



AKADEMISKA  
SJUKHUSET

# Efter intensiv cytostatikabehandling

Information



Denna informationsbroschyr har utformats till dig som genomgått intensiv cytostatika-behandling på hematologavdelningen. Vi vill informera dig om vad som är viktigt att tänka på tiden efter. Råden täcker dock inte in alla situationer och kan behöva individualiseras.



## Har du frågor, kontakta:

För dig som kommer från ett annat län än Uppsala, vänligen kontakta i första hand mottagning/avdelning på ditt hemsjukhus.

Kontakta oss via e-tjänster på [www.1177.se](http://www.1177.se)

Hematologmottagningen  
Hematologavdelningen

018-611 43 30  
018-611 42 90

# Råd efter intensiv cytostatikabehandling

## Handhygien

Eftersom behandlingen påverkar ditt immunsystem så att du blir infektiöskänslig är det viktigt med noggrann handhygien, både för dig och dina närstående.

## Luftvägssmitta

Träffa gärna folk men undvik infekterade personer (luftvägssmitta). Försök att undvika folksamlingar och köer och tänk på att hålla avstånd.

Om du kommer i kontakt med någon som kan vara smittad av vattkoppor– kontakt din läkare för att diskutera om några åtgärder behöver vidtas. Vattkoppor kan vara farligt för dig. Risken för insjuknande är dock liten om du haft vattkoppor tidigare eller tar virusprofylax (Aciklovir).

## Vaccinationer

Närstående bör vaccinera sig mot influensa under influensatider. Även små barn kan vaccineras.

## Undvik mögelsvampsporer

Undvik att vistas i närheten av husrenoveringar och ombyggnationer och undvik att gräva i jord. I jord och byggdamm kan det finnas mögelsvampsporer som kan orsaka farliga infektioner när du är infektiöskänslig.

## Husdjur

Husdjur är okej men var försiktig med närkontakt (till exempel sov inte med husjuret, låt det inte slicka dig i ansiktet och var som vanligt nogsam med handhygien).

## Mat och dryck

Med några undantag finns det inga restriktioner i mathållningen ur infektionssynpunkt. Använd sunt förnuft och normal aktsamhet.

Undvik gravade produkter samt opastöriserade mjölkprodukter, till exempel vissa mögelostar. Var också försiktig med färdigmat som inte går att värma såsom smörgåsar, bakelser och sallader. Färsk, nylagad mat som ser fräsch ut kan du äta. Undvik mat i vacuumförpackningar med lång hållbarhet där det är kort återstående hållbarhet.

Det går bra att dricka kranvatten i Sverige. Det är bra om du kan dricka mycket, helst 1,5–2 liter per dygn (valfri dryck).

Under pågående behandling rekommenderas att helt undvika alkohol.

## Tandvård

Använd mjuk tandborste, till exempel TePe Mjuk för att minimera risk för blödning.

## Hud

Undvik solning eftersom huden är mer känslig efter cytostatikabehandlingen. Om du vistas i solen, använd helst solskyddsfaktor 50 samt huvudbonad.

## Samliv

Det finns inga hinder för samlag men slemhinnorna kan vara torra och sköra och då finns det bra glidmedel att använda.

## Hantering av kroppsvätskor

Efter din behandling finns det rester av cytostatika kvar i kroppen upp till 5 dygn efter behandlingen. Det gäller framför allt i kroppsvätskor som kräkningar, avföring och urin men även mindre rester i svett, saliv och sädesvätska.

- Sitt ner på toaletten och stäng locket efter varje toalettbesök och spola 2 gånger.
- Vid kräkning – använd helst kräkpåse som försluts och slängs direkt i sopherteringen.
- Avfall som inkontinensskydd, kräkpåse mm läggs i soppåse och sorteras som brännbart avfall (använd engångshandskar)
- Vid eventuellt spill, torka upp med vanligt rengöringsmedel och vatten.
- Förorenade kläder/textilier tvättas separat i tvättmaskin.
- Om du svettas mycket – duscha och byt sängkläder oftare. Tvätta sängkläderna med vanligt tvättmedel.

## Viktiga åtgärder vid symtom

Det är viktigt att du snabbt hör av dig till ditt hemsjukhus (mottagning/avdelning) vid feber, hosta, andfåddhet, blödning, blåsor i huden (bältros) eller andra nyttillkomna sjukdomssymtom.

## Information given av

---

(Vårdpersonalens namn, profession)



### 1177

Du hittar information och tjänster för din hälsa och vård på webbplatsen 1177.se. För sjukvårdsrådgivning ring 1177, öppet dygnet runt.



### Kontakt Akademiska

Akademiska sjukhuset nås via:  
[patientkontakt@akademiska.se](mailto:patientkontakt@akademiska.se)  
Patientkontakt 018-611 30 33,  
Växel: 018-611 00 00  
[www.akademiska.se](http://www.akademiska.se)

[www.akademiska.se](http://www.akademiska.se)