

PROYECTO DE HUMANIZACIÓN EN EL HOSPITAL DE DÍA MÉDICO

ENLACES Y ANEXOS

1. **Anexo:** Enlace (URL) para acceder a la aplicación virtual interactiva a través de móvil o Microsoft Edge: <https://s3.eu-west-3.amazonaws.com/vr.360fotoproducto.com/galdakao/index.html>
2. **Anexo:** Folleto informativo.



EGUNEKO OSPITALE MEDIKOA
KIMIOTERAPIA ETA ALBO-ONDORIOAK
GOMENDIOAK



ERIZAINZAKO KONTSULTA: 94 400 70 99
 Astelehenetik ostiralera, jaiegunetan izan ezik:
 08:00h - 14:00h

EGUNEKO OSPITALE MEDIKOA: 94 400 72 77
 Astelehenetik ostiralera, jaiegunetan izan ezik:
 15:00h - 20:00h

OSAREAN Osasun Aholkua:
 900 20 30 50



MEDIDAS HIGIÉNICO DIETÉTICAS

Se recomienda una dieta variada y equilibrada, **rica en PROTEÍNAS** (huevo, pescado, carne, lácteos, legumbres, tofu, ...), beber abundantes líquidos (agua, infusiones, zumos, ...) y evitar alimentos poco hechos (carne, pescado, ...).

Lavar bien la fruta y verdura si se va a comer cruda. Es preferible pelar la fruta.

Antes de las comidas debes lavarte las manos, y después de realizar cualquier actividad.

Evitar el contacto con personas con síntomas de enfermedad contagiosa (tos, fiebre, mocos, ...).

En caso de tomar algún tratamiento naturista como homeopatía, infusiones o hierbas medicinales, debes informarnos.

Evita el tabaco y el alcohol.

HIGIENE Y CUIDADO DE LA PIEL:

- Tomar duchas templadas con jabón neutro (pH 5.5).
- Es importante la hidratación corporal con cremas y/o aceites.
- Evitar la exposición directa al sol y usar factor de alta protección solar.
- No se aconseja pintarse la uñas ni teñirse el pelo utilizando tintes con amoníaco.



Se recomienda realizar **ACTIVIDAD FÍSICA** en la medida de lo posible (caminar, andar en bicicleta, nadar, realizar ejercicios de fortalecimiento muscular, etc.).






ALBO-ONDORIOAK



APETITU FALTA (ANOREXIA)

Elikagaiak atsegina izan behar du begietara eta usaimenerako. Ez hartu likidorik otorduetan zehar, garaia baino lehen ez asetzeko.

Gogoko dituzun jakiak nahierara jan, gutxi eta maizago, jatordu bakoitzean proteinak hartzea zainduz.

Intentitate txikiro ariketa fisikoak gosea areagotu dezake.



DASTAMENAREN ALDAKETA

Elikagaiak zapore geza edo metalakoa antzeman diezakezue.

- Zapore eta usain oneko elikagaiak aukeratu.
- Saihestu metalakoa tresnak (hobe plastikozkoak, banbuzkoak eta abar baliatzea).
- Menda, limoi edo laranja zaporeko txikiak murtzikatu metalakoa zaporea estaltzeko.



XEROSTOMIA

Ahoko lehortasuna da. Irensteko, murtzikatzeko eta dastatzeko zailtasunak eragin ditzake.

- Azukre gabeko gozokiak/txikiak murtzikatu.
- Janariak busti saltsekin, saldakim eta gurinarekin.
- Ezpainak hidratatu.
- Likido ugari edan.



NÁUSEAS Y/O VÓMITOS

Evitar los olores fuertes y/o desagradables, alimentos grasos y ácidos, repartiendo la comida en 5-6 tomas con menor cantidad. Comer despacio y masticar bien. Tras la ingesta se recomienda no acostarse en los siguientes 30 minutos.

En caso de necesitar medicación tomar **PRIMPERAN**: un comprimido o cucharada, 30 minutos antes de las tres comidas principales durante 3 días seguidos.



DIARREA

Si se producen cambios en el patrón intestinal, ingerir abundantes líquidos, ya sea, agua, suero oral, té, caldos, etc.

