

## ■ Nekouření

Je jedna z důležitých podmínek léčby. Protikuřácká linka 844 600 500 radí kuřákům, jak přestat kouřit. V případě neúspěchu s odvykáním kouření se můžete objednat v protikuřácké poradně.

Seznam všech protikuřáckých poraden a další informace najdete na [www.slzt.cz](http://www.slzt.cz).

Poradte se v protikuřácké poradně na plicní ambulanci FN Olomouc.

## ■ Prevence pádu

Noste pevnou, neklouzavou obuv. Neváhejte a v případě nejistoty při chůzi zvoňte na sestru. Rádi vás doprovodíme na toaletu či k umyvadlu. Pád pacienta komplikuje vaši léčbu.

## ■ Propuštění z nemocnice

Pacient je při propuštění seznámen s výsledem. Pacient je při propuštění seznámen s výsledem vyšetření a s dalším postupem léčby. Dostáváte lékařskou zprávu pro praktického lékaře.

## ■ Pacient a pracovní neschopnost

Při propuštění z nemocnice dostáváte zpět potvrzení o pracovní neschopnosti a lístek na peníze.

### Zpracovala:

Magda Lépová – tel.: 588 445 325 (edukační sestra)

### Odborný garant:

prof. MUDr. Vítězslav Kolek DrSc.

### Ilustrace:

public.fnol.cz, [www.obrazky.cz](http://www.obrazky.cz)

### Doporučené zdroje informací:

Kolek V., Kašák V., Vašáková M. a kol.: Pneumologie. Maxdorf Jessenius, Praha 2011, 552s. ISBN 978-80-7345-255-1

Kamil Krofta VI. Pneumologie. Triton 2005. 279s.

Fm-L009-027-EM-035 (v2)

### Kontakt

Klinika plicních nemocí a tuberkulózy

Fakultní nemocnice Olomouc

I. P. Pavlova 6, 775 20 Olomouc

spojovatelka: tel.. 588 441 111

e-mail: [info@fnol.cz](mailto:info@fnol.cz), [www.fnol.cz](http://www.fnol.cz)

### Ambulance (PLIC)

Po-Pá 7:00 – 15:30 hod.

tel.: +420 588 443 561

### Protikuřácká poradna FNOL

tel.: +420 588 443 561

Po ordinační době ambulance v případě potíží ODD. URGENTNÍHO PŘÍJMU:

tel.: +420 588 442 653



Fakultní nemocnice Olomouc  
profesionalita a lidský přístup

# Onkologické plicní onemocnění

Průvodce pacienta

edukační materiál pro pacienty



FAKULTNÍ NEMOCNICE  
OLOMOUC

**LÉČBA onkologického onemocnění je zdlouhavá a vyžaduje trpělivost od pacienta i jeho rodiny.**

**PŘEDEPSANÉ LÉKY** doma užívejte pravidelně. Nastavenou léčbu sami nepřerušujte.

**AMBULANTNÍ KONTROLY** stanovené lékařem dodržujte dle doporučení.

**Chemoterapie** bývá často součástí terapie. Podání cytostatik většinou vyžaduje kontrolu aktuálních krevních parametrů a je obvykle časově náročné. Do ambulance si proto nezapomeňte přibalit svačinku a pití.

## NABÍDKA ŘEŠENÍ RŮZNÝCH SITUACÍ DOMA

### ■ Nevolnost, zvracení

Slané netučné krekry zvýší chuť při ranní nevolnosti. Jídlo si dělte do 6-7 dávek. Vyhýbejte se příliš aromatickým, kořeněným, tučným, sladkým či slaným jídlům. Popíjejte během dne chlazené nápoje- vodu, slabý černý oslazený čaj, studená coca-cola.

### ■ Nechutenství

Jezte pomalu, častěji a málo, kdykoli přes den i v noci.

Kupte si v lékárně tzv. SIPING = “srkací” nápoje doplňující potřebné živiny ve vyváženém poměru např. Nutridrink, Fresubin, Ressource.

Lépe budete tolerovat vlažná nebo studená jídla. Energii také dodáte oslazením nápojů či jídel medem, glukopurem- hroznový cukr.

U některých cytostatických léků se vyhýbejte citrusovým plodům, grepům a nejezte kyselé, nadýmavé a těžko stravitelné potraviny.

### ■ Kůže

Po ozařování může kůže zčervenat, svědit, vytvořit puchýřek, pigmentovat. Kůži nechte větrat (nezakrývejte), neškrábejte, nevystavujte slunci, omývejte vodou. Nepoužívejte mýdlo a sprchové gely na podrážděnou kůži.

Suchou kůži promašťujte: Bepanthen mast, Panthenol mléko.

Po chemoterapii a ozařování dochází k dočasné ztrátě vlasů nebo ochlupení. Dorostou obvykle do 6 měsíců po léčbě.

### ■ Zácpa

**Tekutiny** nejlépe po ránu (např. teplý čaj, káva) navozuje vyprazdňovací reflex.

**Pijte** alespoň 2,5l tekutin během dne nejlépe vody bez bublinek, 30% ovocné šťávy, zeleninové šťávy a ovocné čaje mírně slazené nebo neslazené.

**Strava** vyšším obsahem vlákniny např. syrová zelenina- mrkev, řepa, čerstvé zeleninové saláty, švestky kompot, ovesné vločky, kukuřičné lupínky, celozrnné pečivo. Přírodní vláknina Psyllium je nenávyková a má oboustranné využití jak při průjmu tak i při zácpě.

Doplněk stravy **NUTRIDRING MULTI FIBRE** s vlákninou.

### ■ Průjem

**Výživa** - vařená mrkev, banán, mazance, rohlíky, chleba, housky, bílý toastový chléb. Maso krůtí, slepičí, kuřecí, králičí, vepřové, hovězí, vejce, maso z netučných ryb, polévka z rýže, ovesných vloček.

**Tekutiny** - pijte 2-3l tekutin denně nejlépe slabý mírně oslazený černý čaj.

### ■ Relaxace

Každý člověk si potřebuje psychicky i fyzicky odpočinout. Udržovat si radost ze života, vhodné koníčky, záliby, sport, kontakt s kamarády. Je důležité stále znovuobjevovat sílu jít dál, zachovat duševní rovnováhu.

### ■ Sucho v ústech

**Chemoterapie** - ozařování v oblasti hlavy zejména krku a hrudníku někdy vede ke zhoršenému polykání.

**Tekutiny** - popíjejte chladnou vodu, mléčné nápoje, jezte mléčné výrobky. Kupte si náhradu slin – Xerostom ve formě ústní vody, spraye nebo žvýkaček.

**Hygiena** - používejte měkký zubní kartáček, zubní kovové protézy vyndejte na noc z úst. V případě ústní infekce nebo i preventivně dezinfikujte ústní dutinu roztokem Corsodyl, Tantum verde.

**Rty** a jejich okolí zvláčňete balzámem.

### ■ Velká bolest

Vezměte si analgetika doporučená lékařem.

### ■ Nesnesitelná bolest

Navštivte svého praktického lékaře, nebo při zhoršení zdravotního stavu stran dušnosti ambulanci plicní kliniky.