

Till dig som skall transplanteras med egna stamceller

Inför din transplantation

- Alla som ska genomgå en autolog stamcellstransplantation förbereds genom att kontrollera funktionen av kroppens vitala organ som hjärta, njurar och ibland även lungor samt att en utvärdering görs av din behandling



Det är också viktigt att du träffar en tandläkare som bedömer om det kan finnas infektioner i munhålan. Eventuell tandsanering avslutas minst två veckor före inläggning så att du inte har några kvarvarande infektioner i tandslemhinna och käkben.

- För att förbereda dig mentalt och praktiskt lösa hemsituationen under vårdtiden erbjuds du att samtala med kurator. Se sista sidan.

Inför inläggning

- Ta gärna med böcker, handarbete, bärbar dator (bredband finns på ditt rum), läsplatta och mobiltelefon. Vi räknar med att du blir inskriven fyra till fem veckor.
- Du får gärna ha någon anhörig eller vän boende hos dig inne på ditt rum, du bestämmer själv vem. Det enda krav vi har på den du tar med dig är att personen ska vara fri från infektion och sköta sig själv men framför allt vara ett stöd för dig.
- Ta med inneskor och strumpor samt lämpliga ytterkläder att ha vid promenader. Att hålla igång och röra på sig har många positiva effekter och du bör försöka att upprätthålla din kondition även om du är ineliggande. Tala gärna med vår sjukgymnast om du har frågor om träning! Rakning får endast göras med rakapparat.
- Tvättmaskin och torktumlare finns på avdelningen.

Allmänt om Hematologisk Vårdavdelning

- Avdelningen är specialiserad på vård och behandling av patienter med hematologiska sjukdomar (blodsjukdomar) samt transplantationer med benmärg och blodstamceller.
- Många av våra patienter är på grund av sjukdom eller behandling infektionskänsliga. Särskilda hygienregler finns och gäller för både personal, patienter och besökande.
- Näringsintag och mathantering har en central plats i vården på vår avdelning.

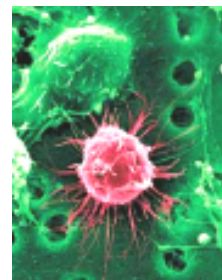
Behandling inför transplantation

1. Inläggning på Hematologisk Vårdavdelning QA41 sker två till tre dagar före start av konditionering (se punkt 4). Under dessa dagar sker provtagning och bedömning av provsvar. Läkaren gör en sista kontroll av din pretransplantationsutredning och att alla undersökningar gjorts. På många patienter, framför allt med sjukdom i benmärgen, görs ett benmärgsprov.
2. Under transplantationstiden behöver du en central venkateter (CVK) med två lumen (öppningar) för att vi ska kunna ta blodprover och ge dropp. Inläggning av CVK utförs i lokalbedövning på operationsavdelningen av narkosläkare.
3. Natten eller dygnet innan du startar cytostatikabehandling startar uppvätskning genom att du dricker ordentligt och/eller får vätskedropp. Innan behandlingen sätter igång får du medel mot illamående och ibland andra läkemedel för att förebygga eventuella behandlingsbiverkningar. Du skyddsisoleras¹ i samband med behandlingsstart.
4. *Konditionering*: Tumör/benmärgsdödande behandling. Cytostatika ges under en till flera dagar beroende på sjukdom. Under konditioneringstiden kan du bli störd av personal både dag och natt. Provtagning kan ske alla tider på dygnet.

¹ Skyddsisolering innebär att dörrarna till ditt rum ska vara stängda. Alla som går in till ditt rum ska tvätta och sprita händerna och i övrigt följa de hygienregler som finns på avdelningen. Mer detaljerad information finns i en pärm på ditt rum.

Transplantation

Något eller några dygn efter avslutad cytostatikabehandling görs transplantation med dina stamceller. Stamcellerna förvaras nedfrysta och upptinas i direkt anslutning till transplantationen. Transplantation görs på ditt rum och stamcellerna återförs in i din blodbana via din CVK. Volymen kan variera men antalet stamceller är anpassat till din vikt. Du övervakas den närmaste timmen/timmarna med avseende på allergiska reaktioner. Konserveringsmedlet (DMSO) som dina stamceller varit frusna med utsöndras via lungorna. Detta märks som en bismak i munnen.



En del patienter åker på morgonen dagen efter transplantationen tillbaka till sitt hemsjukhus.

Effekter och bieffekter av konditionering

I och med start av konditioneringen upphör all egen benmärgsproduktion och utmognad av blodceller. Andra snabbväxande celler som påverkas av behandlingen är till exempel slemhinnan i mun och magtarmkanal. Efter cirka två veckor kan du tappa håret och nagelbildningen kan också påverkas. Konditioneringen medför också risk för nedsatt fruktsamhet.

Prover tas dagligen för att följa nivåerna av vita blodkroppar, Hb och trombocyter.