Suprimir alimentos grasos y con alto contenido en fibra, alimentos con lactosa y bebidas gaseosas.

Iniciar una **DIETA ASTRINGENTE**: arroz, zanahoria hervida, plátanos maduros, manzana pelada, sémola, etc.

Si hay mejoría introducir poco a poco alimentos como el pollo o pescado hervido, pan tostado, yogur, huevos, etc.

En caso de tener más de 5 - 6 deposiciones diarreas al día, continuar con la dieta y tomar la medicación pautada: **FORTASEC**: Al inicio tomar dos cápsulas y una cada vez que se realice una deposición diarreaica (máximo de 8 cápsulas al día).



ESTREÑIMIENTO

Beber abundantes líquidos y realizar ejercicio físico.

Se recomienda una **DIETA RICA EN FIBRA**, alimentos como fruta, verdura, cereales integrales y frutos secos.

Antes de tomar laxantes y/o enemas, consúltanos.



AHOKO MUKOSITISA

Ahoko mukosaren hantura da.

Hortzetako eta ahoko higiege ona izatea garrantzitsua da lesioak ez apertzeko. Gomendioak:

- Garbitu hortzak zarda biguneko eskuilarekin, otordu nagusien ondoren.
- Irakuzketak egiteko ez erabili alkoholdun kolutorioak. Sodio bikarbonatarekin irakuztea gomendatzen da: 4 kolilarakada 1,5 litro uretan disolbatuta.
- Saihestu tabaikoa, alkohola, kafea bezalako edari narritagarriak, elikagai beroak, azidoak eta mingarriak.
- Ahoa egunero azertzea gomendatzen da: ezpainak, hortzoak eta mitia.

Ahoan lesioak agertzen badira, hartu agindutako medikazioa: **MYCOSTATIN JARABEA (NISTATINA)**.

Hortz-higiegearen ondoren, eguean hiru aldiz egin irakuzketak eta irentsi jarabea.

Irenstean mina badaukazu, elikagai bigunak jan.

Kamamilla eta ez kai infusioekin egindako irakuzketek mina arintzen dute. Hobera egiten ez baduzu, galdetu.



ALOPEZIA

Alopecia ilea erortzerai deritzo, eta tratamendu batzuekin gertatzen da.

Erorketa tratamendua hasi eta 2-3 astera gertatzen da.

Buruko larruzalza hidratatzea eta eguzkitik babestea gomendatzen da.



NERBIO ETA MUSKULU SISTEMAREN ALTERAZIOA

Tratamendu batzuek nerbio-sistemari eragin diezaiokete.

Sintomak: inurridura, erredura-sentsazioa, gogordura, objektuak hartzeko zailtasuna.

Eguneroko bizitzan eragiten badituzte jakinarazi.

SERVICIO DE URGENCIAS

Si por la situación personal se considera necesaria una atención rápida, se debe acudir al Servicio de Urgencias Hospitalarias.



PIEBRE:

Si la temperatura es superior a 38°C se debe acudir al Servicio de Urgencias Hospitalarias.

En caso de presentar mal estado general con febrícula (37°C - 37,9°C) que no cede con el paso de los días, ni con antipiréticos (Paracetamol, Nolotil, Ibufprofeno,...) acudir al Servicio de Urgencias Hospitalarias.

YÓMITOS:

En caso de presentar vómitos que no mejoran con la dieta ni con la medicación pautada y que no permiten tomar líquidos ni sólidos, acudir al Servicio de Urgencias Hospitalarias.

DIARREA ACUSADA:

En caso de presentar diarrea que no mejora con dieta ni con la medicación pautada en el transcurso de 48 horas, acudir al Servicio de Urgencias Hospitalarias.

