

Maßnahmen am eigenen Körper

Nasen- und Lippenpflege

Feucht und geschmeidig gehaltene Haut und Schleimhaut ist weniger anfällig für Keime.

Unsere Empfehlung

- mind. 3-mal täglich Nasenpflege mit speziellem Öl
- Naseschnauben vermeiden
- mind. 2-stündlich Lippenpflege mit feuchtigkeitshaltiger Creme
- weiche Papiertücher verwenden

Temperaturmessung

Durch das regelmäßige Messen Ihrer Körpertemperatur lassen sich mögliche Infektionen schnell erkennen und es kann sofort reagiert werden.

Unsere Empfehlung

- 4-mal täglich messen
- bei Schüttelfrost und Fieber zusätzlich messen



Ihr Aufenthalt bei uns

Sie haben weiterhin die Möglichkeit, persönliche Dinge zur Gestaltung mitzubringen. Ihre momentane Situation erfordert nur einige Veränderungen.

Unsere Empfehlung

- keine Blumen, da sich im Wasser Keime gut vermehren können
- nur leicht zu desinfizierende Gegenstände im Zimmer aufbewahren
- nur neu erworbene Lektüre lesen (Bücherei meiden)
- Staubaufwirbelungen vermeiden

Sie sollten sich in nächster Zeit hauptsächlich im Isolierzimmer aufhalten, da dieses Ihnen den besten Schutz vor Keimen bietet. Wenn Sie doch einmal das Zimmer verlassen müssen – zum Beispiel zu einer Untersuchung – sollten Sie einige Schutzmaßnahmen treffen.

Unsere Empfehlung

- Mund- und Nasenschutz tragen (Wechsel nach max. 2 Tagen)
- Meiden von größeren Menschenansammlungen, z. B. Café
- Fernhalten von Baustellen und Erdarbeiten

Besucher

Die Dauer der Isolation kann einen längeren Zeitraum umfassen. Da der Kontakt zur Familie oder zu Freunden in dieser Zeit sehr hilfreich ist, möchten wir Sie darin bestärken, auch weiterhin Besuch zu empfangen. Allerdings stellen Menschen einen Pool von Keimen dar, der Ihnen schaden könnte. Aus diesem Grunde sollten Sie und Ihre Besucher die folgenden Regeln einhalten.

Unsere Empfehlung

- max. 2 Besucher pro Zimmer
- bei größerer Anzahl sollten die Besucher wechselweise den Raum aufsuchen
- kein Besuch von Personen mit ansteckenden Erkrankungen
- kein Besuch von Kindern unter 14 Jahren, da diese noch Kinderkrankheiten haben könnten
- Alle Besucher sollten:
 1. die Hände desinfizieren,
 2. Mund- und Nasenschutz anlegen,
 3. Jacken ablegen und
 4. sich nicht auf das Patientenbett setzen.

Ernährung

Auch über die Nahrung ist es möglich Keime aufzunehmen. Da Erde zum Beispiel einen optimalen Nährboden für Keime darstellt, sind in Erdnähe wachsende Nahrungsmittel besonders hoch mit Keimen belastet.

In unserer Krankenhausküche erfolgt die Zubereitung von keimarmer Kost nach strengsten Kriterien. Außerdem berät eine Diätassistentin Sie über diese Kostform. Sie erhalten von ihr auch Informationen darüber, was Ihre Besucher Ihnen mitbringen dürfen.

Unsere Empfehlung

- Verzehr von keimarmer Kost
- gründliches Waschen und Schälen von Obst vor dem Verzehr
- Austausch der Getränke nach max. 24 Stunden



Ambulanz

Tel. 0441 403-2614
Fax 0441 403-2892

Tagesklinik

Tel. 0441 403-2617
Fax 0441 403-2490

Station 312

Tel. 0441 403-13120
Fax 0441 403-13123

Station 412

Tel. 0441 403-14120
Fax 0441 403-14123

Klinikum Oldenburg
Rahel-Straus-Straße 10
26133 Oldenburg
Tel. 0441 403-0

www.klinikum-oldenburg.de

Klinik für Onkologie und Hämatologie



Umkehr- und
Schutzisolation

Willkommen

Liebe Patientin, lieber Patient,

mit der vorliegenden Broschüre möchten wir Sie über die protektive Isolierung informieren.

Die protektive Isolierung – auch Umkehr- oder Schutzisolation genannt – schützt den abwehrgeschwächten und infektfährdeten Patienten vor schädlichen Keimen aus seiner Umwelt und vor körpereigenen Keimen.

Diese Maßnahme bedeutet nicht, dass Sie von anderen Menschen isoliert werden. Der Kontakt zu Ihren Angehörigen soll hierunter nicht leiden. Im Gegenteil: In dieser sensiblen Phase ist die Nähe zu Ihrer Familie besonders wichtig.

Zu Ihrem bestmöglichen Schutz haben wir auf den folgenden Seiten einige Regeln, Maßnahmen und Empfehlungen für Sie zusammengestellt. So können Sie selbst aktiv dazu beitragen, dass Sie optimal von der Behandlung profitieren und dass das Komplikationsrisiko möglichst gering gehalten wird.

Wenn Sie noch Fragen haben, sprechen Sie uns gerne an.

Unsere Fachpflegepersonen, Ärzte, Diätassistenten und Mitarbeiter der Physiotherapie sind jederzeit für Sie da.

Für Ihre Mithilfe bedankt sich
Ihr behandelndes Team

Hintergründe und Begriffe

Zum besseren Verständnis der protektiven Maßnahmen stellen wir Ihnen im Folgenden einige Hintergründe und Begrifflichkeiten vor.

