



CANCRO
NA FAMILIA
— construir conhecimento



INFECÇÃO

Este folheto fala do aumento do risco de infecção, uma condição que pode surgir durante o seu tratamento de quimioterapia. Pergunte ao seu médico se deverá esperar este efeito secundário no decurso do seu tratamento.

ESTAS RECOMENDAÇÕES NUNCA DEVERÃO SOBREPOR-SE À INFORMAÇÃO DADA PELO SEU MÉDICO ONCOLOGISTA, QUE É QUEM ACOMPANHA DE PERTO O SEU CASO PESSOAL.

Risco infecção

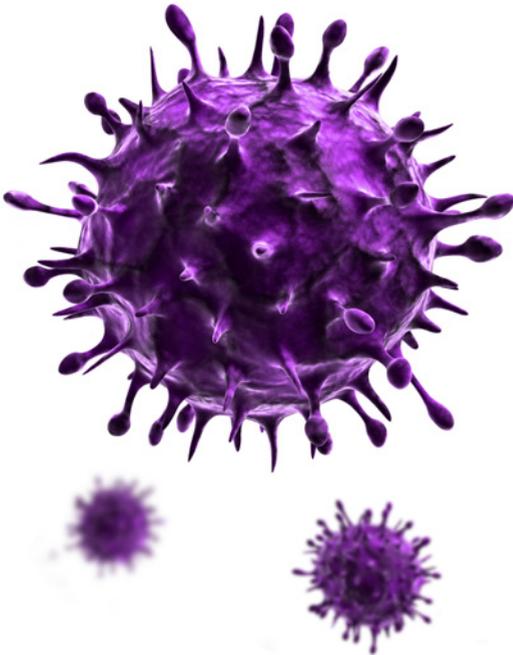
Baixo número de glóbulos brancos no sangue (leucopenia)

Ter um número baixo de leucócitos (glóbulos brancos) no sangue diminui a capacidade do corpo combater contra infecções. Um tipo de glóbulo branco, o neutrófilo, é especialmente importante no combate de infecções por bactérias ou fungos. Se o seu número de leucócitos baixar demasiado, o seu médico pode suspender o tratamento, diminuir a dose de quimioterapia ou, possivelmente,

dar-lhe um factor de crescimento que estimula as células da medula óssea a produzir mais glóbulos brancos.

É importante que conheça os sinais de infecção para que possa informar o seu médico. Infecções podem surgir em muitos pontos do corpo, mas são mais comuns na boca, na pele, pulmões, tracto urinário e recto.

Coisas que podem ajudar a prevenir infecções:



Vírus e Bactérias

- ✗ Mantenha-se longe de multidões, em especial em espaços fechados.
- ✗ Evite estar em contacto com pessoas que lhe podem transmitir doenças (constipadas, com gripe, sarampo ou varicela). Se necessário, use uma máscara para se proteger.
- ✗ Evite estar em contacto com pessoas que tenham recebido, há pouco tempo, vacinas de vírus vivos (ex. vacinas da varicela ou da varíola). Confirme com o seu médico quais as vacinas importantes e quanto tempo deverá afastar-se e evitar o contacto.
- ✗ Não tome vacinas sem consultar antes o seu médico oncologista.

Alimentos

- ✘ Não coma carne, peixe ou ovos crus, particularmente nas alturas em que o seu número de neutrófilos no sangue diminui. Estas alturas são previsíveis, consoante o esquema terapêutico que está a realizar - pergunte ao seu médico.
- ✘ Nestas alturas, tome também atenção a determinados "suplementos naturais" frescos (não pasteurizados), pela hipótese de contaminação bacteriana, como por exemplo determinadas marcas de xaropes de aloé vera. Informe-se com a sua equipa de saúde.



Higiene

- ✘ Não esprema ou arranque borbulhas. Não corte, morda ou arranque as cutículas das unhas.
- ✘ Tome banho ou duche diariamente, com água morna (não com água quente). Lave-se com cuidado debaixo dos braços, nas áreas genital e rectal e nas dobras da pele. Seque-se pressionando suavemente a toalha, com leves palmadinhas, e não esfregando a pele.
- ✘ Use loções ou óleos que suavizem e cicatrizem a pele, para evitar que se torne seca ou gretada.
- ✘ Lave sempre as mãos antes das refeições e depois de usar a casa de banho.
- ✘ Limpe o ânus e a área em redor muito bem, mas suavemente, sempre que evacuar. Aconselhe-se com o seu médico ou enfermeira se esta área ficar ferida ou se tiver hemorróidas.
- ✘ Use luvas impermeáveis se fizer a higiene do seu bebé.



