

## Onkologie / Hämatologie / Stammzelltransplantation



**Verhaltenshinweise für Patienten,  
Betroffene und Angehörige**

## INHALT

<b>Einführung</b>	<b>S. 3</b>
<b>Vor dem Aufenthalt</b>	<b>S. 4</b>
<b>Körperpflege</b>	<b>S. 5</b>
<b>Ernährung</b>	<b>S. 6</b>
<b>Bewegung</b>	<b>S. 8</b>
<b>Besuch</b>	<b>S. 9</b>
<b>Team</b>	<b>S. 10</b>

**Hinweis:** Im Text verzichten wir auf männlich-weibliche Doppelformen zur besseren Lesbarkeit; die weibliche Form ist jeweils mitgemeint.

### IMPRESSUM

Herausgeber:  
Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH  
Koblenzer Straße 115-155  
56075 Koblenz  
Stand: Februar 2021

## **Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Angehörige,**

herzlich willkommen auf unserer Station für Hämatologie/Onkologie. Diese Patienteninformation soll Ihnen helfen, sich in der neuen Situation schneller zurechtzufinden.

Sie können einen wesentlichen Beitrag zu Ihrer Gesundheit leisten, wenn Sie sich aktiv in die Behandlung einbringen und mit uns zusammenarbeiten. Aufgrund Ihrer Erkrankung oder auch infolge der Therapie kann es neben Müdigkeit und Abgeschlagenheit („Leistungsknick“) auch zu einer ausgeprägten Abwehrschwäche kommen. Um die Keimbelastung möglichst gering zu halten, haben wir Ihnen einige einfache Maßnahmen zusammengestellt. Um schnell und gezielt eine Infektion zu diagnostizieren ist es notwendig, dass Sie uns Veränderungen und Auffälligkeiten Ihres Befindens sofort mitteilen (Arzt, Pflegepersonal).

Wir danken für Ihr Verständnis und bitten Sie, sich die Informationen in Ruhe durchzulesen und uns bei auftretenden Fragen anzusprechen.

Helpen Sie mit, Ihre Krankheit aktiv zu bekämpfen!

**Wir, Ihr Behandlungsteam der Station 10, unterstützen Sie dabei.**



## VOR DEM AUFENTHALT

**Folgendes sollten Sie bitte vor Ihrem stationären Aufenthalt bei uns beachten:**

1. Bitte bringen Sie ausreichend frische Kleidung aus Baumwolle mit (mind. 60 Grad waschbar). Alle Kleidungsstücke sollten täglich gewechselt werden. Bitte verzichten Sie auf Bademäntel.
2. Ihre frische Kleidung verpacken Sie am besten in unbenutzte, neue Tüten (z. B. Mülltüten). Optimal ist es, Wäsche für einen kompletten Tag in einen Beutel zu verpacken, d. h. Unterwäsche, Oberbekleidung, Socken.
3. Bitte bringen Sie abwaschbare Hausschuhe (z. B. Crocs) und zusätzlich Badeschuhe für die Dusche mit.
4. Während Ihres Aufenthaltes erhalten Sie wichtige Ernährungshinweise. Deshalb ist es sinnvoll, dass Sie zunächst keine eigenen Nahrungsmittel mitbringen.
5. Sie sollten täglich nicht mehr als zwei Besucher empfangen. Informieren Sie bitte im Vorfeld Ihre Freunde und Angehörigen über diese Regelung.
6. Falls Ihnen, aufgrund der Therapie, die Haare ausfallen sollten, haben Sie Anspruch auf eine Perücke. Lassen Sie diese bitte unbedingt vor dem Therapiebeginn bzw. zwischen den einzelnen Therapiezyklen und nicht während des Aufenthalts im Krankenhaus anpassen.
7. Im Rahmen der besonderen Hygienebedingungen bitten wir Sie eigenverantwortlich auf Übersichtlichkeit und eine tägliche Desinfektion Ihrer persönlichen Gegenstände zu achten und die Anzahl der Gegenstände minimal zu halten.
8. Bitte überlegen Sie schon vor dem Aufenthalt, wie Sie die Phase der Zimmerisolation gestalten können und womit Sie sich in dieser Zeit beschäftigen können. (Gesellschaftsspiele, Laptop, E-Book-Reader, Handarbeit, Musikhören, ...)

