

## BESKYTTENDE ISOLERING.

Hensikten med beskyttende isolering er å skjerme deg fra andre pasienter for å hindre at du blir utsatt for smitte. Du skal ha enerom så lenge isolasjonen pågår.

Du blir isolert fordi du har for lavt antall hvite blodceller. Total antall hvite blodceller (leukocytter) er under 1.0 og en spesiell type hvite blodceller (neutrofile granulocytter) under 0.5 Dette måler vi i blodprøve.

Grunnen til lave hvite blodceller er cellegiftkuren (eller sykdommen) du har fått. Cellegift påvirker alle celler i kroppen og gjør at bl.a hvite blodceller synker, du vil da være mottakelig for infeksjoner.

Du har fått feber, og har sannsynligvis startet med antibiotika intravenøst (inn i en blodåre)

Du er også utsatt for å få lav blodprosent, og blodplatene (trombocytter) kan bli lave. Dette kan merkes ved at du føler deg slapp og utslått, og du kan lettere blø, f.eks ved blodprøvetaking og tannpuss.

Vi vil gi deg tilførsel av blod og plater ved behov.

I isolasjonsperioden er det viktig at du er nøye med personlig hygiene. Det er ønskelig at du dusjer hver dag. Klarer du ikke det, hjelper vi deg med hel kroppsvask.

Sengen vil bli skiftet på hver dag.

Du vil oppleve at personalet tar på seg beskyttelsesfrakk når vi går inn til deg. Dette for å beskytte deg mot smitte. Hansker bruker vi kun ved tilsøling. Skal vi levere f.eks matbrett, medisiner eller henge opp antibiotika/væske, bruker vi ikke frakk. Vi er alltid nøye med håndhygien.

Enkelte vil bruke munnbind hvis de er litt forkjølet.

Alle disse tiltakene er for å beskytte deg.

Det kan være tungt og vanskelig å være isolert. Noen kan føle seg nedstemt og ha mange tanker. Hvis du har behov for å snakke med personalet, ta gjerne kontakt med en av sykepleierne/helsefagarbeiderne. Det kan også være godt å snakke med familie og/eller venner. Vi henviser også til f.eks prestetjenesten / sosionom.

Det er viktig å være i aktivitet selv om du føler deg slapp og trett. Sitt gjerne opp i stol og gå noen runder på rommet. Vi kan henvise til fysioterapeut for trening(vurdering av evt treningsutstyr), og du kan evt. få ergometersykel inn på rommet.

Trening kan forhindre blodpropp og det bedrer lungefunksjonen, blodsirkulasjonen og tarmfunksjonen.

Kanskje føler du deg litt kvalm og uvel og har liten appetitt. Dette er ganske vanlig, og vi har flere tiltak for å hjelpe deg.

Du kan få kvalmestillende før måltider. Vi kan bestille forskjellig typer mat som er lett å fordøye.

Det er viktig å prøve å spise litt til måltidene.

Godt munnstell er viktig, det er vanskelig å spise/drikke hvis du har mye slim/sår munn. Du kan skylle munnen med saltvann og tennene bør pusses med myk tannbørste for å unngå sår/rifter. Blir du plaget av sopp i munnen har vi behandling for det.

Du kan bli plaget av løs mage (diarè) eller forstoppelse (obstipasjon) Det finnes midler for dette. Det er svært viktig å drikke godt, men er det vanskelig, kan vi gi væske intravenøst ved behov.

Vi vil ta vitale målinger jevnlig så lenge du er isolert og har feber. Temperatur og puls blir kontrollert. Temperaturen måles som regel i armhule (axille) eller øre. Blodprøver blir målt jevnlig, og har du innlagt SVK (sentralt venekateter) kan vi ta blodprøver fra denne når det er mulig.

Du kan ha besøk av dine nærmeste, de må kle seg med beskyttelsesfrakk og vaske/desinfisere hendene godt før de går inn til deg. Pårørende som tilbringer mye tid hos deg trenger ikke ha på seg frakk, men må da oppholde seg på rommet, og ikke gå ut i korridoren eller ned i kafeteria/kiosk. De må gå rett opp til deg og rett ut av sykehuset, husk god hånddesinfeksjon. Du bør ikke ha besøk av personer som føler seg syke.

Blomster kan ikke tas inn på rommet grunnet oppvekst av bakterier i vannet / blomsterjord. Du kan få inn aviser og blader, og du kan bruke egen Pc og annet personlig elektronisk utstyr

## **ORDLISTE :**

**Benmarg :** produserer blodceller, finnes i bekkenbenet, brystbenet, ribben og rørknokler.

**Blodplater :** celler i blodet som er nødvendig for at (trombocytter) blødninger skal stoppe.

**Hemoglobin:** Hemoglobin er et protein som frakter oksygen i blodet fra lungene og ut til organer og vev og som transporterer karbondioksid fra organer/vev tilbake til lungene. Hvis du har lav HB, trenger du tilførsel av blod!

**Hvite blodlegemer :** celler i blodet som er viktig i forsvar mot infeksjoner. (leukocytter)

**Neutrofile granulocytter :** En undergruppe av leukocytter.

