

## Domácí řád jednotky intenzivní hematologické péče (JIHeP) a transplantační jednotky (TJ) ÚHK

Vážení pacienti,

rádi bychom Vás seznámili se zásadami režimových opatření uplatňovanými na našem oddělení.

Naší snahou je, abychom Vám poskytli co nejlepší podmínky k léčbě Vašeho onemocnění, na základě poznatků moderní medicíny a ošetrovatelské péče.

### Vybavení pokoje

K dispozici máte:

- televizor;
  - chladničku;
  - radiopřijímač (na vyžádání) a na TJ navíc DVD přehrávač;
  - rotoped (pouze na TJ); rehabilitační šlapadlo (na JIP na vyžádání);
  - centrální klimatizaci, zajišťující přísun vzduchu přes HEPA-filtry (ochrana před choroboplodnými zárodky ze zevního prostředí) - možnost regulace teploty v pokoji přes ovladač upevněný u dveří;
  - **! Okna nelze otevřít, kohout u topení nelze používat !;**
  - Wi-Fi připojení k internetu zdarma;
  - telefonní aparát (na vyžádání);
- ! Účet za hovory z pevné linky v plné výši, je vždy vyhotoven na konci kalendářního měsíce, na konci hospitalizace, event. po domluvě se staniční sestrou!** Účet můžete uhradit přímo na oddělení staniční sestře nebo po ukončení hospitalizace v příjmové kanceláři ÚHK, kde bude Váš telefonní účet připraven.

### Cennosti

- U sebe si ponechte občanský průkaz a průkaz pojištěnce (kartičku pojišťovny);
- větší finanční částku nebo jiné cenné předměty Vám doporučujeme odeslat při přijetí domů nebo je můžete uschovat v trezoru u staniční sestry oddělení nebo u vrchní sestry ÚHK;
- **! Jinak za jejich případnou ztrátu nemůžeme nést zodpovědnost !**
- pokud opouštíte pokoj (např. na vyšetření mimo ÚHK) Váš pokoj bude uzamčen.

### Návštěvy

- Doporučujeme, z provozních důvodů, uskutečňovat v denně v době od 14 do 17 hodin, po dohodě s lékařem nebo ošetřujícím personálem je možno navštěvovat nemocné i mimo tyto hodiny, dovolují-li to provozní podmínky;
- před vstupem na pokoj se řídí pokyny ošetřujícího personálu (hygienický režim se může měnit, je barevně označen na dveřích pokoje nemocného);
- na pokoj mohou z provozních důvodů vstoupit maximálně dvě osoby;
- informace o zdravotním stavu pacienta smí podávat pouze lékař se souhlasem pacienta;
- přinesené předměty musí projít dezinfekcí (event. sterilizací) dříve, než je začnete používat (pouze u pacientů v transplantačním režimu);

### Strava

- Nutriční terapeutkou budete poučeni o opatřeních týkajících se stravování a příjmu tekutin během pobytu a následně v domácím prostředí;
- každý den si zapisujte do nutričního deníku veškerou stravu, kterou jste snědli (pište, prosím, množství). Tyto informace slouží nutriční terapeutce a lékařům k přesnému sledování Vašeho energetického příjmu;
- jídlo na každý den si budete vybírat z jídelníčku předloženého nutriční terapeutkou;
- hlavní jídlo je podáváno tabletovým systémem, tzn., že je připraveno v centrální kuchyni do přepravní kazety za přísných hygienických podmínek tak, aby se zabránilo dotyku dalších osob;
- tekutiny mějte pouze v uzavíratelném balení a po otevření je spotřebujte do 24 hod., džusy, mléka v krabičkách konzumujte z malých balení (250ml); **! nepoužívejte vodu z kohoutku !**
- potraviny přinesené rodinou konzultujte s nutriční terapeutkou, případně ošetřující sestrou nebo staniční sestrou, budou uloženy v chladničce a dle Vašeho přání připraveny ke konzumaci pracovníci kuchyně;
- *nejvhodnější potraviny:* mléčné výrobky bez živých kultur, pasterizované, s dlouhodobou trvanlivostí, ovoce a zelenina, která lze loupat, *otevřené potraviny spotřebujte do 24hod.*

- dbejte, prosím, na data určené spotřeby na obalech potravin, přesáhne-li potravina datum možné spotřeby, předejte ji personálu ke znehodnocení.

