

LIỆU PHÁP MIỄN DỊCH VÀ LIỆU PHÁP CÂY GHÉP TẾ BÀO

Hướng dẫn dành cho bệnh nhân

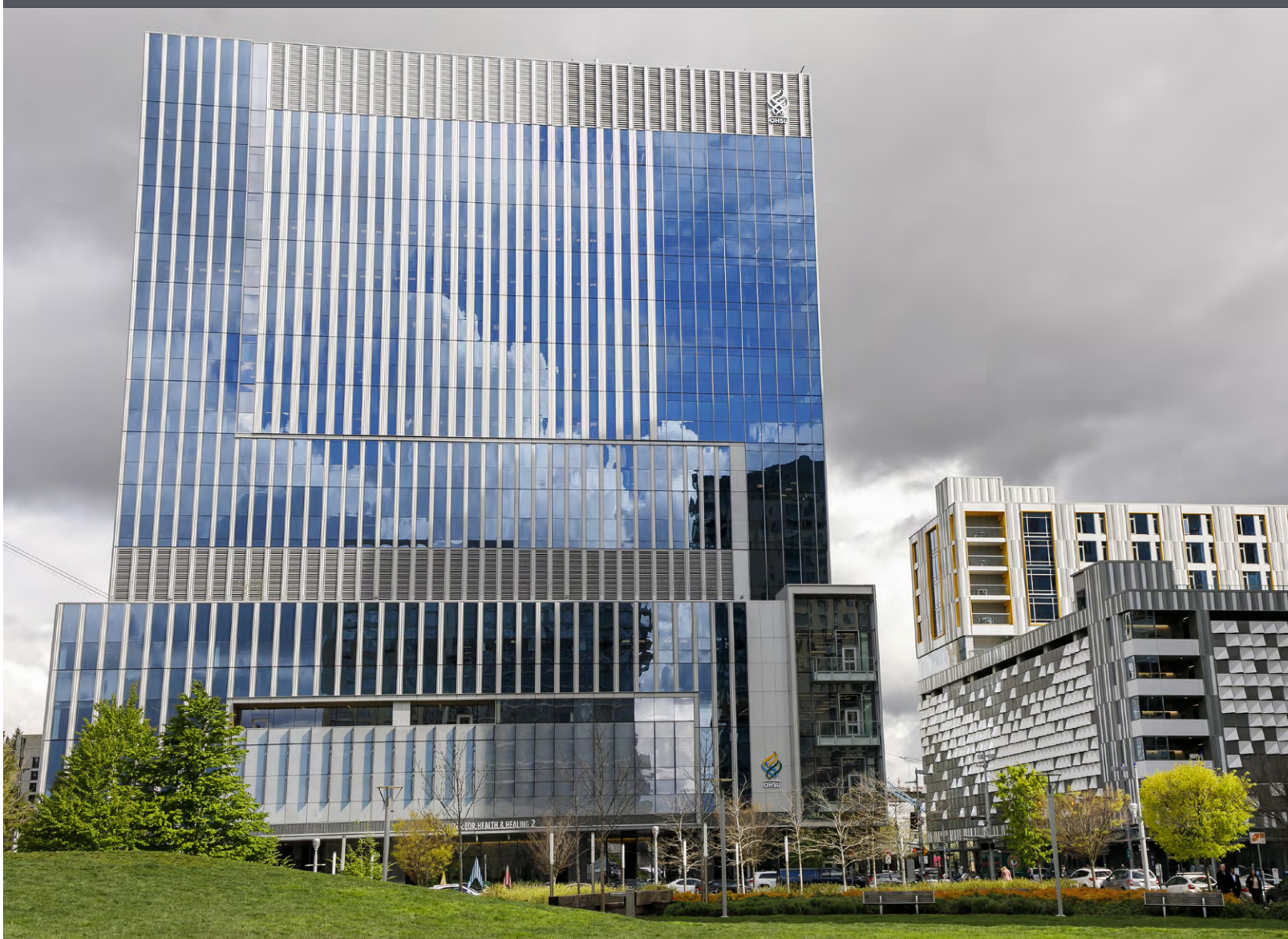
Nguồn lực dành cho bệnh nhân liệu pháp miễn dịch và liệu pháp cấy ghép tế bào



KNIGHT
CANCER
Institute

Giới thiệu

Chúng tôi biết cấy ghép tủy xương, cấy ghép tế bào gốc và liệu pháp tế bào CAR T có thể là thách thức về thể chất, tình cảm và tài chính. Chúng tôi sẽ cố gắng hết sức để xác định và tìm ra các nguồn lực và hỗ trợ quý vị cần cho dịch vụ chăm sóc của quý vị tại OHSU. Vui lòng đọc qua hướng dẫn này dành cho bệnh nhân và hỏi nhóm chăm sóc của quý vị nếu có bất kỳ câu hỏi nào.