TÉLFONO DE INTERÉS:

ASOCIACIÓN CONTRA EL CÁNCER:
900 100 036
 (gratuito 24h / 365 días)




3. Anexo: Encuesta vídeos informativos en el Hospital de Día Médico.

1. ¿Cómo valoraría la información aportada a través de vídeos?
- Excelente
 - Muy buena
 - Buena
 - Regular
 - Mala
 - NS/NC
- ¿Y en una escala numérica en la que 1 la información recibida es mala y 10 excelente? (redondea el número)
- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2. ¿Estos vídeos han aumentado su confianza y tranquilidad a cerca del proceso que está viviendo durante su tratamiento?
- Sí
 - No
 - NS/NC
3. ¿Considera que la información extra aportada a través de los vídeos le ha permitido solventar dudas sobre su tratamiento y efectos secundarios?
- Sí
 - No
 - NS/NC
4. En caso de haber respondido sí, ¿considera que ha evitado recurrir a la asistencia telefónica y/o presencial del Servicio de Oncología?
- Sí
 - No
 - NS/NC
5. ¿La información recibida a través de los vídeos le ha parecido clara?
- Sí
- b. No
c. NS/NC
6. ¿Ha recibido información contradictoria sobre cómo manejar el tratamiento y los efectos secundarios?
- Sí
 - No
 - NS/NC
7. ¿Añadiría algún vídeo informativo?
- Sí
 - No
 - NS/NC
8. En caso de que la respuesta sea sí, ¿qué información le gustaría añadir?
- _____
- _____
- _____
9. ¿Le ha parecido adecuado el formato "vídeo" para reforzar la información recibida?
- Sí
 - No
 - NS/NC
10. En caso de que la respuesta sea no, ¿qué formato le parecería el más adecuado?
- _____
- _____
- _____

4. Anexo: Encuesta primera aplicación virtual interactiva en Hospital de Día Médico.

Encuesta primera aplicación virtual interactiva en HDM

1. ¿Qué le parece la información que le dieron para localizar la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Excelente
 - Muy bien
 - Bien
 - Regular
 - Mal
 - NS/NC
2. ¿Fue clara la información que recibió para ir a la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
3. En el hospital, ¿precisó de la colaboración de algún profesional para llegar a la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
4. ¿Le ayudaron las señales y carteles que hay en el hospital para acceder a la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
5. A su llegada a la consulta de oncología y/o Hospital de Día Médico, ¿tuvo que preguntar lo que tenía que hacer?
- Sí
 - No
 - NS/NC
6. ¿Le parece que hay coordinación entre los diferentes Servicios (Admisión, consulta de Oncología y Hospital de Día Médico)?
- Sí
 - No
 - NS/NC
7. ¿Recibió informaciones contradictorias sobre cómo dirigirse a la Consulta de Oncología y/o el Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
8. La información recibida, ¿le ha proporcionado mayor confianza para acudir a la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC

Encuesta segunda aplicación virtual interactiva en HDM

1. ¿Qué le parece la información que le dieron para localizar la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Excelente
 - Muy bien
 - Bien
 - Regular
 - Mal
 - NS/NC
2. ¿Fue clara la información que recibió para ir a la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
3. En el hospital, ¿precisó de la colaboración de algún profesional para llegar a la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
4. ¿Le ayudaron las señales y carteles que hay en el hospital para acceder a la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
5. ¿Le parece que hay coordinación entre los diferentes Servicios (Secretaría, consulta de Oncología y Hospital de Día Médico)?
- Sí
 - No
 - NS/NC
6. ¿Le pareció sencilla la aplicación virtual interactiva para acceder al Servicio de Oncología y/o el Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
7. A su llegada a la consulta de oncología y/o Hospital de Día Médico, ¿tuvo que preguntar lo que tenía que hacer?
- Sí
 - No
 - NS/NC
8. ¿Le pareció que había coordinación entre los diferentes Servicios (Secretaría, consulta de Oncología y Hospital de Día Médico)?
- Sí
 - No
 - NS/NC
9. ¿Recibió informaciones contradictorias sobre cómo dirigirse a la Consulta de Oncología y/o el Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
10. La información recibida, ¿le ha proporcionado mayor confianza para acudir a la Consulta de Oncología y/o Hospital de Día Médico?
- Sí
 - No
 - NS/NC
11. ¿Le gustaría indicar alguna sugerencia o mejora con respecto a las indicaciones para llegar al Servicio de Oncología?
- _____