
Depakote	Divalproex	Prevenir las convulsiones	Tome con alimentos o leche. No mastique ni triture la tableta.
Prednisone		Antiinflamatorio	Tome con alimentos, leche o un refrigerio.

Prilosec	Omeprazol	Tratar/prevenir las úlceras o el reflujo	No mastique ni triture.
Provera	Medroxiprogesterona	Prevenir los períodos menstruales	Tome con alimentos, leche o un refrigerio.
Vancomycin	Vancomicina	Tratar las infecciones bacterianas	
Slo-Mag	Cloruro de magnesio	Suplemento de magnesio	Tome con alimentos.
Peridex	Gluconato de clohexidina	Enjuague bucal antibacteriano	
Fibercon	Policarbofil	Prevenir/tratar la diarrea	Tome con un vaso completo de agua.
Zovirax	Aciclovir	Prevenir/tratar las infecciones virales	Puede tomarse con alimentos.
Ativan	Lorazepam	Prevenir/tratar la náusea/vómito/ansiedad	Puede causar somnolencia.
Ambien	Zolpidem	Ayuda a dormir	Tome sólo cuando sea necesario.
Darvon	Propoxifén	Para el dolor	Tome sólo cuando sea necesario.
Compazine	Proclorperazina	Para la náusea/vómito	Tome sólo cuando sea necesario.
Dilaudid	Hidromorfona	Para el dolor	Tome sólo cuando sea necesario.
Imodium	Loperamida	Para tratar la diarrea	Tome sólo cuando sea necesario.
Phenergan	Prometazina	Para prevenir la náusea	Tome 30 minutos antes de comer.
Restoril	Temazepam	Ayuda a dormir	Tome sólo cuando sea necesario.
Entex LA	Fenilpropanolamina/guiafensin	Para la congestión sinusal	Tome sólo cuando sea necesario.
Lortab 5%500	Hidrocodona/ acetaminofén	Para el dolor	Tome sólo cuando sea necesario.
Roxanol	Morfina	Para el dolor	Tome sólo cuando sea necesario.
Benadryl	Difenhidramina	Para la comezón	Tome sólo cuando sea necesario.
Afrin	Oximetalozona	Para la congestión nasal	
Mylanta	Hidróxido de aluminio/magnesio con simeticona	Para disminuir el ácido gástrico, el gas o la indigestión	
Pink Magic	Lidocaína viscosa/ Mylanta/ Benadryl	Para el dolor de la boca	Mastique y trague en caso de dolor en la boca o garganta.

Se recomienda a los pacientes que se someten a quimioterapia y/o trasplante de médula ósea que eviten todos los medicamentos que contengan aspirina o ingredientes similares a la aspirina. Estos productos pueden afectar las plaquetas adversamente y, por lo tanto, deben evitarse.

### **Aspirina**

#### **(ASA; Acido Acetil Salicílico)**

Alka Seltzer Pain Relief and Antacid  
Alka Seltzer plus Cold Medicine  
Anacin Analgesic  
Anacin Maximum-Strength Analgesic  
Arthritis Bayer Timed-Release Aspirin  
Arthritis Pain Formula  
Arthritis-Strength Bufferin  
Ascriptin  
Ascriptin A/D  
Aspergum  
Aspirina, de cualquier marca  
Bayer Aspirin  
Bayer Children's Chewable Aspirin  
Bufferin  
Congespirin Chewable Cold Tablets  
Coricidin D  
Coricidin  
Ecotrin  
Ecotrin Maximum Strength  
Excedrin  
Extra-Strength Bufferin  
4-Way Cold Tablets  
Midol  
Panalgesic  
St. Joseph's Cold Tablets for Children  
Sine-Off Sinus Medicine  
Triaminicin  
Vanquish

### **Sub Salicilato de Bismuto**

Pepto Bismol Líquido y Tabletas

### **Salicilato de Magnesio**

Doan's Pills

### **Salicilamida**

Os-CAL-Gesic Tablets

## **MEDICAMENTOS TÓPICOS**

### **(Para Uso Externo)**

### **Salicilato Metílico**

Analgesic Balm  
Arhrocare Lotion  
Ben Gay  
Deep Down Pain Relief  
Icy Hot  
Mentholathum Deep Heat  
Simex Decongestant Spray

### **Salicilamida**

Compound W  
Freezone  
Mediplast  
Whitfields Ointment

***Nota: No tome Motrin, Advil, Ibuprofen ni ningún otro medicamento de venta libre (sin receta médica) que no le haya recetado su doctor.***