OHSU KNIGHT CANCER INSTITUTE

Mục lục

Giới thiệu về CHH2 và Đi lại trong OHSU	2
Dịch vụ hỗ trợ	9
Giới thiệu về Liệu pháp tế bào	23
Dinh dưỡng cho cấy ghép và Liệu pháp tế bào CAR T	29
Lưu trú trong bệnh viện	33
Chăm sóc quý vị tại phòng khám	35
Cuộc sống ở nhà	37
Kiểm soát các triệu chứng và tác dụng phụ	39
Khi tế bào gốc của quý vị đến từ một người hiến tặng	41
Các tác dụng phụ có thể xảy ra khi điều trị	
Phải làm gì và làm thế nào để ngăn ngừa và kiểm soát tác dụng phụ	43
Chảy máu và các vấn đề về hô hấp	44
Tiêu chảy, buồn nôn và nôn	45
Sốt và nhiễm trùng, các vấn đề về trí nhớ và suy nghĩ	46
Đau miệng và viêm niêm mạc (loét miệng), mệt mỏi	47
Thay đổi da hoặc phát ban	48
Giới thiệu về Liệu pháp tế bào CAR T	49

Giới thiệu về CHH2 và Đi lại trong OHSU

Địa điểm phòng khám và nơi điều trị

Chúng tôi có các phòng khám ung thư tại Center for Health and Healing (CHH), Tòa nhà 2 ở các tầng 9, 10, 11 và 12. Các tầng điều trị ở tầng 11 và 12. Vào cuối mỗi cuộc hẹn, chúng tôi sẽ cung cấp cho quý vị hướng dẫn đến cuộc hẹn tiếp theo.

www.ohsu.edu/visit

Lên kế hoạch cho chuyến đi tại
www.trimet.org

Đậu xe khi quý vị đến cuộc hẹn

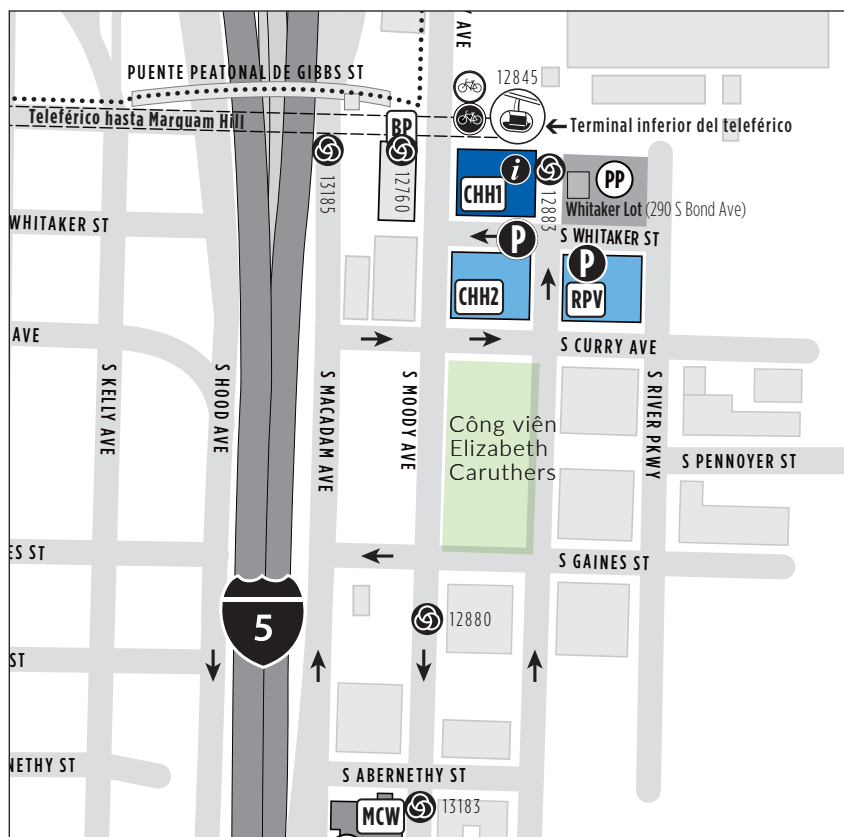
Center for Health and Healing (CHH)

