

## La Función del Cuidador

### Programa de Trasplante de Sangre y Médula Ósea de Utah

Esta hoja informativa explica las funciones del cuidador después de que el paciente de trasplante sale del hospital. Los cuidadores son responsables de muchos aspectos de recuperación y cuidado.

#### Preparar el hogar para el paciente

Antes de que el paciente llegue a casa después de salir del hospital, haga una limpieza profunda a toda la casa. Debe quitar el polvo y reducir los gérmenes que pueden causar infecciones.

- Limpie todas las alfombras por lo menos 10 días antes de que el paciente regrese a casa.
- Utilice un producto de limpieza que elimine los gérmenes en las superficies en toda la casa. Preste mayor atención a estas áreas: – manijas y perillas
  - Interruptores de luz
  - Grifos
  - Áreas de preparación de comida
  - Electrodomésticos de cocina, incluso dentro del refrigerador
  - Teléfonos
  - Controles remotos
- Desempolve los muebles con un paño húmedo. NO utilice plumeros. Levantan el polvo.
- Coloque nuevas almohadillas en los enfriadores y filtros para los calentadores y aire acondicionado.
- Aspire el exterior de los conductos de calefacción.

#### Horario de limpieza

Siga este horario de limpieza una vez que el paciente llegue a casa.

##### *Diario*

- **Cocina.** Limpie las superficies de los mostradores, grifos y fregaderos con un producto que elimine los gérmenes.
- **Baño.** Limpie los mostradores, grifos y fregaderos con un producto de limpieza que elimine los gérmenes.
- Limpie todas las puertas, las alacenas y manijas de cajones, que el paciente toque seguido, con un producto de limpieza que elimine gérmenes.

##### *Dos veces a la semana*

- Lave las toallas y los paños.

##### *Semanalmente*

- Con un paño húmedo, limpie las áreas que acumulen polvo como las rejillas del calentador y la parte superior del refrigerador.
- Aspire toda la casa. NO aspire o quite polvo mientras el paciente está en el mismo cuarto.
- Cambie las sábanas y fundas de almohada de cama.

##### *Mensualmente*

- Cambie las bolsas de la aspiradora. Si usa una aspiradora sin bolsa, vacíe el depósito fuera de la casa.
- Cambie los filtros de calentadores y aire acondicionado.

#### Transporte

- Proporcione transporte y asista a todas las citas médicas del paciente.

#### Asesoría y apoyo

- Proporcione apoyo emocional.
- Sea un participante activo en el plan de tratamiento del paciente.
- Limpie y mantenga limpia la casa.
- Prepare las comidas y ayude con las actividades de la vida cotidiana.
- Sea un enlace de comunicación para el paciente.

#### Cuidado físico

- Asegúrese que el paciente se tome todos los medicamentos recetados.

Vigile los cambios en el estado del paciente y reporte al equipo de TMO.

#### Prevención de infección

- Usted y el paciente deben lavarse las manos constantemente con jabón y agua tibia por 20 segundos. El desinfectante para manos no puede reemplazar el lavado de manos. Asegúrese de lavarse las manos en los siguientes casos:

##### *Contacto con otras personas*

- Después de tocar a otra persona
- Después de cambiar pañales o limpiar a un niño que ha usado el baño

### *Comer y preparación de comida – Antes de comer*

- Antes de preparar la comida
- Durante la preparación de comida después de tocar carne o pescado crudo

### *Otro*

- Después de tocar un animal, el alimento para animales o residuos animales
- Después de usar el baño
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar –  
Antes y después de cuidar a alguien que está enfermo
  - Después de manejar basura

*Consejo:* Recitar el abecedario mientras se lava las manos es una forma fácil de calcular 20 segundos.

- Asegúrese de que el paciente use una mascarilla en estos casos:
  - En camino, durante y al regresar de citas en el hospital o en la clínica
  - En aglomeraciones
  - Afuera, cuando haga viento o cuando la calidad del aire sea mala
- Manténgase alejado de las personas que están enfermas o tienen síntomas de enfermedad.

## Temperatura del cuerpo

- Revise la temperatura del paciente todos los días a la misma hora. La fiebre puede ser una señal de infección Si le parece que la temperatura del paciente ha subido, revísela más a menudo.
- No deje que nadie más utilice el termómetro del paciente.
- Después de cada uso, lave el termómetro con agua tibia (no caliente) y jabón, o límpielo con alcohol isopropílico. Consulte con el equipo de TMO antes de administrar cualquier medicamento para bajar la temperatura.

Llame a la Clínica de TMO si ocurre cualquiera de lo siguiente:

- Fiebre
  - La temperatura es de  $\geq 38^{\circ}\text{C}$  ( $100.4^{\circ}\text{F}$ ) o más
  - Escalofríos o temblores, incluso si el paciente no tiene una fiebre
- General
  - Visión borrosa u otros cambios en la visión
  - Dificultad para vaciar la vejiga
  - Mareos, sensación de mareo
  - Cansancio o debilidad extremos
  - Latidos rápidos o irregulares del corazón
  - Nueva tos persistente, estornudos, goteo nasal o dificultad para respirar
  - Caídas
- Problemas gastrointestinales
  - Náusea y vómito que no se alivian con los medicamentos que proporciona el equipo de TMO
  - Estreñimiento o diarrea nueva
- Problemas de la piel
  - Enrojecimiento, inflamación, drenaje o sensibilidad en el sitio del catéter
  - Cualquier sarpullido, enrojecimiento, espinillas o ampollas
- Sangrado
  - Sangre en la orina, heces o esputo
  - Sangrado en las encías o nariz
- Dolor
  - Dolor de pecho
  - Necesidad frecuente de orinar o dolor al orinar
  - Ardor o dolor rectal
- Cambios mentales
  - Pérdida de memoria
  - Confusión
  - Dificultad para hablar
  - Dificultad al encontrar palabras

### **Líneas de enfermería:**

#### **Lunes-viernes de 8 a.m.-5 p.m.**

- Diagnóstico de mieloma múltiple: 801-587-4687
- Todos los demás diagnósticos: 801-587-4686

#### **Fuera de horario de oficina:**

- Días laborales después de las 5 PM, fines de semana y días festivos: 801-587-7000- pregunte por el médico de TMO en turno.