## KÖRPERPFLEGE

Die Körperpflege und Mundpflege unterstützen die Abwehrfunktion des Körpers und tragen zu Ihrem Wohlbefinden bei. Wegen des erhöhten Infektionsrisikos während der Krankheit, auch durch Ihre körpereigenen Keime, bitten wir Sie nachfolgende Hygienemaßnahmen unbedingt einzuhalten:

- » Duschen oder waschen Sie sich mindestens einmal täglich mit der desinfizierenden Hautwaschlotion Octenisan (Einwirkzeit auf der Haut 1 Minute, Haare und Kopfhaut 2 Minuten). Dann duschen Sie sich bitte gründlich ab und cremen sich anschließend mit Linola Fett ein.
- » Falls Sie Hautauffälligkeiten (Pickel, wunde Stellen, Blasen, etc.) bei sich feststellen sollten, erhalten Sie von uns zusätzlich spezielle Hautpflegemittel.
- » Bitte nutzen Sie nur die von uns täglich frisch zur Verfügung gestellten Handtücher und Waschlappen. Beginnen Sie mit der Reinigung und dem Abtrocknen immer oben am Kopf und enden unten an den Füßen.
- » Die benutzten Handtücher legen Sie bitte auf den Boden vor der Dusche ab. Falls Sie sich in der Waschecke waschen, entsorgen Sie die Handtücher nach Benutzung in den bereitgestellten Eimer. Zum Abtrocknen der Hände steht Ihnen Papier aus dem Spender zur Verfügung.
- » Täglicher Wäschewechsel ist unbedingt notwendig. In der Zeit, in der Ihre Blutwerte besonders niedrig sind, muss auch täglich Ihre Bettwäsche gewechselt werden.
- » Vor jeder Toilettenbenutzung muss die Toilettenbrille mit Teralin Liquid aus dem Spender desinfiziert werden.
- » Auch Ihre Hände müssen nach dem Toilettengang erst desinfiziert und dann gewaschen werden. Geeignete Desinfektionsmittel stehen dafür in jeder Toilette zur Verfügung.
- » Aufgrund der durchgeführten Chemotherapie kommt es in den meisten Fällen zu vorübergehendem Haarverlust. Wir empfehlen Ihnen aus hygienischen Gründen bei beginnendem Haarausfall eine vollständige Rasur des Kopfes.
- » Kopfbedeckungen, die Sie bis dahin nutzen, müssen waschbar (60 °C) sein.
- » Achten Sie auf eine sorgfältige Mundpflege (mindestens viermal täglich nach den Mahlzeiten und zur Nacht). Mundspüllösungen werden von uns zur Verfügung gestellt.

- » Bitte nutzen Sie eine weiche Zahnbürste mit kleinem Kopf (Blutungsgefahr!) und tauschen Sie diese einmal wöchentlich aus. Sollten Sie an der Mundschleimhaut Entzündungen, Läsionen oder Druckstellen feststellen, melden Sie sich bitte umgehend beim Pflegepersonal.
- » Zur Pflege der Lippen und der Nasenschleimhaut erhalten Sie von uns Bepanthen-salbe.
- » Um schnell und gezielt die Ursachen für eine Infektion zu diagnostizieren und diese zu behandeln, ist es wichtig, dass Sie uns Symptome wie Husten, Brennen beim Wasserlassen, Durchfall, Verstopfung, Schmerzen, Veränderungen an der Haut oder Schleimhaut (Mundschleimhaut, Genitalbereich) sofort mitteilen (Arzt, Pflegepersonal).
- » Auch im Genital- und Analbereich können Veränderungen der Schleimhäute auftreten. Informieren Sie uns auch in diesem Fall umgehend.
- » Schuhe schützen Sie vor den Keimen des Bodens. Bitte laufen Sie niemals barfuß oder auf Socken; benutzen Sie bitte auch auf der Waage Ihre Schuhe.
- » **Lassen Sie bitte sämtliche Gegenstände, die Bodenkontakt hatten (Körperpflegeartikel, Dekorationsartikel, Kugelschreiber, etc.), liegen und geben dem Pflegepersonal Bescheid. Wir desinfizieren die betreffenden Gegenstände vor weiterer Nutzung. Der Fußboden ist unter keinen Umständen als Ablagefläche zu benutzen (auch nicht für Taschen, Flaschen, etc.), da sich hier die meisten Keime befinden.**

## ERNÄHRUNG

Durch die Chemotherapie können sich Geschmacksempfindungen und der Appetit verändern. Sollten Sie derartige Nebenwirkungen an sich feststellen, sprechen Sie uns bitte an. Wir können Ihnen helfen, diese Nebenwirkungen so gering wie möglich zu halten. Darüber hinaus bieten wir Ihnen bei Bedarf ein Sortiment unterschiedlicher kalorien- und eiweißreicher Zusatznahrung („Astronautenkost“) an.