Objectos e Instrumentos

- ✘ Use uma máquina eléctrica de barbear em vez de uma lâmina, para prevenir cortes na pele.
- ✘ Tenha cuidado para não se ferir ao usar tesouras, agulhas, facas ou outros utensílios afiados.
- ✘ Evite tampões, supositórios, clisteres ou termómetros rectais.



Refeição

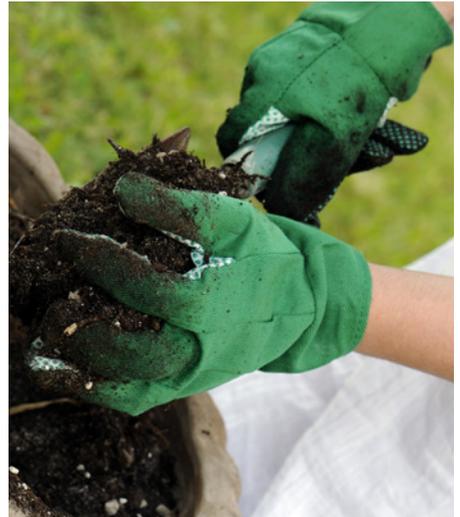
- ✘ Use luvas a cozinhar ou lavar a louça.
- ✘ Não partilhe talheres, pratos ou copos.
- ✘ Lave a boca depois de cada refeição. Use uma escova de dentes extra-macia que não fira as gengivas, e fale com o seu médico antes de usar fio dental.

Jardim

- ✘ Não mexa em excrementos animais (ex. gaiolas de aves ou caixas de areia).
- ✘ Use luvas ao fazer jardinagem ou manusear produtos de compostagem.

Curativos

- ✘ Limpe cortes ou arranhões de imediato, com água morna e sabonete. Use um antibiótico em creme e cubra com uma gaze.
- ✘ Procure sinais de infecção (vermelhidão, inchaço, pus). Se detectar algum sinal, fale com o seu médico ou enfermeira.



Estética

- × Não faça manicura, pedicura, depilação com cera ou tatuagens sem falar com o seu médico ou enfermeira.
- × Não rape o couro cabeludo ou outra parte do corpo.

Consultas

- × Adie idas ao dentista ou qualquer procedimento invasivo que não precise de ser feito imediatamente. Fale com o seu médico ou enfermeira antes, para programar as datas indicadas.



Sintomas de infecção podem ser:

- × 38°C (temperatura tirada na axila), 38,3°C (temperatura tirada na boca ou ânus).
- × Calafrios.
- × Suor.
- × Fezes moles (pode também ser um efeito secundário da quimioterapia).
- × Sensação de ardor ao urinar.
- × Tosse ou garganta inflamada, expectoração amarela/ esverdeada.
- × Corrimento vaginal pouco usual, ou prurido.
- × Vermelhidão, inchaço ou sensibilidade, principalmente em redor de um corte, ferida, borbulha, local de inserção intravenosa ou cateter venoso central.
- × Dor abdominal (dor de barriga).

Informe o seu médico de imediato se tiver sinais de infecção.

Se pensa que tem febre, tire a temperatura de 4 em 4 horas. . Fale com o seu médico, em especial, se a febre surgir 1-2 semanas depois do tratamento.

Não use ácido acetilsalicílico (ex. Aspirina®), paracetamol (ex. Benuron®), ou qualquer outro medicamento para baixar a temperatura, sem primeiro confirmar com o seu médico.



A LEITURA DESTE FOLHETO NÃO DISPENSA O ACONSELHAMENTO PRESENCIAL E INDIVIDUALIZADO DO SEU MÉDICO ASSISTENTE

Fontes de informação: American Cancer Society, Sloan Kettering Cancer Center, Mayo Clinic / **Revisão científica:** Maria Rita Dionísio, Médica Oncologista, Fundação Champalimaud / **Conteúdos e produção:** Susana Lamas / **Coordenação:** Filipe Santos Silva / **Design:** www.estudiorjdesign.com / **Ilustração:** www.zecardoso.com / **Edição:** Public Awareness of Cancer Unit, IPATIMUP Junho 2012 / **+ info:** www.cancronafamilia.com



HARVARD MEDICAL SCHOOL
- PORTUGAL PROGRAM
IN TRANSITIONAL RESEARCH AND INFORMATION

HARVARD
MEDICAL
SCHOOL



QUADRO
DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL



COMPETE
PROGRAMA OPERACIONAL FACTORES DE COMPETITIVIDADE



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional

FCT

Fundação para a Ciência e a Tecnologia
MINISTÉRIO DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E INOVAÇÃO