- De vita blodkropparna försvinner successivt från blodbanan för att efter cirka en vecka efter konditioneringen vara som lägst. Det innebär att du är mycket infektiöskänslig och för att minska risken för svåra infektioner får du i förebyggande syfte läkemedel mot virus, svamp och bakterieinfektioner. Vid stigande feber och tecken på infektion ges intravenös infektionsbehandling.
- Blodplättar (trombocyter), som hjälper till att stoppa blödningar, behöver ersättas med trombocyttransfusioner
- De röda blodkropparna som förser kroppen med syre behöver också ersättas. Hb-värdet men även ditt "måbra-värde" avgör hur ofta blodtransfusioner behöver ges.
- Du har vissa möjligheter att välja vad du vill äta. Avdelningspersonalen och vår dietist gör allt för att hjälpa dig. Sår i munslemhinnan kan uppstå vilket ofta leder till smärta. Du kan då behöva morfinbaserad smärtlindring kortare eller längre tid och det kan under denna period vara svårt att äta vanlig mat. I stället ger vi dig då näringsdropp.
- Sår i tarmslemhinnan kan leda till diarréer och smärtor.
- Illamående är en vanlig biverkan som kan hålla i sig allt ifrån några dagar till några veckor.

Effekter av transplantatet

När stamceller som skördats ur perifert blod används vid transplantation dröjer det cirka 14 dagar innan nyproduktionen av vita blodkroppar och trombocyter syns i blodbanan.

- Oftast ökar antalet vita blodkroppar först, sedan kommer trombocytproduktionen igång.
- De syrebärande röda blodkropparna växer till i långsammare takt.
- I samband med att produktionen av blodceller kommer igång börjar slemhinnan i mun och magtarmkanal att läka.
- Oklara infektioner kan bli synliga genom att de vita blodkropparna strömmar till där virus och bakterier finns. Var kan bildas och en inflammation bli synlig.

Utskrivning från avdelningen

När du inte längre behöver intravenös behandling med antibiotika, näringsdropp eller dagliga transfusioner av blod eller trombocyter är det dags att skrivas ut från avdelningen. Större kontroller utförs tre, sex, nio och 12 månader efter transplantationen. Sen följer årliga kontroller.

Blodprovstagning kan ibland bli aktuellt mellan kontrollerna. Du tar prover på Hematolog/Lymfom-mottagningen eller på hemsjukhus/vårdcentral. Provsvar kontrolleras och åtgärd planeras av läkare på mottagningen. Tecken på infektioner ska observeras.

Hemma

Första månaderna efter transplantationen är du mer infektionskänslig än vanligt. Immunförsvaret kan vara försvagat. Från tremånaderskontrollen efter transplantationen kan det bli aktuellt att börja om med vaccinationer.

- ☎ Vid tecken på infektion ska du genast ta kontakt med hematologiskt kunnig läkare.
- ❖ Varmvattenberedarens temperatur måste upp till 60° med jämna mellanrum. Helst bör vattnet i ledningarna alltid ligga >50°. Vattenången du andas in vid duschning kan innehålla ohälsosamt höga halter av legionellabakterier om temperaturen är för låg.
- ❖ Den mat du äter ska vara nyligen tillagad och hanterad på ett hygieniskt sätt. Använd till exempel inte samma skärbräda till rått kött som till grönsaker. Du är välkommen att ställa frågor om mathantering till vår dietist.
- ❖ Tänk på handhygien när du har kontakt med djur.
- ❖ Undvik dammiga och smutsiga miljöer.
- ❖ Det är relativt vanligt att transplanterade får bältros. Medicinering ska sättas in omedelbart. Detta gäller även om du utsatts för vattkoppsmitta.
- ❖ Torra och sköra slemhinnor i mun och underliv bör hållas fuktade. Skölj gärna munnen då och då och använd salivstimulerande tabletter vid behov. Använd barnolja, aldrig tvål, till att tvätta underlivet. Det är lätt att skador uppstår på torra slemhinnor. Vid besvär tala med tandläkare respektive läkare på mottagningen.
- ❖ Hormonproduktionen kan påverkas. Både män och kvinnor kan bli sterila. Kvinnor kan behöva könshormoner för att dämpa klimakteriebesvär. Ibland behövs också tillskott av sköldkörtelhormon.
- ❖ Det är vanligt att känna fysisk och psykisk trötthet lång tid efter transplantationen. Det är dock viktigt för återhämtning och välbefinnande att du tränar i den omfattning du klarar av. Börja försiktigt men öka dosen eftersom!
- ❖ Sexuella relationer kan du ha när du känner ork och lust. Många upplever problem när samlivet ska återupptas, tveka inte att rådfråga din läkare och/eller kurator.
- ❖ Sjukskrivningstiden efter transplantationen är individuell, men räkna med minst tre månader.
- ❖ Många längtar efter att åka utomlands, rådgör med din läkare på mottagningen vid tremånaderskontrollen vad som gäller just för dig.
- ❖ Trots alla restriktioner som inskränker på din livsföring, försök att leva så normalt som möjligt!

Telefonnummer Du kan nå oss på.

☎ Hematologi/Lymfom mottagning	090-7859358
☎ Hematologisk Vårdavdelning, QA41 (helger och nätter)	090-7851413
☎ Dietist	090-7852646
☎ Fysioterapeut (Sjukgymnast):	090-7852625
☎ Kurator:	090-7852624,

Frågor inför transplantation

☎ Transplantationskoordinator	090-7852621
-------------------------------	-------------

E-post (ej akuta ärenden)

☐ Dietist	Stina.Selberg@vll.se
☐ Fysioterapeut	Samuel.Gustavsson@vll.se
☐ Kurator	Mirjam.Bergknut@vll.se

Söka information på webben

☐ www.blodcancerforbundet.se