## INFORMACIÓN PARA DESPUÉS DEL ALTA HOSPITALARIA

### IV. SUGERENCIAS E INFORMACIÓN ÚTILES

#### **Cómo Manejar la Caída del Cabello**

Igual que prácticamente todos los tratamientos con medicamentos, la quimioterapia puede tener efectos colaterales no deseados, que incluyen la caída del cabello. La caída del cabello, o alopecia, ocurre porque los medicamentos contra el cáncer también afectan a las células normales, que incluyen las células responsables del crecimiento del cabello. Sin embargo, este efecto no es permanente y las células sanas vuelven a crecer normalmente una vez terminada la quimioterapia.

La caída del cabello usualmente se inicia a los 7-14 días después del curso de quimioterapia y alcanza su máxima expresión varias semanas después. El cabello puede adelgazarse o caerse totalmente. El cabello de la cabeza es el más comúnmente afectado, pero también puede caerse el vello de la cara, brazos, piernas, axilas y región púbica.

El cuero cabelludo puede volverse sensible al tacto y el cabello que sigue creciendo puede volverse seco y opaco.

Afortunadamente, en casi todos los pacientes el cabello vuelve a crecer normalmente una vez terminada la quimioterapia.

- Antes de iniciar el tratamiento, córtese el pelo en un estilo corto y fácil de peinar.
- Si decide cubrirse la cabeza, elija y acostúmbrese a los sombreros, turbantes, pelucas o postizos antes de que se le caiga el cabello. Muchos capítulos de la Sociedad Americana del Cáncer tienen un banco de postizos y pelucas. Usar una peluca debido al tratamiento para el cáncer es un gasto deducible de

impuestos y quizás su seguro de gastos médicos lo cubra parcialmente.

- Use champús y acondicionadores suaves durante la quimioterapia.
- Use cepillos de pelo suaves y use la secadora con calor bajo.
- Duerma con una funda de almohada de satín para evitar al máximo que se le enrede el cabello.
- No se pinte el pelo ni se haga permanente, pues ello puede dañar aún más su cabello.
- No se ponga tubos con cerdas porque tienden a jalar el cabello al quitarlos.
- Consulte a su doctor antes de considerar el uso de remedios no comprobados que prometen la reanudación del crecimiento del cabello.

#### **Cómo Cuidar su Boca**

Durante el proceso del trasplante, una buena higiene oral es muy importante por dos razones.

1. Usted puede tener dolor en la boca y la garganta y, de hecho, desarrollar úlceras o llagas como un efecto colateral de su tratamiento. Esto muchas veces ocurre después de las dosis altas de quimioterapia. Este dolor al tacto puede no presentarse inmediatamente después del tratamiento, sino varios días después. Esto le impedirá comer, beber y hablar normalmente.
2. Las áreas abiertas de la boca pueden infectarse. Es normal tener gérmenes en la boca y generalmente el cuerpo puede controlarlos. Sin embargo, si usted desarrolla úlceras o llagas en la boca, los gérmenes pueden crecer más fácilmente e incluso entrar a la sangre. Asimismo, algunos de los medicamentos que esté

tomando pueden afectar el número de gérmenes que crecen en su boca.

Es necesario que haga el aseo de su boca cuando menos cuatro veces al día. Es práctico hacerlo después de cada comida y antes de acostarse. Será necesario hacer el aseo de su boca todavía con mayor frecuencia en caso de que desarrolle úlceras abiertas en la boca o la garganta.

Para hacerlo adecuadamente, usted necesitará el enjuague Peridex y esponjas para el aseo de los dientes (*toothettes*). Vierta una pequeña cantidad de enjuague en un vaso y moje la esponja en la solución. Cepille sus encías y dientes con la esponja haciendo el mismo movimiento hacia arriba y hacia abajo que hace con su cepillo dental. Las esponjas irritan menos las encías y es menos probable que causen sangrado.

Recuerde que, cuando tenga sangrado, tendrá una parte abierta dentro de la boca, la cual puede infectarse con mayor facilidad.

También debe tallar suavemente el techo de la boca, su lengua y los lados de la boca con la esponja.

Después de lo anterior, debe examinar minuciosamente el interior de su boca en el espejo. Busque áreas que estén rojas o abiertas. Busque parches blancos en la boca y la garganta. Reporte cualquier cambio a su enfermera o doctor durante su visita a la clínica.

En caso de dolor de boca y/o garganta, debe comunicarlo de inmediato a su doctor. Hay otras formas de asear la boca y controlar el dolor, pero necesitamos trabajar juntos.