Quý vị nên đậu xe tại bãi đậu xe bên dưới CHH, Tòa nhà 1 và Tòa nhà 2. Có chỗ đậu xe cho khách miễn phí và dễ dàng đi đến cả hai tòa nhà.

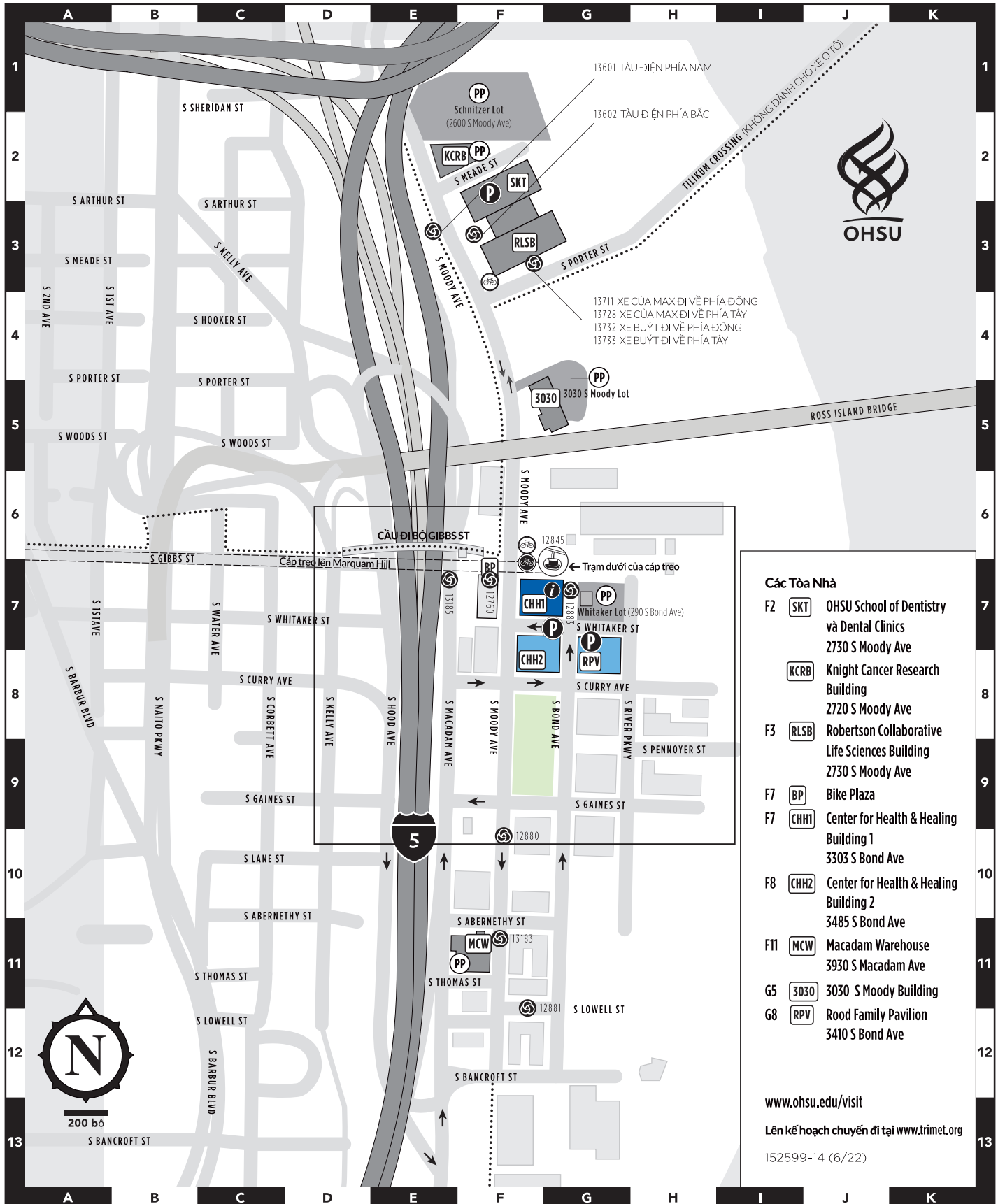
Rood Family Pavilion

Quý vị cũng có thể đậu xe tại Rood Family Pavilion. Tòa nhà này nằm cạnh CHH2, cách một khu phố về phía đông. Lái xe theo SW Whitaker Street đến bãi đậu xe ngầm và đến bãi đậu xe Rood Pavilion.

Nhận bản đồ và thông tin chỉ đường và bãi đậu xe cho khuôn viên South Waterfront tại
www.ohsu.edu/visit/south-waterfront-campus.



Center for Health & Healing, Building 2
3485 S Bond Ave., Portland, OR 97239



KHUÔN VIÊN SOUTH WATERFRONT

**Nơi làm thủ tục
cho cuộc hẹn của quý vị**

Đi lên tầng 1, Lễ tân tại sảnh chính của Tòa nhà 2 CHH. Nhân viên lễ tân sẽ hướng dẫn quý vị đến cuộc hẹn tiếp theo.



Những tầng nhà cần ghi nhớ

Để tìm đường cho buổi thăm khám của quý vị đến CHH2, quý vị cần ghi nhớ một số tầng:

CENTER FOR HEALTH AND HEALING, TÒA NHÀ 2	
Tầng 1	Lễ tân sảnh chính Giờ làm việc trong tuần là 5:30 a.m.–6:30 p.m.; và giờ cuối tuần vào Thứ Bảy và Chủ Nhật là 6:30 a.m.–6 p.m.
Tầng 1	Nhà thuốc Giờ làm việc từ Thứ Hai đến Thứ Sáu là 8 a.m.–6 p.m.; giờ làm việc vào Thứ Bảy và Chủ Nhật là 8 a.m.–4:30 p.m.
Tầng 1	Phòng thí nghiệm Giờ làm việc từ Thứ Hai đến Thứ Sáu là 5:30 a.m.–6:30 p.m.; giờ làm việc vào Thứ Bảy và Chủ Nhật là 6:30 a.m.–6 p.m.