Durch die Erkrankung selbst oder durch die Chemotherapie kommt es zu einer Verminderung der weißen und roten Blutzellen sowie der Blutplättchen. Die Zytostatika zerstören alle sich schnell teilenden Zellen – hierzu zählen die Krebszellen, aber leider auch gesunde, sich schnell teilende Zellen wie Blutzellen, Haarzellen und Schleimhautzellen.

Weiße Blutzellen = Leukozyten

Die weißen Blutzellen gehören zum Abwehrsystem des Menschen. Ihre Aufgabe ist die Abwehr von Krankheitserregern. Ein Mangel an Leukozyten wird Leukopenie genannt. Dies hat eine erhöhte Infektneigung zur Folge, was sich zum Beispiel in Fieber äußert.

Rote Blutzellen = Erythrozyten

Das Hämoglobin (roter Blutfarbstoff), welches sich in den Erythrozyten befindet, ist für den Sauerstofftransport im Körper zuständig. Die Produktion der Blutzellen findet vorwiegend im Knochenmark statt. Einen Mangel an Hämoglobin nennt man fachsprachlich Anämie. Dies hat zur Folge, dass der Patient sich müde fühlt und seine Haut blass aussieht.

Blutplättchen = Thrombozyten

Die Thrombozyten sind in Verbindung mit den Gerinnungsfaktoren für die Blutgerinnung zuständig. Ein Mangel an Blutplättchen wird Thrombopenie genannt, in dessen Folge es zu vermehrten Blutungen kommen kann.

Maßnahmen am eigenen Körper

Beobachtung des Körpers

Sie selbst kennen Ihren Körper am besten und bemerken eventuelle Veränderungen am schnellsten.

Unsere Empfehlung

- tägliches Beobachten des Körpers bei der Pflege
- sofortiges Mitteilen etwaiger Veränderungen

Mögliche Veränderungen können sein:

1. Verletzungen an Haut und Schleimhäuten
2. Druckstellen
3. Juckreiz/Ausschlag
4. Blutungen
5. punktförmige Hautblutungen (Petechien)
6. Durchfall/Verstopfung
7. Schmerzen

Händedesinfektion

Mit den Händen werden viele Dinge berührt. Keime bleiben an den Händen haften und können zum Beispiel über den Mund in den Körper aufgenommen werden.

Unsere Empfehlung

Händedesinfektion nach dem Betreten und vor dem Verlassen des Patientenzimmers, nach jedem Toilettengang und vor den Mahlzeiten. Die Händedesinfektion ist folgendermaßen durchzuführen:

1. 3 - 5 ml Händedesinfektionsmittel in die Hand geben
2. gut verteilen
3. Hände solange einreiben, bis die Haut trocken ist. Der gesamte Vorgang sollte 30 Sekunden dauern.

Körperpflege

Eine gründliche Körperpflege trägt zur Verminderung der Keime auf der Haut bei. Hautrisse, die eine Eintrittspforte für Erreger darstellen, lassen sich so verhindern.

Unsere Empfehlung

- tägliches Duschen oder Waschen – bitte achten Sie besonders auf den Intimbereich
- gründliches Abtrocknen – bitte beachten Sie besonders Hautfalten und Zwischenräume
- tägliches Eincremen des Körpers mit einer Hautlotion
- täglicher Wechsel der Unterwäsche
- alle zwei Tage Wechsel der restlichen Bekleidung
- Wäsche bei mind. 60 °C waschen
- Handtücher (erden vom Klinikum zur Verfügung gestellt) nach Gebrauch austauschen
- Analflege bei Durchfall oder Intimpflege nach jedem Toilettengang
- Nach dem Toilettengang schließen Sie den Toilettendeckel vor dem Abspülen.
- Desinfizieren Sie den Toilettendeckel.

Blutungsvorbeugende Maßnahmen

Mit folgenden Maßnahmen reduzieren Sie die Gefahr der Eigenverletzung und tragen so dazu bei, dass die Thrombopenie – also der Mangel an Blutplättchen – nicht unnötig verstärkt wird.

Unsere Empfehlung

- Finger- und Fußnägel nur von Fachpersonal (auswärtiger Fußleger kommt auf Anfrage ins Haus; kostenpflichtig; zur Terminvereinbarung bitte ans Pflegepersonal wenden) schneiden lassen
- bei Bedarf nur eine Nagelfeile verwenden
- einen elektrischen Rasierer benutzen (keine Nassrasur)
- weiche Papiertaschentücher verwenden
- keine Tampons benutzen



Mund- und Zahnpflege

Eine sorgfältige Mund- und Zahnpflege dient der Entfernung von Speiseresten, die einen Nährboden für Keime darstellen. Die Blutungsgefahr wird vermindert und Erreger, die über Schleimhautverletzungen in den Körper gelangen können und eine Infektionsgefahr bedeuten, werden reduziert.

Unsere Empfehlung

- morgens und abends die Zähne mit einer weichen Zahnbürste putzen (regelmäßig Zahnbürste austauschen)
- nach jeder Nahrungsaufnahme den Mund mit einer desinfizierenden Lösung spülen (ca. zwei Minuten)
- keine Mundduschen, elektrische Zahnbürsten, Zahnseide oder Zahnstocher verwenden
- bei zunehmenden Blutungszeichen die Zähne nicht mehr putzen
- bei einer Pilzreduktion mit einer speziellen Suspension; Anwendung wie folgt:
 1. 4-mal täglich
 2. nach der Mundspülung
 3. Suspension im Mund gut verteilen
 4. anschließend herunterschlucken
 5. danach 30 min. nichts zu sich nehmen