ALLOJENİK KÖK HÜCRE NAKLİ BİLGİLENDİRME VE RIZA BELGESİ

1. İşlemden beklenen faydalar

Siz…….. hastalığı tanısı almış durumdasınız. Hastalığınız kemoterapiye yanıt vermiş veya gerilemiş durumda olmasına rağmen; zaman içinde tekrarlama olasılığı yüksektir. Hastalığınızın halen bilinen standart tedavi yöntemleri ile tedavisi oldukça güçtür; ancak kan yapıcı kök hücre desteği ile yüksek dozda kemoterapi aldığınızda hastalığınızın tedavi edilme şansı yükselebilir. Yüksek dozda kemoterapi uygulaması ve kan yapıcı (hematopoietik) kök hücre nakli ile hastalığınızdan belli bir oranda kurtulmanız veya hastalığınızın uzun süreli kontrol altına alınması amaçlanmaktadır.

2. İşlemin uygulanmaması durumunda karşılaşılabilecek sonuçlar

Kök hücre nakli ile tedavi edilmesi gereken hastalığın ilerlemesi kaçınılmaz olacaktır.

3. Varsa işlemin alternatifleri

Diğer tedaviler standart kemoterapiyi içermektedir ki bu tedaviler veya ışın tedavisinin hastalığınızın tekrarını önlemediği, yalnızca hastalığı kısmen ve geçici olarak geriletebildiği gösterilmiştir. Bu tedaviye katılıp katılmamaya karar vermeden önce bu bilgilendirme formunu dikkatlice okuyup, herhangi bir sorunuz varsa doktorunuz ile tartışınız.

4. İşlemin riskleri-komplikasyonları

Tedavi için kullanılan ilaçlar yan etki yapabilir ve hastanede yatmanız uzayabilir. Aldığınız ilaçlardan bazıları bulantı, kusma, ishal ve geçici saç azalmasına neden olabilir. Bulantı ve kusma sıklıkla ilaçlarla önlenebilmektedir. Kan hücrelerinin sayısındaki düşme sonucu kanama ve enfeksiyon riski artar. Bu nedenle size antibiyotik ve kan verilecektir. Nadir de olsa akrabanızdan alınan kök hücrelerinizin yerleşmeme olasılığı vardır. Tedavi sonrasında kalıcı kısırlık olasılığı vardır. Cinsel fonksiyon devam edecektir. Alınacak önlemler için doktorunuzdan bilgi isteyiniz. Hastanede kaldığınız sürece ve nakilden sonra kök hücre nakli ekibi ve doktorunuz tarafından izleneceksiniz. Son yıllarda nakil başarısının sürekli artış göstermesine rağmen Allojenik kök hücrenakli %100 başarı ile uygulanabilen bir yöntem değildir. Hastalığa, kişinin yaşına, uygulananyere ve yönteme göre belli oranlarda ölüm riski vardır. Tedaviye başlamadan önce bu konuda ve başarı şansı açısından doktorunuz tarafından bilgilendirileceksiniz.

5. İşlemin tahmini süresi

Tedaviniz uzun sürebilir Hastanede kalış süreniz yaklaşık 5 haftadır. Çeşitli ciddi sorunlar yaşayabilirsiniz. Beklenti dışı bazı sorunlar da çıkabilir.

Hastalık tekrarlayabilir. İşyeri ve yaşadığınız şehri değiştirmeniz gerekebilir. Çünkü sık sık kontrole gelmeniz ve belli aralıklarla kan tahlilleriniz, kemik iliği kontrolleri gerekecektir. Bu aralıklar önceden size söylenen sürelerden kısa olabilir.

6. Kullanılacak ilaçların muhtemel istenmeyen etkileri ve dikkat edilecek hususlar

Bu tedavide kullanılan ilaçlardan herhangi birine allerjik reaksiyon meydana gelebilir. Aynı zamanda organ yetmezliği ve/veya ölüme neden olabilen komplikasyonlar da görülebilir.

