

MANUAL DE ORIENTAÇÕES

TRANSPLANTE AUTÓLOGO DE CÉLULAS-TRONCO
HEMATOPOIÉTICAS



CTMO
CENTRO DE
TRANSPLANTE DE
MEDULA ÓSSEA



BAÍA SUL
HOSPITAL

APRESENTAÇÃO

Este manual oferece informações básicas sobre o transplante de células-tronco hematopoiéticas (TCTH) autólogo, também conhecido como transplante de medula óssea (TMO) autólogo, realizado pela Equipe SPES no Hospital Baía Sul (HBS).

É importante destacar que o tratamento de cada paciente é individualizado, de modo que nem todas as orientações se aplicam a todos os pacientes.

Em caso de dúvidas, consulte sempre os membros do Serviço de TMO. Eles são os profissionais mais capacitados para explicar tudo o que for preciso a respeito do seu tratamento.

SPES – HEMATOLOGIA E TERAPIA CELULAR

Segurança e confiança são fundamentais em momentos críticos.

Quando não há margem para erros, é essencial contar com uma equipe especializada e experiente.

Pensando nisso, um grupo altamente qualificado de hematologistas se reuniu para formar a SPES, equipe especializada na realização de transplantes de medula óssea.

Formados nos principais centros de transplante do país, os médicos da SPES atuam no Centro de Pesquisas Oncológicas (CEPON), instituição que realiza mais de 120 transplantes de medula óssea todos os anos.

Agora, toda essa expertise está disponível também no Hospital Baía Sul, uma instituição renomada e reconhecida por seu atendimento de excelência em diversas áreas.

Essa parceria permite oferecer ao público um serviço de excelência em um ambiente seguro e confortável.

EQUIPE MÉDICA

André Guedes Vieira - CRM/SC 11719 RQE 8692/20947 - RESPONSÁVEL TÉCNICO

Camila Piaia - CRM/SC 21121 RQE 18698/18974

Jaisson André P. Bortolini - CRM/SC 12638 RQE 6094/7074

Marcos Roberto P. Oltramari - CRM/SC 25945 RQE 16568/16569/20919

Mateus Dalló Dal Pont - CRM/SC 11628 RQE 9905/9315

Tatiana Dias Marconi Monteiro - CRM/SC 16077 RQE 12281/12905

HOSPITAL BAÍA SUL

CUIDAR COM
AMOR FAZ PARTE
DA **NOSSA**
HISTÓRIA



É o mais completo, integrado e sinérgico serviço de atendimento à saúde de Florianópolis. Representa excelência e alto padrão de atendimento para você. Surgiu como uma oportunidade de consolidação dos conceitos de prestação de serviços de saúde dentro das mais modernas técnicas de arquitetura, engenharia, medicina e gestão, com o objetivo de garantir comodidade, agilidade, humanização e segurança.

Sumário

Transplante Autólogo de Medula Óssea.....	6
Etapas do Transplante de Medula Óssea.....	7
Informações Adicionais.....	14
Orientações para o Período Pós Alta Hospitalar.....	16
Prevenção de Sangramentos.....	19
Cuidados com a Exposição ao Sol.....	19
Cuidados com a Casa, Contatos Domésticos e Visitas.....	20
Medicamentos e Vacinas.....	21
Bebidas Alcoólicas e Cigarros.....	22
Cuidados com a Alimentação.....	23
Cuidados com Animais de Estimação.....	30
Cuidados Especiais com Gatos.....	31
Cuidados com Outros Animais.....	32
Sinais de Alarme.....	33
Localizações e Contatos.....	34

TRANSPLANTE AUTÓLOGO DE MEDULA ÓSSEA

Consiste na realização de quimioterapia em alta dose seguida pela infusão das células-tronco hematopoiéticas previamente coletadas do próprio paciente.

As células-tronco hematopoiéticas estão localizadas na medula óssea e são responsáveis pela produção das células do sangue: hemácias, leucócitos e plaquetas.

No transplante autólogo de medula óssea, as próprias células-tronco hematopoiéticas do paciente são coletadas antes que a quimioterapia seja administrada, e, então, são armazenadas para uso posterior. Após a quimioterapia, as células coletadas são infundidas no paciente.