In der Stationsküche befindet sich ein Kühlschrank, in dem wir für Sie konservierte Lebensmittel und Getränke in begrenztem Maße aufbewahren können. In der Zeit, in der Ihre Blutwerte niedrig sind und Ihre Abwehrlage stark geschwächt ist, gibt es einige grundsätzliche Dinge in Bezug auf die Ernährung, die beachtet werden müssen, damit Sie über die Nahrung keine Krankheitserreger aufnehmen.

Wenn Ihre Angehörigen und Besucher Speisen (auch Süßwaren) und Getränke mitbringen möchten, sollten sie dies mit dem Pflegepersonal **absprechen** und die mitgebrachten Dinge **vorzeigen**.

**Es ist äußerst wichtig, dass sich alle Speisen (es sind nur Konserven erlaubt, kein frisch gekochtes Essen) in einem hygienisch einwandfreien Zustand befinden.**

Bei der Auswahl geeigneter Speisen sind wir Ihnen sehr gerne behilflich. Hier zunächst einige grundsätzliche Regeln, die insbesondere für die Zeit gelten, in denen Ihre Blutwerte niedrig sind:

- » **Alle geöffneten Lebensmittel müssen nach 24 Stunden entsorgt werden.**
- » Aus diesem Grund sind kleinere Packungen sinnvoll. Die Verpackung muss unbeschädigt sein. Lose Nahrungsmittel sind in dieser Zeit ungeeignet.
- » Getränkeflaschen sollten maximal 500 ml fassen, da ihr Inhalt nach dem Öffnen möglichst nur wenige Stunden alt werden sollte.
- » Säfte müssen pasteurisiert sein und sollten immer säurearm sein (z. B. Kindersäfte), da diese deutlich magenschonender sind. Direktsaft ist für Sie im Moment ungeeignet, da er nicht lange genug haltbar ist. Alle geöffneten Säfte müssen sofort getrunken werden, hier gilt die 24-Stunden-Regel nicht: Ein ganzer Tag ist zu lang für geöffnete Säfte.
- » Es darf nur Obst verzehrt werden, das schälbar ist. Genauere Informationen werden in der Ernährungsbroschüre erläutert. Eine gute Alternative sind auch kleine Obstkonserven, die nach dem Öffnen rasch verzehrt werden sollten (ähnlich wie bei geöffneten Säften).
- » Das Mindesthaltbarkeitsdatum sollte zum Zeitpunkt des Öffnens der Verpackung bei allen Lebensmitteln noch mindestens 14 Tage entfernt liegen. Ist diese Zeit unterschritten, geben Sie bitte die verschlossenen Verpackungen Ihren Besuchern wieder mit.
- » Bitte achten Sie in der Zeit der erhöhten Infektionsgefahr ganz besonders auf eine gründliche Händehygiene vor jedem Essen, auch wenn Sie „nur“ naschen möchten. Dazu gehört nach dem Händewaschen die Händedesinfektion mit Desinfektionslösung.

## BEWEGUNG

Auch wenn Sie sich an manchen Tagen nicht so wohlfühlen, überwinden Sie sich zu ausreichend Bewegung. Dosierte körperliche Aktivität während und nach Abschluss der Therapie hat einen positiven Einfluss auf Ihre Leistungsfähigkeit, Psyche, Lebensqualität und den Krankheitsverlauf.

Solange Ihre Leukozyten nicht zu niedrig sind (Leukozyten unter 1.000, Neutrophile unter 500), sollten Sie mehrmals täglich auf dem Gang spazieren gehen. Solange Ihre Thrombozyten über 20.000 sind, nutzen Sie bitte als unterstützende Maßnahme die in Ihrem Zimmer stehenden Trimmräder regelmäßig zum Erhalt Ihrer körperlichen Belastungsfähigkeit. Vor der Nutzung halten Sie bitte Rücksprache mit dem Pflorgeteam und dem Physiotherapeuten.