Tầng 10	Knight Cancer Institute: Phòng khám Giờ làm việc từ Thứ Hai đến Thứ Sáu là 8 a.m.–5 p.m.; không làm việc vào Thứ Bảy và Chủ Nhật
Tầng 11	Knight Cancer Institute: Trung tâm điều trị Giờ làm việc từ Thứ Hai đến Thứ Sáu là 7 a.m.–7 p.m.; giờ làm việc vào Thứ Bảy và Chủ Nhật là 8 a.m.–6 p.m.

Nếu quý vị cần thay đổi cuộc hẹn

Vui lòng liên hệ ngay với chúng tôi nếu quý vị cần hủy hoặc sắp xếp lại cuộc hẹn của mình. Cũng vậy, vui lòng gọi cho chúng tôi nếu quý vị đến muộn.

Nếu quý vị cảm thấy bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám. Chúng tôi sẽ để quý vị nói chuyện với điều phối viên y tá. Nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám để được tư vấn về cách giữ an toàn. Số của phòng khám sẽ kết nối quý vị với bác sĩ trực khi phòng khám đóng cửa.

Để liên hệ Center for Hematologic Malignancies and Clinic ở CHH2 tại OHSU

Với phòng khám, hãy gọi **503-494-5058**. Xin nhắc lại, nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám để biết cách giữ an toàn.

Khi gặp các vấn đề khẩn cấp sau giờ làm việc, cuối tuần (Thứ Bảy hoặc Chủ Nhật) và ngày lễ, hãy gọi cho Bộ phận điều hành OHSU theo số **503-494-8311** và yêu cầu gặp Bác sĩ Ung thư Y tế đang trực.

Khi có bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào đe dọa tính mạng, hãy gọi **911**.



