

## Empfehlungen zur Verhaltensweise für Patienten während oder nach einer Chemotherapie (Zytostatikatherapie) im häuslichen Umfeld

Sehr geehrte Patientin,  
sehr geehrter Patient,  
die folgende Anleitung soll dazu dienen,  
Ihnen und Ihren Angehörigen eine Hilfe-  
stellung zu geben, wie Sie sich nach der  
Entlassung aus dem Krankenhaus verhalten  
sollten.

### Allgemeine Verhaltensregeln

- Versuchen Sie Infektionskrankheiten, wie z. B. Grippe, zu vermeiden, indem Sie den Kontakt zu größeren Menschenmengen meiden.
- Führen Sie, wenn angeordnet, regelmäßig Temperaturkontrollen durch, um mögliche Infektionen frühzeitig zu erkennen.
- Waschen Sie sich regelmäßig die Hände, besonders vor den Mahlzeiten, nach jedem Toilettengang und nach dem Kontakt mit Tieren und Pflanzen.
- Vermeiden Sie die direkte Sonne, besonders zwischen 11.00 - 16.00 Uhr; sorgen Sie für einen ausreichenden Sonnenschutz, z.B. durch Bekleidung, Kopfbedeckung und Sonnencreme.
- Geben Sie bei Müdigkeit, Erschöpfung und Schwäche („Fatigue“) Ihre gewohnten Aktivitäten nicht auf, sondern planen Sie Ruhephasen ein.
- Achten Sie auf eine ausreichende und ausgewogene Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme.
- Achten Sie auf eine gründliche und regelmäßige Mundpflege mit einer weichen Zahnbürste, die Sie alle vier Wochen auswechseln sollten.

- Säubern Sie nach jedem Erbrechen gründlich Mund und Zähne, da diese sonst stark angegriffen werden können.
- Führen Sie bei Entzündungen der Mundschleimhaut regelmäßig Mundspülungen mit antiseptischen oder verordneten therapeutischen Mundspüllösungen durch.
- Achten Sie auf eine sorgfältige und regelmäßige Körper- und Genitalpflege, möglichst mit pH-neutralen Pflegeartikeln, um Krankheitserreger auf der Haut zu entfernen.
- Bei Fieber oder anderen Komplikationen halten Sie sich an die Angaben in Ihrem Therapie-Pass und wenden sich telefonisch an Ihren behandelnden Arzt.

### Spezielle Verhaltensregeln im Umgang mit Zytostatika und Ausscheidungen

- Vermeiden Sie möglichst den Kontakt mit Ausscheidungen (Stuhl, Urin, Erbrochenem), da diese Zytostatika-Abbauprodukte und Krankheitserreger enthalten können!
- Tragen Sie beim Umgang mit Ausscheidungen immer Handschuhe!
- Wenn Sie Zytostatika in Form von Tabletten einnehmen müssen, nehmen Sie diese nur nach Anordnung Ihres Arztes ein und ändern Sie nicht eigenmächtig die Dosis.
- Bewahren Sie Ihre Medikamente sicher und für Kinder unzugänglich auf.

Stempel der Abteilung