Em alguns casos, o transplante autólogo possui potencial curativo; já em outros, o objetivo é aumentar o tempo de sobrevida ou o tempo até progressão da doença.

A jornada do transplante autólogo pode ser dividida em seis etapas:

- 1** Avaliação pré-TMO
- 2** Mobilização e coleta
- 3** Condicionamento
- 4** Infusão de células-tronco hematopoiéticas
- 5** Período de aplasia
- 6** Acompanhamento pós alta

Para que estas etapas sejam bem sucedidas, são necessários vários cuidados especiais que envolvem a equipe de profissionais da saúde e uma parceria saudável entre o paciente, familiares e amigos.

O Hospital Baía Sul conta com uma equipe capacitada para o cuidado do paciente em todas as etapas: equipe de enfermagem, equipe médica, serviço de nutrição e dietética, serviço de psicologia, serviço de farmácia, serviço social, serviço de odontologia e serviço de fisioterapia.

1ª ETAPA Avaliação pré-transplante

Nesta fase são avaliadas:

- Indicação do transplante.
- Evolução da doença.
- Condições clínicas do paciente.

Trata-se de uma etapa extremamente importante, pois nela podem ser detectadas condições que aumentem o risco do procedimento, permitindo que eventuais medidas para os reduzir sejam tomadas.

A avaliação mínima a ser realizada é constituída por:

- Ecocardiograma.
- Sorologias.
- Exames laboratoriais gerais.
- Avaliação odontológica.

Outras avaliações podem ser solicitadas de acordo com a avaliação médica.



2ª ETAPA Mobilização e coleta

A segunda etapa é composta pelas fases de mobilização e coleta.

A mobilização é o processo através do qual as células-tronco hematopoiéticas aumentam de número e são deslocadas da medula óssea para o sangue, onde podem ser coletadas.

Para isso, é utilizado um medicamento chamado filgrastim. O filgrastim é aplicado por via subcutânea (debaixo da pele) uma a duas vezes por dia, por no mínimo 4 dias. O uso deste medicamento é considerado seguro, mas podem ocorrer efeitos adversos. Os mais comuns são dor óssea, dor de cabeça, febre e reações no local da aplicação. Na maioria dos casos, esses sintomas podem ser controlados com o uso analgésicos simples (remédios para dor).

Em algumas ocasiões, uma quantidade suficiente de células-tronco não pode ser coletada apenas com o uso de filgrastim. Nestas situações, pode ser necessário o uso de outro medicamento, chamado plerixafor. O plerixafor também é aplicado com uma pequena agulha sob a pele, em dose única. Os efeitos colaterais mais comuns do filgrastim e do plerixafor usados em combinação, incluem: reações no local da injeção, dores de cabeça, dor óssea, tontura e náuseas. Para a coleta das células-tronco, é necessário a instalação de um cateter venoso em uma veia profunda (femoral, jugular ou subclávia) por um cirurgião.

A coleta das células-tronco é realizada através de um equipamento chamado máquina de aférese. Durante o procedimento, o sangue sai do corpo do paciente e passa pela máquina, que separa as células-tronco necessárias para o transplante. Essas células ficam armazenadas em uma ou mais bolsas e o restante do sangue volta para o paciente. Esse procedimento dura em média 4 horas, mas pode durar mais dependendo de diversos fatores.

Durante a coleta, o paciente pode apresentar reações adversas, as quais geralmente são leves e raramente podem ser graves. Os sintomas mais comuns são tremores e formigamento, que ocorrem devido à diminuição de cálcio no sangue devido ao anticoagulante utilizado durante a coleta e são tratados com a reposição de cálcio por via oral ou endovenosa.

Quando se planeja realizar a infusão até 48h após a coleta, as células são mantidas apenas refrigeradas. Já quando se planeja infundir as células após um intervalo maior, as células são congeladas.



Foto: Brenda Lima

3ª ETAPA Condicionamento

Antes da infusão das células-tronco, o paciente recebe uma alta dose de quimioterapia, que é chamada de condicionamento. Essa fase pode durar de um a oito dias e envolve a aplicação de um ou mais quimioterápicos. O objetivo do condicionamento é eliminar o maior número possível das células cancerígenas, obtendo assim um melhor controle da doença.