#### **Dodatek:**

1. Pokud se u Vás vyskytnou nějaké problémy s příjmem stravy (nechutenství, zvracení, bolestivost v dutině ústní) nutriční terapeutka, po dohodě s Vámi, upraví jídelníček podle Vašeho aktuálního stavu.
2. Stížnosti týkající se stravy adresujte nutriční terapeutce, ošetřující sestře nebo staniční sestře.
3. Pokud si nejste jisti vhodností potravin, vždy se poraďte s ošetřujícím personálem.

## **Hygiena**

### **Režim A- transplantační režim**

#### **Hygiena obličeje a dutiny ústní ! používejte destilovanou vodu !**

**Čištění dutiny ústní:** pomocí zubního kartáčku a zubní pasty *po každém jídle a před spaním:*

- a) **Zubní kartáček:** vhodný je měkký kartáček, který má malou pracovní plochu s dostatečným množstvím vláken z nylonu, např. CURAPROX 1560, 3960, vhodné je dodržovat dobu použitelnosti kartáčku: 6-8 týdnů.
- b) **Zubní pasta:** nevhodnější je pasta s obsahem účinné antikariézní složky – fluoridy nebo aminofluoridy, které vytváří na povrchu zubu vrstvičku, ze které se postupně uvolňuje fluoridové ionty a tím působí neefektivněji na zuby. Zubní pasta s obsahem aminofluoridů je např. Elmex nebo Meridol.
- c) **Technika čištění:** nejdůležitější je mechanické odstraňování povlaku z povrchu zubů, doporučuje se technika krouživými pohyby v oblasti kontaktu dásně se zubem, kdy vlákna zubního kartáčku jsou lehce šikmo skloněná k dásni.  
K dokonalé mechanické technice v čištění chrupu patří použití mezizubních kartáčků k čištění mezizubních prostorů v zadním úseku zubů a využití zubních vláken k čištění mezizubních prostorů v předním úseku zubů (není vhodné, máte-li nedostatek krevních destiček, nebo úplný nedostatek krevních elementů, nebo je přítomen zánět sliznice dutiny ústní).
- d) **Doba čištění:** tak dlouho, až jsou zuby čisté (hladké na dotyk jazyka a bez viditelných známek povlaku), obvykle se jedná o dobu do 5min.

#### **Vyplachování dutiny ústní:**

Udržujte vlhkost sliznice dutiny ústní: minimálně 5x denně vyplachujte ústa roztoky A, B (připravovanými v lékárně), o správném vyplachování a přípravě roztoku Vás poučí ošetřující personál.

#### **Péče o zubní protézu:**

- a) Z důvodu prevence infekce je nutné zubní protézu důkladně čistit kartáčkem (vhodný je kartáček na ruce) a mýdlem, na noc je vhodné zubní protézu ponořit do antiseptického roztoku, např. roztok jedlé sody, hexidinu;
- b) v období snížení hodnot krevních elementů používejte zubní protézu pouze při jídle;
- c) v období zánětu sliznice dutiny ústní se používání zubní protézy vyhýbejte.

#### **Péče o dutinu ústní v období zánětu sliznice dutiny ústní, kdy není možné čištění dutiny ústní zubním kartáčkem:**

- a) Zbytky potravy a povlak ze zubů a jazyka odstraňujte gázou namočenou v solném roztoku nebo v roztoku s bikarbonátem;
- b) dutinu ústní je nutné vyplachovat minimálně 5x denně roztoky A, B (připravovanými v lékárně);
- c) rty je vhodné potírat neдрáždivými mastmi, např. Infadolan;
- d) pociťujete-li bolestivost, *ihned informujte* ošetřující personál a lékaře. Budou Vám podány léky proti bolesti. Bolestivost je možné někdy zmírnit také výplachy chladným solným roztokem.

*Roztoky k péči o dutinu ústní Vám předá ošetřující personál, pokud Vám množství nebude stačit, personál Vám zajistí další.*

#### **Sprchování** (sprchová růžice je odstraněna, čímž se zamezí vzniku vodního aerosolu)

- k omývání používejte žínku na jedno použití, bude Vám k dispozici;
- hlavu umývejte každý den;
- oblast konečníku by měla být omyta a ošetřena po každém vyprázdnění;
- mycí prostředky můžete používat podle vašich zvyklostí, doporučujeme prostředky bez parfémových přísad.

### **Vlasy**

- Pokud podstupujete chemoterapii a vypadávají Vám vlasy, doporučujeme je výrazně zkrátit, event. úplně ostříhat;
- jste-li před převodem kostní dřeně (krvetvorných buněk), měly by Vám vlasy být vždy ostříhány;
- budete-li mít zájem o zakoupení vlasové paruky, můžeme nabídnout katalog. Většina pojišťoven hradí část ceny.