KHUÔN VIÊN MARQUAM HILL

TẦNG 1-2
3223 SW Sam Jackson Park Road
TẦNG 3
3219 SW Sam Jackson Park Road

Thông tin về phương tiện đi lại và bãi đỗ xe

- A** Bãi Đậu Xe
- i** Thông tin
- Xe điện**
- 10** Điểm đỗ xe được cấp phép
- Ⓢ** Điểm dừng xe buýt TriMet
- ...** Tuyến đường đi bộ

CÁC TÒA NHÀ DÀNH CHO BỆNH NHÂN

CẤP CỨU	F6
Casey Eye Institute 515 SW Campus Drive	K6
CDRC Child Development & Rehabilitation Center 707 SW Gaines Street	H12
CDW Child Development & Rehabilitation Center West 745 SW Gaines Street	F11
Doernbecher Children's Hospital 700 SW Campus Drive	G8
Elks Children's Eye Clinic 545 SW Campus Drive	J6
Hatfield Research Center 3250 SW Sam Jackson Park Road	F6
Kohler Pavilion 808 SW Campus Drive	I5
Multnomah Pavilion 3161 SW Pavilion Loop	H3
OHSU Hospital 3181 SW Sam Jackson Park Road	H6
Physicians Pavilion 3270 SW Pavilion Loop	H4
Sam Jackson Hall 3245 SW Pavilion Loop	G4

BH Baird Hall 3225 SW Pavilion Loop	F4	DI Dotter Institute 630 SW Gaines Street	H13	MBS Tòa nhà Văn phòng dạng mô-đun 705 SW Lower Canyon Drive	E7
BICC Trung tâm Truyền thông và Thông tin Y sinh & Thư viện 3280 SW Sam Jackson Park Road	E6	EMC Energy Management Center 810 SW Gaines Street	E13	AUD OHSU thỉnh phòng 3286 SW Research Drive	D4
BTE Building 28 3515 SW US Veterans Hospital Road	F10	GH Gaines Hall 840 SW Gaines Street	C11	OSC Trung tâm Sinh viên OHSU 722 SW Campus Drive	F7
CSB Tòa nhà Dịch vụ Khuôn viên 3505 SW US Veterans Hospital Road	E10	LBRB Lamfrom Biomedical Research Building 3215 SW Pavilion Loop	G3	Physical Plant 3310 SW US Veterans Hospital Road	D7
CRR Trung tâm Nghiên cứu Hóa sinh 3244 SW Research Drive	E3	MAC Mackenzie Hall 3266 SW Research Drive	E4	RJH Richard T. Jones Hall 3222 SW Research Drive	D3
DH Dillehunt Hall 3235 SW Pavilion Loop	G4	MRB Tòa nhà Nghiên cứu Y khoa 3252 SW Research Drive	F3	SON School of Nursing 3455 US Veterans Hospital Road	D10
				VI Vollum Institute 3232 SW Research Drive	E3

Tìm đường đến OHSU

Xe điện trên không Portland


Một cách để đi lại là đi xe điện trên không Portland.


Xe điện trên không Portland đi giữa khuôn viên OHSU bên dưới được gọi là South Waterfront và khuôn viên bên trên được gọi là Marquam Hill.

Bệnh nhân có thể đi xe điện miễn phí đến các cuộc hẹn. Hỏi phòng khám của quý vị để nhận vé đi xe điện. Quý vị cũng có thể nhận vé tại bàn thông tin trong Tòa nhà 1 hoặc 2 của CHH.

Thành viên công chúng có thể đi xe điện bằng cách mua vé. Để biết thêm thông tin, hãy truy cập www.gobytram.com.

Để đậu xe trong khuôn viên Marquam Hill

Nhà đậu xe chính của bệnh nhân nằm trong Peter O. Kohler Pavilion trên Marquam Hill . Địa điểm này gần giao lộ giữa SW Sam Jackson Park Road và Campus Drive.

Từ nhà để xe, đi thang máy lên tầng 9. Để lên tầng 13 hoặc 14 của Kohler Pavilion, hãy đi thang máy . Chúng gần trạm xe điện.

Dưới đây là một số trợ giúp để đi lại trong khuôn viên.

Chúng tôi biết việc tìm đường trong OHSU có thể là một việc khó khăn lúc đầu. Vui lòng liên hệ với nhóm chăm sóc của quý vị hoặc bất kỳ nhân viên OHSU nào khi có thắc mắc. Quý vị cũng có thể truy cập www.ohsu.edu/visit trước khi đến để giúp quý vị tìm đường.