A fase de condicionamento pode ocorrer na mesma internação da coleta ou em internações distintas, dependendo da decisão médica.

Os efeitos colaterais relacionados ao condicionamento podem perdurar por semanas e dependem do esquema de quimioterapia utilizado. Dentre eles, podemos citar: náuseas e vômitos, diarreia, mucosite (feridas na boca), anemia, leucopenia, plaquetopenia, alopecia (queda de cabelo), infecções e disfunções renais, hepáticas, cardíacas e neurológicas. Na maioria dos casos, os efeitos colaterais são leves a moderados, mas podem ser graves a ponto de levar o paciente a óbito.



4ª ETAPA - Dia do transplante Infusão das Células Tronco

A infusão das células-tronco previamente coletadas costuma ocorrer de 24h a 48h após o término condicionamento. O processo de infusão pode ocorrer de duas formas diferentes:

- Transplante fresco: nos casos em que não houve congelamento das células, a infusão ocorre de forma semelhante a uma transfusão de sangue por meio do cateter e costuma levar cerca de 2h.

Os efeitos colaterais são raros nesse tipo de infusão.

- Transplante com células criopreservadas: nos casos em que as células foram previamente congeladas, o processo é um pouco diferente. As bolsas são descongeladas e seu conteúdo é imediatamente infundido no paciente através do cateter. É importante destacar que durante o processo de congelamento é utilizada uma substância chamada dimetilsulfoxido (DMSO) para manter a integridade das células. Durante a infusão, este medicamento é prontamente metabolizado pelos pulmões, mas pode causar efeitos adversos durante a infusão e nas primeiras horas após ela. Os efeitos mais comuns são sensação de cheiro ou sabor incomuns, náusea, dor abdominal, diarreia, rubor e tosse.

Em ambos os casos, após a infusão, as células-tronco migram através da corrente sanguínea até encontrar seu lugar na medula óssea, onde passarão a se proliferar após alguns dias, restaurando a produção dos elementos do sangue.

5ª ETAPA - Período de Aplasia

Esta é a fase mais crítica do transplante, quando a contagem de todos os elementos do sangue estão baixos por conta da quimioterapia utilizada durante o condicionamento.

O principal risco nesta fase são as infecções, pois as células de defesa encontram-se em um número muito reduzido. Por conta disso, o paciente deve permanecer internado em um local adequado e sob monitoramento constante para que possa ser tratado caso haja qualquer suspeita de infecção.

Além disso, é comum que o paciente necessite receber transfusões de hemácias e plaquetas para correção de anemia e plaquetopenia, reduzindo assim os sintomas de fraqueza e o risco de sangramento.

Esta fase se encerra quando o número de plaquetas sobe para níveis maiores que 20.000 e os neutrófilos (um dos tipos de células de defesa) para mais de 500. Nesse momento, é dito que ocorreu a enxertia medular ou pega da medula.

O tempo para a pega da medula varia de acordo com o tipo de condicionamento utilizado e pode variar de 10 a 28 dias.

Após a pega da medula, o paciente pode receber alta, desde que se encontre em boas condições clínicas e sem sinais de infecções graves ou outras complicações que requeiram tratamento em ambiente hospitalar.



6ª ETAPA - Cuidados Pós Alta

Costuma-se dizer que o transplante não acaba quando termina.

É importante que após a alta o paciente siga as orientações da equipe médica para reduzir o risco de complicações que possam colocar sua saúde em risco.

De modo geral, o paciente retorna ao acompanhamento com seu médico assistente após a alta, mas, se necessário, pode ser avaliado pelos médicos da SPES no Hospital Baía Sul.



INFORMAÇÕES ADICIONAIS

Os objetos e pertences levados para a internação devem ser novos e acondicionados em embalagem plástica original.

O hospital fornece roupas de cama, toalhas de banho, sabonete líquido e pijamas.

Todos os produtos que forem trazidos deverão ser entregues à enfermagem.

Seguem os pertences e objetos sugeridos:

1 par de chinelos de borracha para usar durante o banho.

1 par de chinelos da preferência do paciente para usar durante o período de internação.

1 escova dental ultra macia.