FludarabinKan hücrelerinin sayısında düşme, bulantı-kusma, ishal, böbrek hasarı, sinir sistemine hasar, ateş ve fırsatçı infeksiyonlara neden olabilir. Verilecek sıvı ve ilaç tedavileri ile bu yan etkilerin olma olasılığı düşüktür.

Siklofofamid; Kan hücrelerinin sayısında düşme, bulantı-kusma, idrarda kanam, ishal, ağız yaraları, sinir sistemine hasar, karaciğer yetmezliği, geçici saç kaybı ve ateş ve fırsatçı enfeksiyonlara neden olabilir. Verilecek sıvı ve MESNA ilaç tedavileri ile bu yan etkilerin olma olasılığı düşüktür.

BusulfanKan hücrelerinin sayısında düşme, bulantı-kusma, ishal, ağız yaraları, sinir sistemine hasar, karaciğer yetmezliği, geçici saç kaybı ve ateş ve fırsatçı infeksiyonlara neden olabilir. Verilecek sıvı ve ilaç tedavileri ile bu yan etkilerin olma olasılığı düşüktür.

ATGNefes darlığı, wheezing, ateş, titreme, şiddetli kas ağrısı, hipotansiyon, hipertansiyon, cilt döküntüsü veya göğüs ağrısı, serum hastalığı (Arthus reaksiyonu), vücutta sıvı birikmesi, infeksiyonlara yol açabilir.

AsiklovirNadiren geçici böbrek fonksiyonu azalmasına neden olabilir. Aynı zamanda baş dönmesi ve nörolojik değişikliklere yol açabilir.

Siklosporin (SandimmünNeoral) Alınan kök hücrelerin vücuda zarar vermesini (GVHD) engellemek veya tedavisi için size verilecektir. Ellerde titreme, böbrek fonksiyonunda azalma, kansızlık (hemolitik anemi), sara nöbeti, tıkanma sarılığı ve bayanlarda kıllanma yapabilir. Bu yan etkiler doz ayarlaması ve Ursafalk gibi karaciğeri koruyucu ilaçlar ile engellenebilmektedir.

Mikofenolat (CellCept) Alınan kök hücrelerin vücuda zarar vermesini (GVHD) engellemek veya tedavisi için size verilecektir. Genellikle yan etkisi az olan bir ilaçtır. Karaciğer testlerini yükseltebilir veya kan sayımlarını düşürebilir. Dozu ayarlanarak bu etkileri düzeltilebilir.

FlukonazolSizi mantar infeksiyonlarından korumak için kullanılacaktır. Siklosporin ile etkileşebilir, karaciğer testlerini yükseltebilir.

LevofloksasinBarsaktaki mikropları azaltmak için kullanılacaktır. Baş dönmesi yapabilir.
Ornidazol (Biteral) Barsaktaki mikropları azaltmak için kullanılacaktır. Bulantı yapabilir.

7. Hastanın işlem öncesi ve sonrası dikkat etmesi gereken hususlar ile dikkat edilmemesi durumunda yaşanabilecek sorunlar

Nakil öncesi ve nakil sonrası kullandığınız ilaçlar sizin vücudunuzun savunma sistemini zayıflatır. Bunun anlamı sağlıklı bireylere oranla daha çabuk enfeksiyon (bulaşıcı hastalıklar) hastalıklarına yakalanabilirsiniz demektir. Bu nedenle hastanedeki nakil odası sizi her türlü enfeksiyonlardan (mantar, bakteri, virüs) koruyacak şekilde hazırlanmıştır. Taburcu olduktan sonra hastane koşullarına benzer bir ortamı evde de sağlamanız gerekecektir. Bu durum sizi endişelendirebilir. Aşağıda yer alan öneriler evde güvenli bir ev ortamı oluşturma ve sürdürme konusunda size yardımcı olacaktır. Bu önerilere dikkat etmeniz sizi enfeksiyon hastalıklarından koruyacaktır ve daha hızlı iyileşmenize yardımcı olacaktır.