Các địa điểm cần đi trong khuôn viên South Waterfront

- Bữa sáng và bữa trưa của **Vesta's**. CHH2, Tầng 1. Mở cửa các ngày trong tuần 7 a.m.–2 p.m.
- **Daily Café at the Tram**. CHH1, Tầng 1. Mở cửa các ngày trong tuần 7 a.m.–5 p.m.
- **Skybridge to CHH1**. CHH2, Tầng 3. Mở cửa hàng ngày. Có bán đồ ăn nhẹ tại máy bán hàng tự động.

Những địa điểm cần đến trong khuôn viên Marquam Hill

- **Starbucks Coffee** ở tầng 9 của OHSU Doernbecher Children's Hospital, ở sảnh Doernbecher. Đi thang máy có hình ảnh của một chú chuột túi.
- **Summit Coffee** ở tầng 9 của Bệnh viện OHSU, gần Kohler Pavilion và trạm xe điện.
- **Thực phẩm và đồ ăn nhẹ** tại quán cà phê Bệnh viện OHSU trên tầng 3, cửa hàng thực phẩm sức khỏe trên tầng 9 và các địa điểm khác.
- **Cửa hàng quà tặng OHSU** trên tầng 9 của Bệnh viện OHSU.
- **Skybridge** đến Bệnh viện Hội Cựu chiến binh (VA) trên tầng 9 của Bệnh viện OHSU. VA có một cửa hàng mở cửa các ngày trong tuần, 7:30 a.m.–5 p.m.

Dịch vụ hỗ trợ



Hỗ trợ cho cơ thể, tâm trí và tinh thần của bạn

Nhiều việc sẽ giúp chúng ta khỏe mạnh, hoặc có sức khỏe tốt. Mỗi việc này đều quan trọng, và tất cả đều được kết nối. Trong quá trình điều trị ung thư, sức khỏe tâm thần, tinh thần, xã hội và cảm xúc của quý vị cũng quan trọng như sức khỏe thể chất.

Dịch vụ công tác xã hội

Nhân viên xã hội có thể hỗ trợ quý vị trong và sau khi điều trị ung thư. Họ có thể giúp quý vị tìm thông tin, trợ giúp và dịch vụ cho bản thân quý vị và gia đình. Các dịch vụ này bao gồm:

- Hỗ trợ cho việc điều chỉnh theo chẩn đoán của quý vị
- Giúp giao tiếp giữa quý vị và đội ngũ y tế của quý vị
- Thông tin và giới thiệu đến các dịch vụ trong cộng đồng
- Hỗ trợ giảm bớt đau buồn và mất mát
- Hỗ trợ dành cho quý vị, người chăm sóc và gia đình
- Giúp hòa giải xung đột trong gia đình liên quan đến bệnh tật
- Giúp đỡ về phương tiện đi lại và chỗ ở hoặc nhà ở
- Giúp tìm các địa điểm và dịch vụ trong OHSU
- Giúp đỡ về chỉ thị trước và các vấn đề cuối đời
- Giúp chăm sóc giảm nhẹ
- Thông tin và giới thiệu cho các mối quan tâm về tài chính và bảo hiểm