1 pasta dental (com flúor e sem Lauril sulfato de sódio), exemplo: Elmex laranja, sensodyne repair e protect, curaprox enzymal 1450 e paradontax flúor.

1 fio dental.

1 pote plástico com tampa para acondicionar a escova e pasta dental.

1 Hidratante e regenerador labial contendo dexpanthenol. Exemplo: bepantol, bepantriz e cicoplast.

Meias, calcinhas, sutiãs, cuecas de algodão, boné, gorro, lenço para a cabeça, touca.

Desodorante em creme, sem perfume e sem álcool.

Hidratante corporal sem perfume. Exemplos: Cetaphil, Lanette, Neutrogena creme corporal.

Sabonete neutro para a higiene corporal.

Medicamentos de uso contínuo.

Lista completa de medicamentos que utiliza com nome, dose e horário que toma rotineiramente.

As peças de roupas trazidas não poderão ser lavadas no banheiro, portanto, é importante trazê-las em quantidade suficiente para uma internação de três semanas.

O hospital não se responsabiliza por perdas, furtos e danos que acontecem aos objetos de valor. O paciente deve evitar levar jóias, bijuterias, dinheiro, cartões de bancos, relógio e outros objetos de valor.

ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO PÓS ALTA HOSPITALAR

As orientações foram escritas para ensinar a você os cuidados que devem ser tomados após a alta hospitalar para que você tenha uma vida mais segura.

Estes cuidados são fundamentais, principalmente nos primeiros seis meses após o transplante:



Lavar as mãos frequentemente e cuidadosamente, com água e sabão. Ou utilizar álcool em gel, nas seguintes situações:

- Antes de comer ou preparar alimentos;
- ao chegar em casa (vindo de qualquer lugar);
- após urinar ou evacuar;
- após tocar em plantas ou terra;
- após mexer no lixo doméstico;
- após tocar em animais;
- após tocar em secreções (saliva, suor, urina, vômitos);
- após tocar em fezes;
- após tocar em objetos que possam ter tido contato com fezes humanas ou de animais (por exemplo, roupas, roupas de cama, fraldas);
- após tirar as luvas;
- antes e após tocar em feridas.



Evitar tocar os próprios olhos, nariz e boca.

A menos que as mãos tenham sido lavadas, para evitar a autoinoculação com vírus respiratórios da comunidade.



Evitar o contato próximo com pessoas com sintomas de resfriado, gripe, sinusite ou pneumonia.

Se isto não for possível, você e a pessoa com infecção devem lavar as mãos com frequência, além de usar máscara.



Evitar locais com muitas pessoas.

Exemplos: centros comerciais, lojas, supermercados, cinemas, igrejas, escolas e restaurantes. Nestes locais o contato próximo com pessoas com infecções respiratórias é provável. Caso não possa evita-los, procure ir fora do horário de pico, quando há menos pessoas, lave as mãos e use máscara cirúrgica enquanto estiver em tais ambientes e procure ficar em áreas mais ventiladas.



Evitar entrar em rios, lagos e piscinas de uso coletivo.



Evitar locais de construção, de escavação ou com muita poeira.



Evitar jardinagem e o contato direto com terra ou plantas.

Se isto não for possível, você deve usar luvas de proteção para evitar ferimentos e máscaras cirúrgicas ao tocar em plantas ou terra e lavar as mãos após. Evitar a geração de aerossóis de plantas ou terra através de atividades como varrer folhas.



Evitar exposição a poleiros, cavernas, grutas e fezes de pássaros ou morcegos.



Os lixos domésticos devem ser mantidos tampados.

Você não deve mexer no lixo doméstico. Se isto não for possível, você deve usar máscara cirúrgica e luvas descartáveis quando fizer isto, e lavar as mãos após.



Prevenção de infecções transmitidas pelo sexo:

Usar sempre preservativos de látex (camisinha) durante o sexo. Evitar sexo oral e sexo anal. Você pode usar um gel lubrificante solúvel em água (por exemplo, Vagisil® gel, K-Y® gel). Você não deve usar vaselina, pois ela pode causar infecções e diminuir a eficácia dos preservativos.

Lembre-se: Usar máscara cirúrgica quando você estiver fora de casa em contato com outras pessoas.