EVİN AİLE TARAFINDAN HAZIRLANIŞI

Hasta eve gelmeden mümkünse hasta için bir oda ayrılmalıdır. Mantar riskini artırabileceği ve böcek yuvaları olabileceği düşüncesiyle hasta odasının duvarları badana yapılmalıdır. (Köyde oturuluyorsa, oda seçilirken camı hayvan barınaklarından uzak olan oda, tercih edilmelidir). Eğer badanası yeni yapılmışsa duvarlar silinmelidir. Bütün evin tavanları, kalorifer petekleri, döşemeler ve pencereler iyice temizlenmelidir. Hasta odasındaki halı kaldırılmalı ya da üzerini tam olarak örtebilecek bir örtü serilmelidir.

Banyo, banyo küveti, duş, lavabo ve klozette küflü alanlar kontrol edilmeli ve iyice temizlenmelidir. Temizlenmeyle çözümlenemeyen alanlar mümkünse paslı olmayanlarla değiştirilmelidir. Hasta odasındaki pencere perdeleri ve oda içerisinde olabilecek diğer örtüler yıkanmalıdır.

Ev hayvanları hasta sağlığı için problem yaratabilir. Şayet ev hayvanlarınız varsa taburculuk öncesi
nakil ekibiyle paylaşınız.

Her türlü saksı çiçeği ve bitki hasta odasından uzaklaştırılmalıdır.

Hastaya özel bir yastık, havlu, giyecek ve nevresim takımları sağlanmalıdır. Bunlar ilk kullanımdan önce muhakkak yıkanmalıdır.

EVİN TEMİZLİĞİ

Aşağıdaki evinizin temizliği ile ilgili öneriler sizi enfeksiyon hastalıklarından koruyacaktır.

- Nakil ekibi izin verinceye kadar temizlik yapmayınız,
- Eviniz en az haftada bir kez elektrikli süpürge ile süpürülmeli ve silinmelidir,
- Islak silme işlemi ortamdaki toz partiküllerini ortadan kaldırdığı için hastanın toza maruziyetini azaltır. Silme işleminden sonra alan ıslak bırakılmamalıdır. Halı, halı-şampuanıyla temizlenebilir ya da başka bir temizleyici kullanılabilir. Önemli olan temizlendikten sonra kurumasını beklemektir,
- Banyo, banyo küveti, lavabo ve tuvalet haftada bir kez temizlenmeli ve ortamdaki deterjan iyice durulanıp uzaklaştırılmalıdır,
- 1 litre suya 2 kapak çamaşır suyu koyarak hazırlayacağınız karışımı her tuvalete girmeden önce dökülmelidir, • Yatak takımları/çarşafları haftada bir kez değiştirilir. Şayet yün yorgan kullanacaksa iki nevresim takılmalıdır,
- Kağıt havlu kullanmıyorsanız, kullandığınız el havlusu size özel olmalı ve günlük olarak değiştirilmesi gerekmektedir.
- Giysileriniz makinada ya da elinizde sıcak su kullanılarak yıkanabilir. Yıkandıktan sonra giysileriniz kurutulmalıdır,
- Yeni alınan giysiler ise kullanılmadan önce mutlaka yıkanmalıdır.

CİNSEL YAŞAM

Nakil sonrası fiziksel ve duygusal değişiklikler yaşayabilirsiniz. Aldığınız kemoterapi, radyoterapi
ve diğer ilaçlara bağlı cinsel istekte değişiklik olabilir. Bu değişikliklerin birçoğu geçicidir ve 3-6 ay sonra düzelmesi beklenir.