## **CÓMO TOMARSE LA TEMPERATURA**

Tomarse la temperatura es muy importante durante el proceso del trasplante porque la infección sigue siendo un problema potencial.

Uno de los principales signos de infección es la fiebre, aunque no todas las fiebres significan que hay infección.

Debe tomarse la temperatura rutinariamente dos veces al día o:

- Cada vez que tenga calor o frío o si tiene escalofrío sin razón aparente.
- Cada vez que crea que tiene una infección.
- Siempre que al tomarse la temperatura rutinariamente ésta sea más alta de lo normal. Espere 30 minutos y vuelva a tomarla.

Cuando se tome la temperatura, coloque el termómetro debajo de su lengua, deslícelo hacia atrás y cierre los labios firmemente. Deje el termómetro ahí durante cuando menos 3 minutos. Después de comer o beber algo frío o caliente, necesitará esperar 30 minutos antes de tomarse la temperatura oralmente.

***Si su temperatura es mayor de 101.5°F (38.6°C) ¡llame de inmediato a la Clínica de Pacientes Externos o a su doctor!***

## **ASEO RECTAL**

La diarrea puede causar irritación al área rectal. Si hay úlceras o llagas abiertas, puede desarrollarse una infección. Lave el área rectal con agua tibia y jabón Hibiclens después de cada evacuación. Esto mantendrá limpia el área. Recuerde que al limpiar el área debe hacerlo suavemente del frente hacia atrás. Seque el área con golpecitos suaves. No use enemas ni supositorios. En caso de tener irritación rectal o llagas, informe a su doctor o enfermera.



## INFORMACIÓN PARA DESPUÉS DEL ALTA HOSPITALARIA

### APÉNDICE

## INFORMACIÓN SOBRE EL TRANSPLANTE ALOGÉNICO

### ¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD DE INJERTO CONTRA HUÉSPED?

Los pacientes que han tenido un trasplante alogénico de médula ósea pueden desarrollar la enfermedad de injerto contra huésped.

La enfermedad aguda de injerto contra huésped (GVHD, por sus siglas en inglés) generalmente ocurre durante los primeros tres meses siguientes a un trasplante alogénico. Las células en la médula del donador identifican a las células de usted como “no-propias” y pueden atacar una o más partes de su cuerpo. Estas partes pueden ser la piel, el hígado, el estómago y los intestinos.

Los signos y síntomas de la enfermedad aguda de injerto contra huésped son:

- una erupción o *rash* en la piel, parecida a una quemadura solar, que generalmente aparece en las palmas de las manos y las plantas de los pies. Esta erupción puede dar comezón y doler cuando se le toca;
- diarrea, retortijones, náusea;
- la piel y la parte blanca de los ojos se ponen de color amarillo.

**EN CASO DE TENER CUALQUIERA DE ESTOS SÍNTOMAS, DEBE LLAMAR A SU DOCTOR.**

La enfermedad crónica de injerto contra huésped usualmente se desarrolla a partir de los tres meses posteriores al trasplante. Los signos y síntomas de la enfermedad crónica con:

- erupción seca o *rash* en la piel con comezón

- sensación de que la piel o las articulaciones están apretadas
- cambio en el color de la piel
- úlceras o llagas en la piel
- la piel y la parte blanca de los ojos se ponen de color amarillo
- los ojos están secos y arden
- resequedad y úlceras en la boca.

**SIEMPRE USE BLOQUEADOR SOLAR Y UN SOMBRERO AL EXPONERSE AL SOL. LA EXPOSICIÓN AL SOL PUEDE ACTIVAR LA ENFERMEDAD DE INJERTO CONTRA HUÉSPED.**

## INFORMACIÓN PARA DESPUÉS DEL ALTA HOSPITALARIA

### **APÉNDICE** **MEDICAMENTOS PARA EL TRANSPLANTE ALOGÉNICO**

Nombre Comercial	Nombre Genérico	Función	Comentarios
Cytovene	Ganciclovir	Prevenir la infección por CMV (citomegalovirus)	
Leucovorin	Leucovorin	Prevenir los efectos colaterales del metotrexato	
Methotrexate		Ayudar a prevenir la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD)	
Prograf	Tracolimus	Prevenir la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD)	No lo tome antes de las visitas a la clínica. No lo tome con antiácidos.
Sandimmune	Ciclosporina	Prevenir la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD)	No lo tome antes de las visitas a la clínica.