PREVENÇÃO DE SANGRAMENTOS

Você está sob maior risco de sangramento enquanto sua contagem de plaquetas estiver abaixo de 50.000/mm³.

Portanto, até que sua contagem de plaquetas atinja 50.000/mm³, você deve tomar os seguintes cuidados:

- Usar apenas máquina de barbear elétrica.
- Não praticar esportes que possam causar lesões.
- Não andar de moto, scooters, bicicleta, skate, patinete ou patins.
- Não usar aspirina ou remédios que tenham aspirina.
- Não usar remédios anti-inflamatórios não-esteroidais.

CUIDADOS COM A EXPOSIÇÃO AO SOL



Sua pele estará mais sensível ao sol por causa da quimioterapia em altas doses utilizada no transplante. Você deve tomar os seguintes cuidados:

EVITAR ATIVIDADES AO AR LIVRE ENTRE 10 E 16 HORAS, MESMO EM DIAS NUBLADOS.

Quando estiver ao ar livre, mesmo em dias nublados:

- Usar chapéu ou boné.
- Usar filtro solar e protetor labial, com FPS de pelo menos 30.
- O uso de protetor solar com FPS de pelo menos 30 deve ser realizado por toda a vida, para prevenir o câncer de pele.

CUIDADOS COM A CASA, CONTATOS DOMÉSTICOS E VISITAS



Sua casa deve ser mantida o mais livre possível de sujeira e poeira.

Seu banheiro deve ser limpo com um desinfetante regularmente. O melhor é que esta limpeza seja realizada por outra pessoa. Você não deve permanecer em ambientes úmidos ou com mofo. Umidificadores de ar não devem ser usados.



Você pode receber visitas, mas limite-as a pequenos grupos. Você não deve receber visitas que tenham:

- Qualquer sintoma respiratório, como coriza, tosse, congestão nasal.
- Qualquer doença infecciosa, como resfriado, gripe, conjuntivite, sinusite, pneumonia, amigdalite, diarreia, catapora, rubéola, sarampo, herpes, tuberculose.
- Recebido a vacina oral contra a poliomielite nas últimas 6 semanas (crianças costumam receber essa vacina com 15 meses e 4 anos de idade).

As pessoas que moram com você devem receber as vacinas recomendadas para prevenir doenças em sua casa e reduzir o risco de transmissão de infecções para você, incluindo vacina da gripe e da COVID-19.

Vacina contra poliomielite (importante!): As crianças que moram com você devem receber a vacina inativada contra a poliomielite. Se alguma criança receber a vacina oral contra a poliomielite, você deve evitar o contato próximo com esta criança por 6 semanas após a vacinação.

MEDICAMENTOS E VACINAS



Ao receber alta do hospital, você receberá uma receita com os remédios que devem ser tomados.

Esses remédios são importantes para a prevenção de infecções e para a recuperação da medula óssea. Portanto, você deve tomar esses remédios corretamente.



Você não deve tomar remédios por conta própria.



Você não deve tomar remédios caseiros ou homeopáticos, sem que haja liberação médica.



Ao receber alta do hospital, você também receberá um calendário vacinal.

Com as vacinas que devem ser administradas nos meses subsequentes ao transplante. Essas vacinas são importantes para a prevenção de infecções.

BEBIDAS ALCOÓLICAS E CIGARROS



Não tomar bebidas alcoólicas até que haja liberação médica.

Após o transplante, seus órgãos precisam de tempo para se recuperar. As bebidas alcoólicas podem prejudicar seu fígado e sua medula óssea em recuperação. Este dano pode ser pior se você estiver tomando remédios que possam afetar seu fígado.



Não fumar cigarro, charuto, cigarro de palha e cigarro eletrônico. Não fumar maconha.

Fumar ou usar outros produtos de tabaco pode aumentar o risco de você ter um segundo câncer, portanto evite-os por toda a vida.

NÃO UTILIZAR NENHUM TIPO DE DROGA ILÍCITA!