Kadın hastalarda kemoterapi veya radyoterapiye bağlı hormonal değişiklikler ve kısırlık yaşanır. Adet periyodları düzensizleşir veya kesilebilir. Menopoz benzeri sorunlar, sıcak basması, vajinal kuruluk gibi sorunlar görülebilir. Kuruluk vajina içine kullanılan kayganlaştırıcı jellerle giderilebilir ya da kayganlaştırıcı özellikli kondom kullanılabilir. Adet düzensizliği olmasına rağmen doğum kontrol yöntemi kullanmanızda fayda vardır. Nakil ekibi seçenekleri size anlatacaktır.

Erkek hastalarda ise kemoterapi veya radyoterapiye bağlı sperm sayısında azalma kısırlık veya
geçici olarak cinsel ilişkiye girememe sorunu yaşanabilir.

Eşinizde aktif bir enfeksiyon varsa cinsel ilişkiden kaçınınız. Genital bölgenizde yara, akıntı, cilt değişikliği, döküntü olduğunda bizi arayınız. Nakilden sonra cinsel ilişkinin zamanlamasını nakil ekibine sorunuz.

SOSYAL ORTAM

Kullandığınız ilaçların savunma sistemini baskılaması nedeniyle ilk 3-6 ay enfeksiyona yatkın hale gelinecektir. Dışarıya çıkarken maske takılmalı ve inşaat alanları ve tozlu alanlardan, gribal veya başka bir enfeksiyonu olan kişilerden uzak durulmalıdır. Alışveriş merkezleri ve cami gibi kalabalık ortamlara girilmemelidir. Size destek veren insanların ellerini sık yıkaması, ve öpüşülmemesi önerilir. Çocukları kucağınıza almamanız ve öpmemeniz gerekmektedir. Kızamık, suçiçeği vb. bulaşıcı hastalığı olan kişilerle karşılaşmışsanız nakil ekibine hemen haber veriniz.

AŞI

Savunma sisteminiz zayıfladığından aşı yaptırmanız ve canlı aşı yaptırmış kişilerle karşılaşmanız
sizi aynı hastalıkla karşı karşıya bırakabilmektedir. Aile üyelerinin ilk 6 ay canlı aşı yaptırmasını önleyiniz ve ilk bir yıl hiçbir aşı yaptırmayınız. Daha sonra nakil ekibi tarafından aşı önerileri verilecektir. Ziyaretçilerinizin canlı aşı yaptırmış ve çocuklarınızın okulda aşılanmış olabileceği düşüncesiyle bilgi alınız.

EGZERSİZ

Egzersiz sizin tedavinizin önemli bir parçasını oluşturur. Egzersizin hayatınızda günlük bir alışkanlık haline getirilmesinin yararları; kas güçlenmesi, akciğer kapasitesinin artışı, kendine güvenin artışı ve günlük yaşamınızdaki stresi azaltmasıdır.

Trombositleriniz 10 binin altında ise egzersiziniz kıyafetinizi giyip-çıkarma ve tuvaletinize gitme ile sınırlıdır. Trombositleriniz 20 binin üzerine çıktığında ise en iyi ve kolay egzersiz çeşidi yürümedir. Hastaneden ayrılmadan önce, oda içinde yürüyerek egzersiz programına başlayabilirsiniz. Egzersiz zamanlamasına 3-5 dakika ile başlayınız. Daha sonra her gün 2 dakika daha fazla yürüyün. Egzersiz programınızı 20-30 dakikaya kadar çıkın. Bundan sonra ise günlük egzersize 20-30 dakika devam edebilirsiniz. Trombositleriniz 50 binin üzerine çıktığında nakil ekibinin onayını alarak daha güç egzersizler yapabilirsiniz.

Nakil ekibinin onayını almadan ve sizi yoracak ve güç egzersizler denemeyiniz!

NAKİL SONRASI OLUŞABİLECEK YAN ETKİLER ve ÖNERİLER

ENFEKSİYON (Mikrop Kapma)

Vücudumuza giren yabancı mikroplarla beyaz kan hücrelerimiz ve diğer savunma görevlisi hücrelerimiz savaşır. Vücudun içine giren mikropları birlikte yok ederler. Nakilden sonra ise verilen ilaçların ve ışının etkisiyle savaşamaz hale geliriz. Şu anda sizin de doğal savunmanız bozulduğundan mikrop kapmanız kolaylaşmıştır. Bundan da öncelikle deriniz, ağız ve dudaklarınız etkilenir.