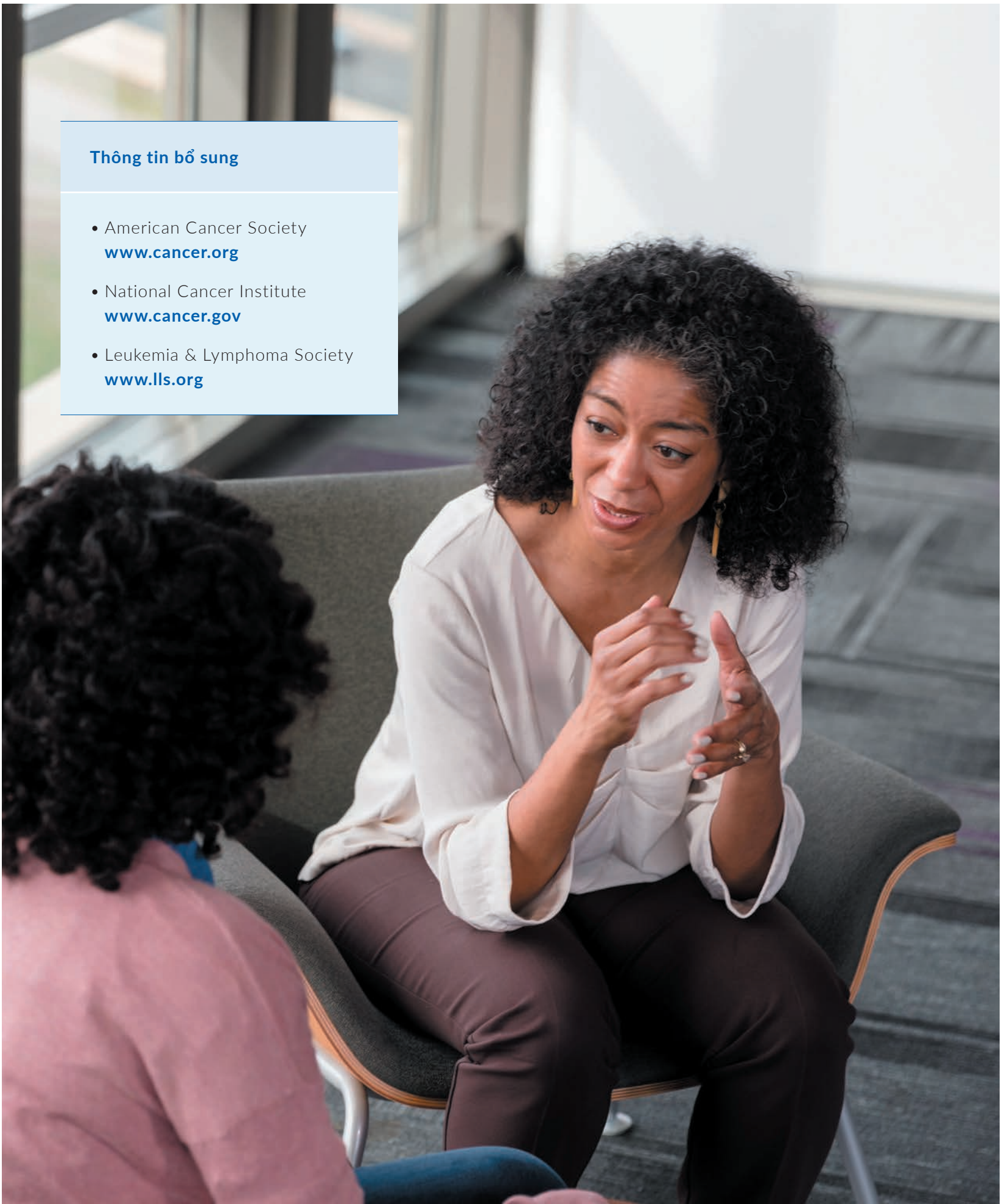
Phòng khám chăm sóc giảm nhẹ của chúng tôi

- Chăm sóc giảm nhẹ là chăm sóc y tế chuyên khoa tập trung vào việc cung cấp cho bệnh nhân dịch vụ làm giảm nhẹ các triệu chứng và sự căng thẳng của một căn bệnh nghiêm trọng.
- Mục tiêu của chăm sóc giảm nhẹ là cải thiện chất lượng cuộc sống cho cả bệnh nhân và gia đình.
- Chăm sóc giảm nhẹ do một đội ngũ bác sĩ, y tá và các chuyên gia khác được đào tạo đặc biệt cung cấp. Họ làm việc cùng với các bác sĩ khác của bệnh nhân để cung cấp thêm một lớp hỗ trợ.
- Chăm sóc giảm nhẹ thích hợp ở mọi lứa tuổi và ở bất kỳ giai đoạn nào của một căn bệnh nghiêm trọng và có thể được cung cấp cùng với hoạt động điều trị chữa bệnh.

Vui lòng trao đổi với bác sĩ ung thư, y tá hoặc nhân viên xã hội của quý vị và họ có thể xác định xem có phù hợp không khi giới thiệu quý vị đến phòng khám chăm sóc giảm nhẹ để giúp hỗ trợ quý vị trong suốt hành trình.