CUIDADOS COM A ALIMENTAÇÃO

Os alimentos que você pode comer e os que não deve comer nos primeiros 3 meses após o transplante estão citados abaixo:

Leite e derivados permitidos:

- ✓ Leite pasteurizado.
- ✓ Todos os produtos lácteos pasteurizados, incluindo iogurte, sorvete, picolé, milkshakes, requeijão, queijo cottage, queijo ricota e queijo minas frescal.
- ✓ Creme de leite pasteurizado.
- ✓ Queijos duros e semiduros embalados comercialmente.
- ✓ Queijos macios como brie, feta e camembert, cozidos.

Leite e derivados que devem ser evitados:

- ✗ Leite não pasteurizado ou cru.
- ✗ Produtos lácteos feitos de leite não pasteurizado ou cru.
- ✗ Queijos temperados (isto é, queijos contendo pimenta ou outros vegetais crus).
- ✗ Queijos com fungos (como azul, Stilton, Roquefort e gorgonzola).
- ✗ Leite fermentado (por exemplo, kefir, Yakult®, Chamyto®, Activia®, Actimel®).

Ovos permitidos:

- ✓ Ovos cozidos (até que a gema e a clara estejam duras).

Ovos que devem ser evitados:

- ✗ Ovos crus ou malcozidos.

Carnes e derivados permitidos:

- ✓ Todas as carnes (isto é, de qualquer animal) cozidas, assadas, grelhadas ou fritas, bem passadas.
- ✓ Carnes enlatadas (carne bovina, porco, aves, peixe, presunto, bacon, linguiça, salsicha).
- ✓ Salame, linguiça, mortadela, salsicha, presunto e outros frios, embalados comercialmente, aquecidos até cozinhar.
- ✓ Tofu pasteurizado ou cozido.

Carnes e derivados que devem ser evitados:

- ✗ Carnes, aves e peixes, crus ou malpassados e salame e linguiça artesanais.

Frutas permitidas:

- ✓ Frutas frescas ou congeladas, bem lavadas.
- ✓ Frutas congeladas ou enlatadas, cozidas.
- ✓ Sucos e polpas de frutas congelados, pasteurizados.
- ✓ Frutas secas.

Frutas que devem ser evitadas:

- ✗ Frutas frescas ou congeladas, não lavadas.
- ✗ Sucos e polpas de frutas, não pasteurizados.

Verduras e legumes permitidos:

- ✓ Verduras e legumes frescos ou congelados, bem lavados.
- ✓ Todas as verduras e legumes cozidos, sejam frescos, congelados ou enlatados.
- ✓ Brotos de verduras e legumes, cozidos (como brotos de feijão).
- ✓ Ervas e temperos secos (adicionados a alimentos crus ou cozidos).
- ✓ Todas as sopas cozidas.

Verduras e legumes que devem ser evitados:

- ✗ Verduras, legumes e ervas frescas, não lavados.
- ✗ Todos os brotos de verduras e legumes frescos.
- ✗ Todos os produtos com missô.
- ✗ Sucos de verduras e legumes, não pasteurizados.

Oleaginosas permitidas:

- ✓ Oleaginosas torradas e embaladas; Oleaginosas torradas sem casca; Oleaginosas em produtos cozidos.
- ✓ Manteigas de oleaginosas embaladas comercialmente (como manteiga de amendoim).

* Por exemplo, amêndoa, amendoim, avelã, castanha de caju, castanha-do-pará, nozes, pistache.

Oleaginosas que devem ser evitadas:

- ✗ Oleaginosas cruas, não torradas; Oleaginosas torradas com casca

* Por exemplo, amêndoa, amendoim, avelã, castanha de caju, castanha-do-pará, nozes, pistache.

Pães, cereais e derivados permitidos:

- ✓ Todos os pães, panquecas, waffles, torradas.
- ✓ Batata chips, salgadinhos de milho, tortilhas, pretzels, pipoca.
- ✓ Grãos e produtos de grãos cozidos, incluindo massas e arroz.
- ✓ Todos os cereais matinais (por exemplo, Sucrilhos®).
- ✓ Todos os cereais cozidos.

Pães, cereais e derivados que devem ser evitados:

- ✗ Produtos de grãos crus (não assados ou cozidos), como aveia crua.

