

Primer día de Tratamiento

No hay cosas “correctas o equivocadas” que llevar, pues cada persona es diferente y tiene sus necesidades. Tómate tu tiempo para reflexionar sobre lo que desearías tener contigo durante el tratamiento.

Podría ser un buen momento para redescubrir un viejo pasatiempo.

Intenta que lo que te acompañe sea sencillo, pues es muy probable que no te apetezca o no te consideres capaz de hacer nada demasiado complejo mientras estés en la sala de tratamiento.

Te ofrecemos a continuación un listado con sugerencias acerca de lo que puedes desear llevar contigo:

Una botella de agua- necesitarás estar hidratado.

Caramelos de menta o de jengibre- pueden aliviar las náuseas.

Bálsamo labial.

Calcetines y alguna prenda de abrigo- como un chal o un jersey.

Una almohada pequeña- para que te sientas más cómodo.

Tu reproductor de música- es una buena forma de relajarse, siempre que la música la elijas cuidadosamente. Intenta no escuchar tu canción o pieza favorita durante la quimioterapia para evitar que ambas queden asociadas en tu memoria.

Alguna película o el celular.

Conoce tu tratamiento

Probablemente estás pensando que la idea de la quimioterapia es abrumadora, ya que implica una serie de largas palabras técnicas y fármacos potentes. La mayoría de las personas encuentran reconfortante conocer lo que se les avecina. De este modo, saben lo que pueden esperar y se preparan para el camino.

¿Qué es la quimioterapia?

El tratamiento con quimioterapia se basa en el empleo de fármacos que interfieren en el metabolismo o en el crecimiento celular y provocan la destrucción de las células cancerígenas, ya que actúa impidiendo que éstas se dividan y se reproduzcan. Los fármacos son transportados por la sangre, de modo que pueden llegar a las células cancerosas en cualquier parte del cuerpo.

HCFFAA - Tel: 24876666

Horarios de Hospital De Día: de 7:00-18:00h
(de lunes a viernes).

Extracciones de sangre: 7:30 - 8:30hs

Enfermería interno: 4102

Secretaría interno: 4104 puede anotarse para consulta con su oncólogo por este teléfono.

Consulta de enfermería: Agendarse con el personal de enfermería.



**Comenzando el camino
de la Quimioterapia**

Servicio de Oncología
Hospital de Día



Conoce lo que puedes esperar que ocurra ese día

La quimioterapia se administra en el Hospital de Día y eventualmente en sala de internación, en el horario de la mañana o la tarde dependiendo de la duración de su tratamiento.

En la mayoría de los casos, los pacientes se van a casa el mismo día de la administración aunque, en algunos casos, puede ser precisa una breve internación hospitalaria.

Antes de cada ciclo de quimioterapia, incluido el primero, puede ser preciso realizarte un análisis de sangre, cuyos resultados deberán conocerse antes de comenzar la administración. Si vives en Montevideo es mejor que la extracción de sangre sea el día previo a tu tratamiento, esto evita demoras en el inicio del mismo.

Si dichos resultados lo permiten, cuando sea el día agendado para tu tratamiento, el equipo oncológico dará la orden y comenzará a prepararse el mismo en la farmacia hospitalaria.

Todos los tratamientos se preparan individualmente para cada paciente, de modo que es posible que tengas que esperar un tiempo hasta que esté listo.

Antes de la quimioterapia propiamente dicha, las enfermeras te administrarán, si está pautada, la “pre medicación”, contra las náuseas, vómitos y posibles reacciones alérgicas. A continuación, se te administrará la quimioterapia.

Algunos tipos de quimioterapia se pueden administrar en casa, básicamente las que se toman por vía oral.

Si este es tu caso, es muy importante que compruebes que nadie más en tu entorno tiene acceso al fármaco y si éste necesita un almacenamiento específico.

Igualmente, deberías haber recibido información por parte del médico, cuyas instrucciones deberás seguir siempre.

Reduce tu estrés al mínimo

El primer día de la quimioterapia será, sin duda, difícil para ti.

Es natural que te sientas nervioso o inseguro, pero te será de ayuda recordar por qué estás recibiendo el tratamiento el cual es un paso decisivo para combatir el cáncer.

Hay algunas cosas que puedes hacer para estar lo más cómodo y relajado posible durante el primer día de tu quimioterapia:

•**Comienza el día con un desayuno ligero** para ayudar a tu estómago a hacer frente a los posibles efectos secundarios del tratamiento sobre tu aparato digestivo.

•**Ese día si lo prefieres podrás desayunar u almorzar** con nosotros dependiendo del horario de tu tratamiento, recuerda **traer cubiertos**.

•**Toma tu medicación de forma habitual:** Si eres hipertenso o diabético no olvides tomar tu medicación previa al tratamiento y comunicarle al equipo de enfermería.

•**Acude a tu cita con tiempo suficiente**, ya que no vale la pena añadir un estrés adicional estando apresurado. Ese día dedícalo a tu tratamiento.

•**Viste ropa cómoda y holgada.** Una buena posibilidad es superponer varias capas de prendas que puedas quitarte o ponerte según la temperatura.

•**Procura que te acompañe algún allegado, familiar o amigo.** El primer día del tratamiento es el mejor para tener a alguien contigo. Procura que sea una persona que te conozca y comprenda. Deberá esperarte en la sala de espera acondicionada para tal fin pero podrá entrar de vez en cuando para ver cómo estas y si necesitas algo.

•**Averigua lo que puedes esperar que ocurra a lo largo del día.** El simple hecho de saberlo puede ser tranquilizador.