Farklı enfeksiyon kaynakları vardır. Bunlar virüsler, bakteriler ve mantarlardır. Nakil ekibi virüslere, bakterilere ve mantarlara karşı değişik ilaçlar kulanılacağını ve nasıl önlem alınacağını açıklayacaktır.

Enfeksiyondan Korunma:

- Ellerinizi sık yıkayın ve gelen ziyaretçilerinizin ellerini yıkamasını rica edin,
- Kalabalık ortamlara girmeyin,
- Gribi veya başka enfeksiyonu olan kişilerden uzak durun,
- Aşı yapılmış çocuklardan 6 ay uzak kalın,
- Evde hayvan beslemeyin,
- Kaplıca, göl, havuz, deniz gibi yerlere girmeyin,
- Beyaz kan hücreleriniz yükselene kadar taze meyve ve sebze yemeyin.

KAN DEĞERLERİNİN DÜŞMESİ

Nakil sonrası 2 ya da 4 haftaya kadar kan değerleri yükselmeyebilir. Kan değerleri düşükken enfeksiyon riski artmaktadır. Taburcu olduktan sonrada kan değerleriniz düşebilir.

1- Beyaz Kan Hücrelerinin Düşüklüğü

Kanın beyaz hücre kısmı azaldığında vücudumuz savaşamaz hale gelir. Böylece değişik enfeksiyonlar oluşur. Enfeksiyonun birinci işareti ateş ve titremedir. Şayet ateşiniz 38° C nin üzerine çıkarsa hemen nakil ekibine haber veriniz!

Ağız ve Diş Sorunları

Kemoterapi ve ışın tedavisine bağlı ağız içinde değişiklikler meydana gelir. Bunlar; ağızda ve dudaklarda kuruluk, ağız ülseri, beyazlama ve diş eti çekilmesi ve diş çürükleridir. Bu dönemde iyi bir ağız bakımı yapmak ağızda oluşabilecek mantar ve diğer enfeksiyonları önler.

Önceleri ağız bakımını sodyum bikarbonatla daha sonra ise nakil ekibinin uygun gördüğü zamanda

(trombositler 50 bin ve üzeri) yumuşak bir diş fırçası kullanarak en az 3 kez dişlerinizi fırçalayınız. Her gün ayna karşısında ağız içinizi değişikliği, beyaz plaklar, diş eti çekilmesi ve diş çürükleri açısından kontrol ediniz. Bu uyarılara dikkat ettiğinizde hem ağzınızdaki sorunun iyileştiğini göreceksiniz hem de enfeksiyonlardan korunacaksınız. Yapılacak diş çekimi vb. bir girişimde muhakkak nakil ekibine önceden haber veriniz.

Ağızda kırmızılık, Boğaz ağrısı, Ağız içi beyazlama, Zor yutkunma. Dilde beyaz bir şerit, Dudakta uçuk

Sıcak ve soğuğa karşı hassasiyet

Deri Sorunları ve Bakımı

Kemoterapi ve ışın tedavisine bağlı ortak sorunlardan biri de derideki değişikliklerdir. Bu değişiklikler kuruluk, renk değişikliği, kararmadır. Deride kızarıklık, döküntü, çatlak, yara ve yaradan akıntı gelmesi ise enfeksiyon olduğunu gösterir. Deriniz hatta bu dönemde çok hassaslaştığından yanıklar meydana gelebilir. Kısa sürelide olsa güneşe çıktığınızda önlem olarak en az 20 faktör korumalı kremler kullanmanız, uzun kollu giyecekler giymeniz ve şapka kullanmanız yanıkların oluşmasını önler. Dikkat etmediğinizde cildinizde renk değişiklikleri meydana gelebilmektedir.

