

# Trasplante de médula ósea: cuando el paciente regresa a casa

Cuando un paciente que se ha sometido a un trasplante de médula ósea (BMT, por sus siglas en inglés) regresa a casa, puede contraer una infección fácilmente. Es importante asegurarse de que la casa esté preparada antes de su llegada.

## Mascotas

Las mascotas que estaban en el hogar antes de su trasplante pueden permanecer. Los gatos y perros son seguros siempre y cuando no se les permita estar encima de la ropa de cama, no tengan contacto cercano a la cara y que no se acerquen a su vía central. Además, asegúrese de:

- Lavarse las manos después de entrar en contacto con una mascota.
- Evitar todo contacto con las heces (popó) de animales, incluyendo limpiar la caja de arena para gatos, acuarios de peces y jaulas de pájaros.
- Informe a su médico de cualquier mordedura o arañazo de animales.

Usted y otros miembros de la familia necesitan:

- Evitar que los pájaros vuelen libremente dentro de su casa.
- Controlar a los gatos y perros cuando usted esté caminando para que no se vaya a tropezar y caer sobre el animal.
- Mantener al día todas las inmunizaciones y vacunas de refuerzo de las mascotas.
- Pida al veterinario que compruebe la popó de su mascota cada año para detectar parásitos.
- Haga que los gatos sean evaluados cada año para detectar leucemia felina y toxoplasmosis.
- Trátelos contra las pulgas.
- Lleve a su mascota todos los días durante la temporada de garrapatas para que revisen que no las tenga (de mayo a noviembre) si la mascota camina por áreas boscosas.
- Mantenga a las mascotas en el interior o en su propiedad para que no se contagien de enfermedades de otros animales.

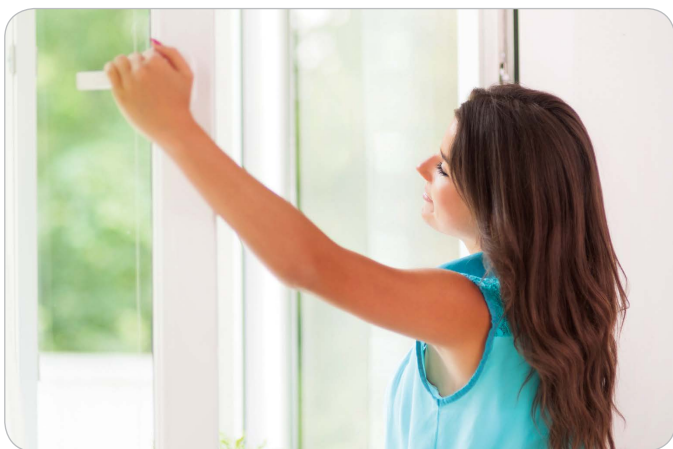


## Plantas

Las plantas pueden permanecer en el hogar, pero usted debe evitar un contacto cercano con ellas. Quite las plantas de la habitación donde duerme.

No trabaje directamente con las plantas o tierra (como quitar hierba mala, podar el césped o rastrillar las hojas) por lo menos 6 meses después del trasplante y solo después de tener permiso del médico de trasplante.

Regar las plantas está permitido, pero debe lavarse las manos después de hacerlo.



## Limpeza del hogar

Evite usar la aspiradora, limpiar el polvo y otras actividades que lo expongan al polvo durante su tratamiento. Salga de la habitación cuando se hagan estas actividades y permanezca lejos durante 30 minutos para permitir que el polvo se reasiente.

## Lavar la ropa, ropa de cama y toallas

Por lo general, no hay riesgo de infección por lavar la ropa. Usted debería:

- Cambiar la ropa de cama por lo menos una vez a la semana.
- Cambiar las toallas cada 2 días.
- Nunca comparta las toallas con nadie.

## Limpiar la alfombra

Las alfombras se pueden limpiar con un sistema de vapor siempre y cuando estén completamente secas antes de que regrese a su casa. Lo mejor es limpiar las alfombras usando un sistema químico y evitar usar el agua. Esto ayuda a prevenir la formación de moho debajo de la alfombra.

## Baños

Los baños no deben tener ninguna señal visible de moho u hongos. Pida a alguien que limpie los baños a menudo. Asegúrese de usar cloro en la regadera para evitar que se forme el moho. Cuídese de no salpicarse la piel con los productos de limpieza o respirar los gases.

## Calidad del aire

### Sótanos

Evite vivir en el sótano si existe la posibilidad de estar más expuesto al polvo y al moho. Si tiene que vivir en el sótano, revise todas las áreas del sótano para que no haya moho o humedad, y resuelva cualquier problema antes de regresar a casa.

### Abrir las ventanas

Lo mejor es dejar las ventanas cerradas si:

- Su recuento de glóbulos blancos es bajo (recuento de neutrófilos inferior a 1000 /  $\mu$ L)
- El viento sopla el polvo al aire.

### Sistemas de aire filtrado

El aire acondicionado, los sistemas de enfriamiento por evaporación y los sistemas de calefacción necesitan más atención cuando el sistema inmunitario está débil. Cambie todos los filtros más a menudo para limpiar el aire que está circulando en el hogar. Haga esto durante el primer año después del trasplante (o durante más tiempo si está en terapia inmunosupresora). Revise las recomendaciones del fabricante para tener más información sobre qué tan a menudo debe cambiar el filtro. Asegúrese que otra persona cambie los filtros. Hacerlo usted mismo puede aumentar su riesgo de enfermarse.

Para los enfriadores a vapor, haga reemplazar las almohadillas de goteo y encienda el enfriador por lo menos 30 minutos todos los días para evitar que el agua se estanque. Si se utiliza un humidificador, asegúrese de cambiar el agua diariamente.

### Ventiladores

Es aceptable utilizar ventiladores durante el clima cálido. Si usa ventilador, pida a otra persona que limpie el polvo de la habitación y las aspas del ventilador 3 veces por semana como mínimo.

*Bone Marrow Transplant: When the patient comes home*

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2019 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. Hay más información disponible en [intermountainhealthcare.org](http://intermountainhealthcare.org). Patient and Provider Publications FS4635-01/19 (Last reviewed - 01/19) (Spanish translation 02/19 by inWhatLanguage)