Sollten Sie die Station verlassen dürfen, bleiben Sie bitte auf dem Klinikgelände und melden Sie sich beim Pflegepersonal ab. Meiden Sie wegen der Staubentwicklung Baustellen! Meiden Sie Personen mit übertragbaren Krankheiten, Personen, die an Infektionskrankheiten leiden und überfüllte Räume (z. B. Cafeteria zu Stoßzeiten).

Darüber hinaus sollten Sie die Atemtrainer mehrmals täglich nutzen. Bitte desinfizieren Sie die Mundstücke nach jedem Gebrauch mit einem Desinfektionstuch.

Sollten Ihre Blutwerte so niedrig sein, dass Sie im Zimmer bleiben müssen, sorgen Sie bitte dennoch für möglichst viel Bewegung. Verlassen Sie möglichst oft Ihr Bett, suchen Sie sich Aktivitäten am Tisch (z. B. Gesellschaftsspiele, Kreuzworträtsel, Computerspiele, etc.).



## BESUCH

Wir freuen uns, wenn Sie Besuch erhalten. Aber auch hier gilt es, einiges zu beachten.

- » Unsere Besuchszeiten sind von 09:00 bis 20:00 Uhr, allerdings ist die Mittagsruhe von 13:00 bis 14:30 Uhr einzuhalten. Individuelle Regelungen sind möglich.
- » Bitten Sie Ihre Besucher, sich miteinander abzusprechen, damit höchstens zwei Personen gleichzeitig zu Besuch sind. Maximal sollte die Besucherzahl zwei Personen pro Patient am Tag nicht überschreiten. Jeder Kontakt von außerhalb bedeutet eine neue Keimbelastung.
- » Erkältete Angehörige müssen leider auf einen Besuch verzichten, Hinweisschilder sind zu beachten!
- » Kindern, die älter als 12 Jahre sind, ist der Besuch gestattet – Voraussetzung dafür ist, dass diese während des Besuchs beaufsichtigt werden. Ausgenommen sind kranke Kinder, Kinder, die kürzlich geimpft wurden oder Kinder, in deren Umfeld sich Infektionskrankheiten abzeichnen.
- » Des Weiteren ist es wichtig, dass sich Ihre Besucher beim Betreten der Station und nochmals vor Betreten Ihres Zimmers die Hände desinfizieren. Bitte achten Sie auf die 30 Sekunden Einwirkzeit. Bitte legen Sie zusätzlich einen Besucherkittel an. Weitere Vorsichtsmaßnahmen erfragen Sie bitte beim Pflegepersonal.
- » Verzichtbare Gegenstände Ihrer Besucher möchten diese bitte in die Spinde vor Station einschließen.
- » Bitte weisen Sie Ihre Familie und Freunde darauf hin, dass Blumen und Trockengestecke leider nicht gestattet sind. Lassen Sie sich stattdessen bspw. mit einem guten (neuen!) Buch oder Ihrer (neuen!) Lieblingszeitschrift verwöhnen.
- » In den Patientenzimmern sind ausreichend Sitzmöglichkeiten vorhanden, das Bett ist allein Ihr Bereich.
- » Die Zimmertoiletten sind ausschließlich für Patienten bestimmt! Ihre Besucher nutzen bitte die Besuchertoilette der Station.

## TEAM



**Prof. Dr. med. Jens Chemnitz**

Chefarzt

Facharzt für Innere Medizin, Zusatzbezeichnungen  
Hämatologie/Onkologie und Infektiologie



**Dr. med. Dirk Niemann**

Leitender Oberarzt

Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie und  
Onkologie, Palliativmedizin



**Dr. med. Meike Clemens**

Oberärztin

Fachärztin für Innere Medizin und Palliativmedizin

### Chefarztsekretariat

**Nadine Scheer-Wiaczka**

Telefon: 0261 137-1070

Telefax: 0261 137-1071

E-Mail: [nadine.scheer-wiaczka@gk.de](mailto:nadine.scheer-wiaczka@gk.de)



**Bärl Hondrich**  
Stationsleitung



**Nadin Schädlich**  
Stellv. Stationsleitung



## IHR WEG ZU UNS



Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH  
**Ev. Stift St. Martin**  
 Klinik für Innere Medizin –  
 Hämatologie/Onkologie, Palliativmedizin  
 Johannes-Müller-Straße 7  
 56068 Koblenz



[www.gk.de](http://www.gk.de)