Nemlendirici olarak kokusuz-hipoallerjenik kremler ve vazelini vücut bakımı için kullanabilirsiniz).

Makyaj yaparken daha önce kullanmadığınız ve size ait yeni aldığınız hipoallerjenik makyaj malzemelerini kullanınız. Rimel kirpikte kalarak enfeksiyona neden olabileceği ve göz yaşını etkileyebileceği düşüncesiyle kullanılmaması önerilir. Kullandığınız makyaj malzemesini kimseyle paylaşmayınız.

Alkol içeren parfüm, koku veya losyonlar cildinizde tahrişe neden olabileceğinden kullanmayınız. Cildinize direkt koku sıkmayınız.

Tırnaklarınızı düz kesiniz. Çok kısa ve kenarları alınarak kesilen tırnak dibinde açılacak bir

yara enfeksiyona neden olabilir. Kemoterapiye bağlı tırnaklarda geçici olarak kahverengi çizgi ve kolay kırılma gelişebilir.

Günlük banyo yapmanız vücut temizliğinizi sağlarken, vücudunuzda gelişebilecek olası döküntü ve değişiklikleri erken fark etmenize yardımcı olacağından sizin için önemlidir. Oturarak banyo yapıldığında (özellikle kadınlar için) idrar yolu enfeksiyonu vb. sorunlar oluşabileceğinden banyonuzu ayakta duş şeklinde yapınız.

Ağır kokulu sabunlar cildinizi tahriş edebilir. Banyo sırasında kokusuz ve nemlendirici niteliği

olan sabunlar kullanınız.

Vücudunuzdaki tüyleri ve kaşınızı nakil ekibi izin verene kadar almayınız. Bunun için trombositlerin 50 bin üzeri ile beyaz kürenin 5000 olması gereklidir. Almanıza onay verildiğinde ise trombosit ve beyaz kan hücrelerinin tam yerleşmediğini düşünerek, enfeksiyon ve kanama riski nedeniyle makine kullanılmalı, jilet ya da ağda kullanılmamalıdır.

Akciğer Enfeksiyonu

Öksürük geliştiğinde bizi arayınız çünkü akciğer enfeksiyonuna işaret edebilir. Enfeksiyona işaret diğer belirtiler nefes almada güçlük, titreme ve ateş olabilir.

İdrar Yolu Enfeksiyonu

Kan değerleri düşen hastalarda idrar yolu enfeksiyonu ortak olabilmektedir. Belirtiler; idrar yaparken yanma, sık idrara çıkma, idrarda koku ve idrarda renk değişikliği ve ateş olabilmektedir. Kadınlar idrar yaptıktan sonra organını önden arkaya doğru temizlemeli, erkekler ise her idrar sonrası organlarını temizlemelidir. Eğer sıvı kısıtlaması yoksa güde 3 litre su içilmesi önerilir.

Basur/ Mayasıl/Hemoroid

Yüksek doz ilaç sonrası makat damarlarında genişleme nedeniyle basur/mayasıl/hemoroid gelişebilmektedir. Kan değerleri düştükten sonra büyük tuvaletinizi yaptığınız alanda kızarıklık, çatlaklık ve akıntı gelişebilir bu bir enfeksiyon işaretidir.

Kansızlık

Kansızlık kırmızı kan hücrelerinin azlığıdır. Oksijen kırmızı kanla taşınır. Azlığında bütün organlarınıza oksijen taşınamaz, bu da kişinin bitkin ve yorgun hissetmesine neden olur. Nakil ekibi size kan verilmesine karar verebilir.

Trombosit Düşüklüğü

Trombositler kanı pıhtılaştırmaya yardım eder. Trombosit düşüklüğünde kanamaya yatkınlık olacağından nakil ekibi size trombosit verilmesine karar verebilir.