Sobremesas permitidas:

- ✓ Bolos, tortas, doces e pudins, comerciais ou caseiros, refrigerados.
- ✓ Doces com creme de leite, refrigerados.
- ✓ Cookies caseiros ou comerciais.
- ✓ Sorvetes, picolés e produtos similares (feitos com leite pasteurizado)
- ✓ Balas, chicletes.

Sobremesas que devem ser evitadas:

- ✗ Doces com creme de leite, não refrigerados.

Gorduras permitidas:

- ✓ Óleos e gorduras vegetais.
- ✓ Margarina, manteiga e banha refrigerados.
- ✓ Maionese e molhos para a salada, comerciais (refrigerados após abertos).
- ✓ Molhos para carne, cozidos.

Outros alimentos permitidos:

- ✓ Mel comercial, pasteurizado.
- ✓ Sal, açúcar granulado, açúcar mascavo.
- ✓ Geleias, xaropes (refrigerados após abertos); Ketchup, mostarda, molho barbecue, molho de soja, outros condimentos.
- ✓ (refrigerados após abertos); Pickles, azeitonas (refrigerados após abertos) e Vinagre.

Outros alimentos que devem ser evitados:

- ✗ Mel cru; mel no favo; Suplementos nutricionais e herbais e Levedo de cerveja, se não cozido.

Água e outras bebidas permitidas:

- ✓ Água encanada fervida ou filtrada.
- ✓ Água mineral.
- ✓ Água de poço fervida.
- ✓ Todas as bebidas enlatadas ou engarrafadas.
- ✓ Todas as bebidas em pó (diluído em água própria para o consumo).
- ✓ Café solúvel.
- ✓ Chá solúvel; chá gelado feito com água fervida; chá de ervas de saquinho.

Água e outras bebidas que devem ser evitadas:

- ✗ Água encanada não fervida ou não filtrada.
- ✗ Água de poço não fervida.
- ✗ Gelo feito com água imprópria para o consumo.
- ✗ Sucos de frutas, verduras e legumes, não pasteurizados.
- ✗ Bebidas alcoólicas (até a liberação médica).
- ✗ Chá mate.

ATENÇÃO!

Antes de serem descascadas ou cortadas, as frutas, verduras e legumes devem ser lavados em água corrente e deixados de molho em uma solução de hipoclorito de sódio, por 10 minutos. Após este período, os alimentos podem ser enxaguados em água corrente e armazenados ou consumidos.

Como preparar a solução de hipoclorito de sódio:

Coloque 20 gotas de hipoclorito de sódio (como Hidrosteril® ou outro comercial) por litro de água. Coloque as frutas, verduras ou legumes nessa solução dentro um recipiente, aguarde por 10 minutos e enxágue em água corrente.

CUIDADOS COM ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO

- Lavar as mãos após o contato direto com o animal.
- Reduzir o contato direto com o animal.
- Evitar o contato direto com o animal doente (por exemplo, com diarreia).
- Prestar atenção na saúde do animal.
- Levar imediatamente o animal ao veterinário, se ele ficar doente.
- Garantir que o animal esteja com a vacinação em dia.
- Cozinhar bem os ovos, aves ou produtos de carne, caso sejam dados para o animal.
- Fornecer laticínios apenas pasteurizados ao animal.
- Evitar que o animal suba na cama ou no sofá que você usa.
- Evitar o contato com fezes do animal. Se isto não for possível, você deve usar luvas descartáveis quando isto acontecer, e lavar as mãos após.
- Evitar a adoção de animais doentes.
- Evitar a adoção de animais jovens (por exemplo, gatos com menos de 6 meses de vida).
- Evitar a adoção de animais de rua.

CUIDADOS ESPECIAIS COM GATOS

Para reduzir o risco de toxoplasmose, os seguintes cuidados devem ser tomados em casas com gatos:

- A caixa de areia deve ser limpa por outra pessoa, não por você.
- A caixa de areia não deve ser colocada em locais onde os alimentos são preparados ou consumidos.
- A caixa de areia deve ser limpa diariamente.
- As fezes dos gatos devem ser descartadas com cuidado.
- As roupas de cama devem ser trocadas diariamente caso os gatos subam na sua cama.



