

Disminución de las defensas y de la coagulación:

- Acuda a Urgencias si tiene fiebre mayor a 38° C.



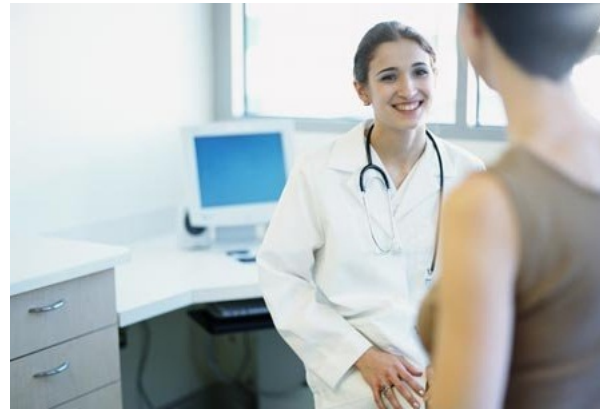
- Vigile posibles signos de sangrado, tales como la aparición de hematomas.
- Evite los lugares muy concurridos y el contacto con personas que padezcan enfermedades infecciosas.
- Extreme su higiene personal.
- Asegúrese de que los alimentos están bien cocinados y en buen estado.
- Evite los golpes y en especial todo aquello que pueda producirle heridas.
- Use ropa holgada.

Diarrea:

- Tome preferentemente los siguientes alimentos: yogur natural, arroz o pasta cocidas, patatas, zanahorias cocidas, pechuga de pollo, jamón cocido, plátano maduro y manzana sin piel.
- Beba abundantes líquidos, pero en pequeñas tomas.
- De persistir la diarrea, consulte a su médico.

Otros consejos prácticos

No tome ningún medicamento sin consultarlo con su médico.



Oirá muchos comentarios de otros pacientes o de sus familiares, sepa que cada persona y cada enfermedad son distintas, por tanto, lo que le ocurra a otras personas no tiene necesariamente por qué sucederle a usted.

Le deseamos una pronta recuperación y que su estancia sea lo más agradable posible. Con la colaboración de todos podremos conseguirlo.



Hospital Universitario Virgen de la Victoria



Recomendaciones al alta para pacientes con quimioterapia

UGC Oncología

Documento aprobado por la Comisión de Calidad
"Educación para la Salud"
Fecha de última revisión: 07/10/2010

Hospital Universitario Virgen de la Victoria
Campus Universitario Teatinos, s/n
29010 - Málaga - España
951 032 000 / Fax 951 032 022
<http://www.huw.es>

Efectos secundarios de la Quimioterapia



Este tríptico está orientado a ayudarle a usted y a sus cuidadores a conocer mejor los posibles efectos secundarios que puede producir el tratamiento con quimioterapia. A continuación le describimos los síntomas más comunes.

Náuseas y vómitos: sepa que éstos síntomas suelen durar de 3 a 5 días tras el tratamiento, por lo que le recomendamos:

- No cocine usted mismo/a.
- Evite los alimentos fritos, las grasas y las comidas con olores fuertes.
- Tome la comida templada o fría.
- Haga varias comidas ligeras en el día y tome alimentos secos tales como: pan tostado, galletas, cereales...
- Beba líquidos fríos y a sorbos fuera de las comidas.
- Haga una comida ligera unas horas previas al tratamiento, pero no inmediatamente antes.

Si experimenta **pérdida de apetito, alteraciones del gusto** (sabor amargo, metálico...):

- Haga comidas frecuentes (poca cantidad) en ambiente agradable, dando prioridad a lo que le apetezca.
- Condimente los alimentos con hierbas aromáticas (orégano, romero...).
- No tome alimentos muy fríos o muy calientes.



Si se le produce **inflamación de las mucosas** (llagas en la boca...):

- Recuerde que este efecto es pasajero.
- Tome alimentos blandos, de textura suave, troceados o en puré, mezclados con líquidos y a temperatura ambiente.
- No tome alimentos ásperos, picantes o secos.
- Evite el alcohol y el tabaco.



- Use cepillo dental suave.
- Consulte con su médico ante la posibilidad de requerir tratamiento para prevenir la sobreinfección.

Otros síntomas

Debilidad del cabello:

- Mantenga el pelo corto, lávelo con champú neutro y use un cepillo suave.



- No use tintes, ni permanentes ni secador.

Afectación de la piel (resecamiento, sensibilidad a la luz solar):

- Protéjase de la luz solar, sepa que puede pasear pero no debe exponerse directamente al sol.



- Use cremas hidratantes y de protección solar.
- Proteja su cabeza mediante el uso de gorras, sombreros...