Kanama Olasılığını Azaltabilecek Önlemler:

- Sizi yoracak aktivitelerde bulunmayın,
- Ağır şeyleri kaldırmayın,
- Trombositler 50 binin altında ise sodyum bikarbonatlı gargara, 50 bin üzeri ise yumuşak diş fırçasıyla ağız bakımınızı yapın,
- Kabız kalmayın, bol su için ve posalı pişmiş yiyecekler yiyin,
- Trombositler 50 binin altında ise elektirikli traş makinası, 50 binin üzerinde ise jilet kullanabilirsiniz,
- Dişlerinizi karıştırmayın,
- Burnunuzu karıştırmayın,
- Tırnak keserken çok derinden kesmeyin,
- Mutfak aletleri(Bıçak vb.) kullanırken dikkatli kullanın,
- Trombositler 50 bin altında ise cinsel ilişkiye girmeyin,
- Nakil ekibinden habersiz hiçbir ilaç kullanmayın(Aspirin, apranax vb.).

MİDE BULANTISI ve KUSMA

Kemoterapi ve ışın tedavisi sonrası ortak yan etki mide bulantısı ve kusmadır. Nakil ekibi tarafından size mide bulantısı ilaçları önerilecektir. Yemek öncesi mide bulantısı ilaçlarınızı almanız ve az az, sık aralıklarla öğünlerinizi yemeniz bulantınızı azaltabilir.

Bazı yemekler(balık vb.) pişme sırasında kötü kokuya sahip olurlar. Yemeğe karşı hassasiyetiniz azalacağı düşüncesiyle yemek hazırlama ve pişirme esnasında mutfağa girmeyiniz.

24 saatten uzun zamandır devam eden mide bulantısı, karın ağrısı, 38°C ateş, kana ve kahve telvesine benzeyen kusmanız olduğunda hemen bizi arayınız!

SAÇ DÖKÜLMESİ

Kemoterapi ve ışın tedavisine bağlı vücuttaki tüyler dökülür. Genel vücut olarak bunlar saç, kaş, kirpik, koltuk altı ve cinsel organınızdaki tüylerdir. Bu durum sizler için travmatik bir deneyim olabilir. Nakil yapıldıktan sonra yaklaşık 3 - 4 haftada saçlarınız ve diğer tüylü bölgeler tekrar çıkmaya başlayacaktır. Görüntünüz sizi rahatsız ediyor olabilir şayet istiyorsanız türban, bandana, peruk ya da şapka kullanabilirsiniz. Saçlarınızı boyatmadan önce nakil ekibine danışınınız.

UYKU BOZUKLUKLARI

Bazı kişiler yüksek doz kemoterapinin yan etkisi olarak ve nakil sonrası ilaçlara bağlı uyku bozukluğu yaşayabilir. Diğer bir neden de hastane ve ev ortamının farklılığından dolayı taburculuk sonrası uyku alışkanlığı kazanmakta güçlük çekebilmektedir. Uyku kalitesini etkileyen durumlar: • Yatmadan önce bir şeyler yemek,

- Kafein içeren içecekler almak (kahve, kola vb.)
- Gün içinde uyumak,
- Ruhsal durum,
- Mide bulantısı, • Ağrı.

Yukarıda belirtilen yiyecekler uyku zamanı alınmamalıdır. Sizi rahatsız eden ve canınızı sıkan olayları ailenizle paylaşmak sizi rahatlatabilir. Ev içerisinde yapılan yürüyüş de bir egzersiz gibi rahat uyumanızı sağlayabilir.

KABIZLIK büyük tuvaletin katı olması ve normal alışkanlıklarınız dışında uzun süre yapılamamasıdır. Kabızlığın nedenleri; posalı besinlerin az tüketilmesi (yeşil yapraklı sebzeler, kepek ekmek, meyvalar), az sıvı tüketilmesi, hareketsizlik, kemoterapi yan etkisi, bağırsak hastalıkları, bazı ilaçlardır. Nakil ekibinin önerisiyle posalı yiyecekler alınımı, çok su tüketimi kabızlığı önleyebilir. Yürüyüş de bağırsak hareketini artırmaktadır. Tuvaletinizi 2 gün geçmesine rağmen yapamadığınızda bizi arayın.