CUIDADOS COM OUTROS ANIMAIS

- Usar luvas descartáveis ao tocar em objetos contaminados com fezes de pássaros.
- Os forros de gaiola devem ser limpos por outra pessoa, não por você.
- Evitar o contato com patos e galinhas.
- Os aquários devem ser limpos por outra pessoa, não por você. Se isto não for possível, você deve usar luvas descartáveis quando fizer isto, e lavar as mãos após.





SINAIS DE ALARME

Você deve procurar atendimento médico imediato, caso apresente:

Febre (temperatura igual ou maior que 37,8° C): Tenha um termômetro em casa e verifique sua temperatura sempre que você não se sentir bem.

Calafrios;

Tosse, falta de ar, espirros ou coriza;

Diarreia;

Vômitos;

Dificuldade para tomar os remédios prescritos;

Sangramento;

Sintomas urinários;

Contato com pessoas portadoras de doenças infecciosas, como: catapora, rubéola, sarampo, herpes, tuberculose, doenças venéreas, entre outras.

LOCALIZAÇÕES E CONTATOS

Centro de Transplante de Medula Óssea do Hospital Baia Sul

Localização: R. Menino Deus, 63 - Centro, Florianópolis

Contato: (48) 9 8824 1110

SPES Hematologia e Terapia Celular

Localização: R. Menino Deus, 63 - Centro, Florianópolis

Contato: (48) 9 8824 1110

equipespes.com.br

ctmo@hospitalbaciasul.com.br

Pronto Socorro do Hospital Baia Sul

Localização: R. Menino Deus, 63 - Centro, Florianópolis

Atendimento 24 horas.

Serviço de Odontologia

Localização:

Contato:

Serviço de Nutrição

Localização:

Contato:

Elaboração:

Equipe Médica e Multiprofissional do Centro de Transplante de Medula Óssea.

Revisão Técnica:

Equipe Médica e Multiprofissional do Centro de Transplante de Medula Óssea.

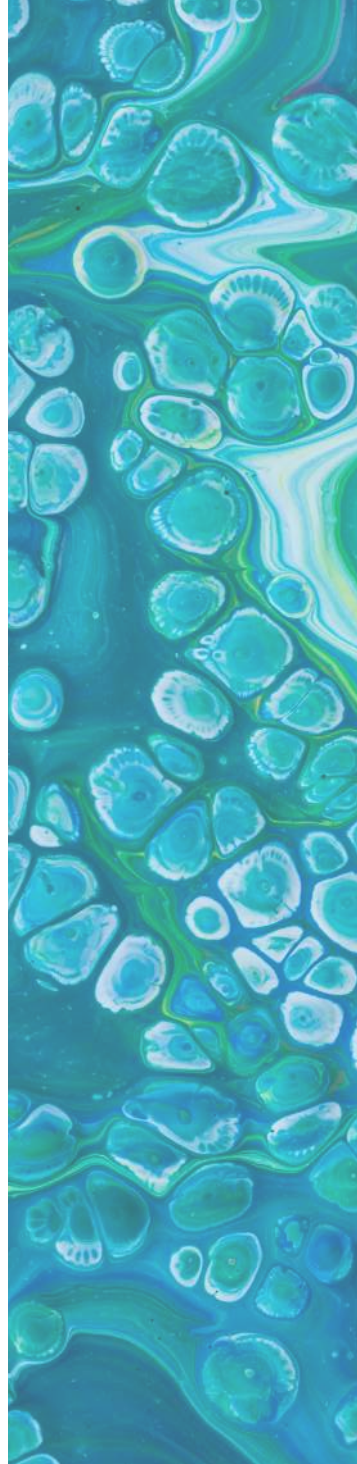
Revisão e Diagramação:

Gerência de Comunicação e Marketing do Hospital Baía Sul.

CENTRAL DE RELACIONAMENTO

O Hospital Baía Sul conta com um serviço de Relacionamento com Paciente, que tem por finalidade garantir a qualidade da assistência prestada pelos profissionais de saúde. Você poderá fazer registro de elogios, sugestões ou críticas pelo telefone **(48) 3229-7777**

Pelo e-mail: sac@hospitalbaciasul.com.br ou através do site hospitalbaciasul.com.br/contato/.





BAÍA SUL
HOSPITAL