### **Nehty**

- Velmi pečlivě dbejte na pravidelné stříhání nehtů;
- meziprstní prostory u nohou po každé koupeli velmi pečlivě vysušte a po dohodě s ošetřujícím personálem použijte lokální antimykotika.

### **Vousy**

Při holení buďte velmi opatrný, zvláště v období, kdy máte snížený počet destiček. Doporučujeme raději *elektrický holicí strojek*.

### **Prádlo**

- Ložní prádlo je měněno každý den, nebo častěji dle potřeby;
- pyžamo se mění také denně;
- spodní prádlo, ponožky, případně vlastní pyžamo aj. musí být vysterilizováno (proto doporučujeme bavlněné, které vydrží vysokou teplotu), *je nutné jej měnit každý den*.

### **Režim B – v neutropenii (tzn. snížený počet bílých krvinek)**

**Hygiena obličeje a dutiny ústní** - zůstává stejná s režimem A

### **Sprchování**

- Budou Vám k dispozici žínky na jedno použití;
- hlavu umývejte minimálně 3x týdně.

### **Prádlo**

- Ložní prádlo je měněno 3x týdně (pondělí, středa, pátek) nebo častěji dle potřeby;
- pyžamo je možné mít vlastní a dbát na výměnu spolu s ložním prádlem (vlastní prádlo z domu by mělo být i vyžehlené).

### **Péče o vlasy, nehty a vousy**

Je shodná s režimem A

***Pokud jste ve stavu, kdy se necítíte dobře, veškeré hygienické úkony automaticky provede ošetřující personál.***

### **Volný režim**

#### **Prádlo**

- Ložní prádlo je měněno 1x týdně;
- další opatření nejsou nutná.

**Přezůvky** - z omyvatelného materiálu.

**Manipulace s penězi a novinami** (tyto předměty, zvláště peníze, jsou možným zdrojem infekce, proto je nutné dodržovat níže uvedené zásady)

#### **Režim A**

- Po manipulaci s penězi si vždy řádně umyjte ruce a proveďte jejich dezinfekci, nebo požádejte o pomoc sestru. Noviny budou vysterilizovány.

#### **Režim B**

- Po skončení manipulace si řádně umyjte ruce.

#### **Volný režim**

- Žádná opatření nejsou nutná.

**Rádi Vám každý den zajistíme noviny, časopisy .....**

### **Opuštění pokoje**

- Pokud opouštíte pokoj (např. na vyšetření, ozařovnu apod.) vždy použijte čistý plášť, ústenku, rukavice, Vaše obuv je po návratu dezinfikována – režim A + B.

### **Rehabilitace**

- Způsob rehabilitace se stanovuje podle Vašeho stavu a ordinace lékaře;
- probíhá pod vedením fyzioterapeutky jako aktivní, pasivní, posilovací cvičení nebo speciální rehabilitační péče.

### **Na pokojích, prosíme, nekuřte!**

---

### **Obecné informace**

#### **Postup při podávání stížností**

Případné stížnosti na zdravotní péči poskytovanou v ÚHKT předávejte, prosím, vedoucím pracovníkům klinického úseku ÚHKT (staniční sestra, vrchní sestra, primář, přednosta) nebo přímo vedení ÚHKT, osobně nebo poštou.

#### **Používání elektrických zásuvek**

K zapojení vašich osobních elektrických spotřebičů, prosíme, používejte výhradně bílé zásuvky.

#### **Identifikace pacientů**

Upozorňujeme Vás, že v rámci zajištění bezpečné péče (před každým podáním léčivých a transfuzních přípravků, před odběrem biologického materiálu a před jakýmkoli invazivním výkonem) je ošetřující personál povinen Vás řádně identifikovat dle identifikačního náramku (dostanete při přijetí) nebo dotazem na celé jméno a rok narození.

#### ***Kontakty***

Naše adresa: ÚHKT – JIHeP  
U Nemocnice 1  
128 20 Praha 2

Náš telefon: 221 977 330  
221 977 294  
221 977 288

***Pokud budete mít nějaké pochybnosti, nebo Vám nejsou některé z výše uvedených pokynů zcela jasné, ihned se, prosím, obraťte na ošetřující personál. Rádi Vaše dotazy zodpovíme.***

***Kolektiv JIHeP a TJ ÚHKT***