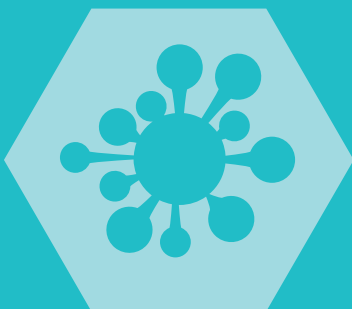


# Medidas en casa después de la quimioterapia





## Medidas en casa después de la quimioterapia

Los desechos de la quimioterapia pueden estar presentes en el cuerpo hasta una semana después del tratamiento. El médico y/o la enfermera de oncología que le atiende puede decirle cuánto tiempo llevará esto en su caso. En ese tiempo, la quimioterapia es descompuesta por su cuerpo y sale de su cuerpo en pequeñas cantidades a través de sus excreciones:

- Orina;
- Heces;
- Vómito;
- Saliva;
- Líquido de heridas;
- Sudor;
- Líquido de semen;
- Líquido vaginal.

Es importante que informe a su familia y al personal de asistencia que está siendo tratado con quimioterapia. Infórmeles también de las medidas descritas a continuación. Siguiendo estas medidas, puede minimizar los riesgos para su entorno y no preocuparse innecesariamente.

## Contacto

No es necesario evitar el contacto físico con sus seres queridos.

La higiene personal es importante para minimizar el contacto con los residuos de la quimioterapia a través de las excreciones. Le aconsejamos que se duche o bañe una vez al día y se lave bien las manos después de su visita al baño.

## Medicamentos

Si necesita tomar quimioterapia en forma de comprimidos en casa, preste atención a lo siguiente:

- No moler ni romper los medicamentos: Si no puede tragar los comprimidos y, según el prospecto, se le permite disolverlos, podrá disolver los comprimidos en un vaso de medicamento. Después de haberlos ingeridos, debe desechar el vaso en una bolsa doble. Para esto también puede utilizar una bolsa de plástico. Cierre bien esta bolsa. Coloque la bolsa de plástico con un nudo en una bolsa de basura y luego deséchela con la basura (residuos residuales) o límpiela con un líquido para lavar loza.

- Lávese las manos después de la ingestión.
- Los medicamentos sobrantes siempre deben devolverse a la farmacia.



## Orina y heces

- Si es posible, use un inodoro diferente al de sus seres queridos
- El consejo es que los hombres orinen mientras están sentados, esto causa menos salpicaduras.
- Retire las gotas en el asiento del inodoro con papel higiénico seco.
- Enjuague el inodoro dos veces después de usarlo con la tapa cerrada (si la hay).
- Si tiene un catéter de vejiga, reemplace la bolsa de recolección diariamente (posiblemente la atención domiciliaria). Ponga la bolsa de recolección (debido a una

posible fuga) en una bolsa doble. Esto se puede hacer en una bolsa de plástico.

- Cierre bien esta bolsa. Ponga la bolsa de plástico cerrada con un nudo en una bolsa de basura y luego deshágase de la basura (residuos).
- Al vaciar una bacinilla o un urinario, evite las salpicaduras vertiendo cuidadosamente el contenido por el borde interior del inodoro.
- Una bacinilla u orinal debe enjuagarse primero con agua fría. Luego limpia con una solución jabonosa ordinaria, como un limpiador multiusos. No utilice cloro ni alcohol.
- Todas las excreciones pueden ser eliminadas a través de la alcantarilla.
- Lavarse bien las manos después de ir al baño y limpiar el urinario/bacinilla.

## Guantes desechables

En caso de contacto con orina, heces y vómitos, aconsejamos a los cuidadores/parientes que usen guantes desechables. Esto se aplica tanto al trabajo de limpieza como al contacto con ropa visiblemente contaminada.

## Limpieza

- Limpie el inodoro y el lavabo/baño una vez al día y después

de vómitos o diarrea con una solución jabonosa ordinaria, como un limpiador multiusos. No use cloro ni alcohol. El cloro y el alcohol se fijan justamente y no lo eliminan.

- Si el suelo o la alfombra se han contaminado con vómito, orina u otros fluidos corporales, límpielos con una solución jabonosa corriente, como un limpiador multiusos.
- Después de la primera semana, limpie el cepillo del inodoro con una solución jabonosa ordinaria, como un limpiador multiusos. No use cloro ni alcohol.



# Lavandería contaminada

Para la ropa que ha estado en contacto con orina, heces, vómitos o transpiración severa:

- Recoja la ropa separada en una bolsa de plástico que se pueda cerrar bien.
- Lávelo inmediatamente. Si es necesario, sumerja una sola prenda de vestir en un cubo de agua fría si no la lava inmediatamente.
- Primero use un programa de enjuague en frío con sólo la ropa o la ropa de cama visiblemente contaminada, así que no añada ninguna otra ropa.
- Después use un programa de lavado que sea adecuado para el material. Puede añadir otra ropa.

## Vómito

- Tenga mucho cuidado si le han dado quimioterapia en forma de pastilla, cápsula o bebida. Hasta 2 horas después de la ingestión, la quimioterapia sigue presente en alta concentración en el vómito.
- Si es posible, vaya al baño si vomita.
- Si esto no es posible, utilice tanto material desechable como sea posible. Piensa en una bolsa de plástico en un cubo. Deshágase de la bolsa inmediatamente en una doble bolsa de basura plástica separada para evitar fugas.
- El vómito se puede tirar en el inodoro. Tira de la cadena dos veces con la tapa cerrada.
- Lávese las manos con jabón después de vomitar o limpiar el vómito.

- Si tiene náuseas y vomita de vez en cuando, ponga una almohadilla desechable o una toalla en la almohada.
- El ácido del vómito aumenta el riesgo de caries en los dientes. Por eso es importante que se enjuague la boca con mucha agua después de vomitar.

## Residuos

Los materiales de desecho como, por ejemplo, guantes desechables usados, almohadillas desechables, material para incontinencia, bandejas para vómitos o material de estoma se recogen en una bolsa de plástico y luego en una bolsa de basura de plástico. Éstos pueden eliminarse con los residuos domésticos normales (desechos residuales).

## Otros materiales utilizados

No se requieren medidas especiales para el uso de cubiertos, vajilla y otros utensilios.

## Sexualidad

No se sabe si los citostáticos son absorbidos por el espermatozoide o la mucosa de la vagina y en qué medida. Por lo tanto, use un condón durante el período de riesgo al hacer el amor.

## Embarazo

Los citostáticos pueden causar defectos congénitos. Por lo tanto, es aconsejable que tanto las mujeres como los hombres eviten el embarazo durante y después del tratamiento mediante el uso de métodos anticonceptivos. Los anticonceptivos orales (la píldora) no son confiables durante la quimioterapia. Discuta con el médico que lo atiende qué medidas anticonceptivas y cuánto tiempo deben aplicarse. Si hay una sospecha de embarazo, informe a su médico inmediatamente. Si alguien cercano a usted quiere tener un bebé o está embarazada, es especialmente importante seguir todos los consejos anteriores. Razón: la quimioterapia puede tener un efecto negativo sobre el embarazo, especialmente durante los tres primeros meses. Si sigue el consejo, no hay objeción a la visita de las mujeres embarazadas.



## Preguntas

Si tiene más preguntas sobre este folleto, puede ponerse en contacto con la enfermera de oncología en días laborables en horario de oficina en el número de teléfono: 7800493.



**F**UNDASHON **M**ARIADAL