İSHAL

İshal; sık ve sulu büyük tuvalet içeriğidir. İshalin nedenleri; kemoterapi ve ışın tedavisi, diğer ilaçlar, stress ve enfeksiyondur. Su kaybı, insan için gerekli mineraller (potasyum, magnezyum vb.), karın ağrısı, makatta ağrı, makatta hassasiyet ve çatlaklık ishalle meydana gelebilmektedir. İshaliniz 24 saatten daha çok devam ediyorsa ve günde 3 kez ve üzerinde ise hemen bizi arayınız.

AĞRI

Ağrı kemik iliği / kök hücre nakli tedavisinin bir yan etkisi olarak meydana gelebilmektedir. Ağrı yerel, genel vücut ağrısı şeklinde değişebilmektedir. Ağrıyla birlikte günlük yaşamınız güçleşebilmektedir. Nakil ekibinin önerisi dışında ağrı kesici kullanmayınız.

BESLENME ve BESİNLERİN TEMİZLİĞİ

Bazı besinler savunma sistemi baskılanmış kişileri etkileyerek enfeksiyona neden olur. Bazı besinler de acı, ekşi ve asitli oluşlarıyla midenizin asit oranını arttırabilir. Pişmeden yenmesini ve yiyeceğin yapısını önermediğimiz besinler aşağıda yer almaktadır. Bu besinlerin bazıları 100. gün sonrası esnetilecektir. Kontrollere geldiğinizde nakil ekibinden bilgi alınız.

- Doktorumdan tıbbi durumumun tanı ve tedavisi ile ilgili yapılacak tıbbi tedavi konusunda ve bu tedavinin gerekliliği, girişimin seyri ve diğer tedavi seçenekleri hakkında ayrıntılı bilgi aldım.
- İşlem sırasında oluşabilecek olumsuzluklar ve olası riskleri bana ayrıntıları ile anlatıldı.
- Bana önerilen tanı ve tedavi yöntemlerini reddettiğim zaman sağlığımı tehdit edici hangi risklerin olabileceği, bu tedavi yerine uygulanabilecek bir başka tedavi yönteminin bulunup bulunmadığı konusunda bilgilendirildim.
- Bu formda tanımlananlar dışında yapılacak herhangi bir ek girişimin yalnızca sağlığıma yönelik ciddi zararların önlenmesi ve yaşamımın kurtarılması için uygulanabileceği bana anlatıldı.
- Kimlik bilgilerim ifşa edilmemek kaydıyla, hastalığımla ilgili tüm tıbbi veriler ile her türlü tetkik materyallerinin ve tetkik sonuçlarının eğitim ve bilimsel çalışma amaçlı olarak kullanılabileceği bana anlatıldı. Doktorum tüm sorularımı anlayabileceğim bir biçimde yanıtladı.
- Doktorum tüm sorularımı anlayabileceğim bir biçimde yanıtladı.
- Aklım başımda ve kendimi karar verecek yeterlilikte görüyorum.
- İstemediğim takdirde tedavi/girişime onam vermek zorunda olmadığımı ve/veya istediğim aşamada vazgeçebileceğimi biliyorum.

Not: Lütfen el yazınızla “okudum, anladım ve kabul ediyorum” yazınız ve imzalayınız.

Hastanın veya Yakınının

Adı- Soyadı :

Tarih-Saat :___/___/_____/____

İmza :

Yakınlık Derecesi:

Ben “Bilgilendirme ve Rıza Belgesinin” içindeki bilgileri hastanın kendisine, ebeveynine veya yakınlarına yapabileceğim en iyi şekilde aktardım.

İŞLEMİ YAPAN (Hekim)

Adı – Soyadı :

Kaşe / İmza :

Tarih / Saat :____/____/_____ ___/___