Thông tin bổ sung

- American Cancer Society
www.cancer.org
- National Cancer Institute
www.cancer.gov
- Leukemia & Lymphoma Society
www.lls.org



Điều chỉnh theo bệnh ung thư

Quý vị có thể sẽ cảm nhận được nhiều cảm xúc khi biết mình bị ung thư. Ví dụ, quý vị có thể:

- Cảm thấy sốc và choáng ngợp
- Cảm thấy áp lực phải làm điều gì đó ngay lập tức
- Nghĩ rằng "điều này không thể xảy ra với tôi"
- Cảm thấy như quý vị đang ở trong một giấc mơ tồi tệ
- Gặp khó khăn trong suy nghĩ hoặc tập trung chú ý

TÔI CÓ THỂ LÀM GÌ?

- Nói về cảm xúc của quý vị
- Nói với người khác những gì quý vị đang trải qua
- Tìm ra những gì quý vị có thể kiểm soát



Thông tin bổ sung

- www.cancer.gov/about-cancer/coping/feelings
- www.cancer.org/cancer/survivorship/coping/adjusting-to-life-with-cancer.html

Quý vị có thể cảm thấy sợ những thứ sau đây. Đây đều là những thứ phổ biến khi quý vị biết mình bị ung thư.

- Chết
- Mất đi sự độc lập
- Phương pháp điều trị không hiệu quả, hoặc ung thư quay trở lại sau đó
- Tác dụng phụ của điều trị
- Thay đổi trong cuộc sống, thói quen và mối quan hệ của quý vị

Quý vị cũng có thể cảm thấy lo âu hoặc chán nản. Ví dụ, quý vị có thể nhận thấy:

- Nhịp tim nhanh hoặc suy nghĩ dồn dập
- Cảm thấy hồi hộp – cảm giác lo lắng hoặc bồn chồn
- Khó ngủ
- Ít quan tâm đến làm mọi việc, ngay cả những hoạt động quý vị thích
- Khó khăn trong việc đối phó với thói quen hàng ngày của quý vị
- Buồn hoặc trầm cảm
- Suy nghĩ về việc làm tổn thương chính mình

Cảm giác lo âu và trầm cảm là bình thường và có thể xảy ra vì quý vị đang cảm thấy căng thẳng hơn. Sự bất ổn và không biết điều gì sẽ xảy ra hoặc thay đổi thói quen thường xuyên của quý vị có thể làm cho tình hình tồi tệ hơn.

TÔI CÓ THỂ LÀM GÌ?

- Nói chuyện với một nhân viên xã hội về cách xử lý suy nghĩ của quý vị và đối phó với các hoạt động hàng ngày.
- Nói chuyện với bác sĩ của quý vị về việc dùng thuốc.

Ung thư có thể ảnh hưởng đến cách người khác hành động xung quanh quý vị. Họ có thể:

- Không biết phải nói hay làm gì
- Nói hoặc làm những việc không phù hợp hoặc hữu ích
- Chia sẻ cảm xúc của chính họ về bệnh ung thư của quý vị – điều này có thể khiến quý vị khó đối phó

Ung thư cũng có thể làm thay đổi mối quan hệ của quý vị với người khác. Quý vị có thể nhận thấy rằng:

- Gia đình và bạn bè hành động theo những cách mới hoặc làm những điều mới
- Mọi người hành động khác đi xung quanh quý vị
 - Một số bạn bè dường như biến mất
 - Một số bạn bè gần gũi hơn hoặc làm nhiều hơn

TÔI CÓ THỂ LÀM GÌ VỚI NHỮNG THAY ĐỔI TRONG MỐI QUAN HỆ?

- Nói về cảm giác của quý vị.
- Nói với bạn bè và gia đình những gì sẽ giúp ích và những gì quý vị cần.
- Yêu cầu một người bạn hoặc thành viên gia đình nói chuyện với người khác, nếu quý vị cảm thấy không thoải mái khi làm việc này.

Bị ung thư có thể làm thay đổi mọi thứ tại nơi làm việc. Quý vị có thể nhận thấy:

- Những thay đổi trong cách người khác đối xử với quý vị – một số người có thể tránh quý vị
- Khó thực hiện công việc của quý vị hoặc duy trì công việc cả ngày
- Quý vị phải làm việc ít hơn, hoặc không thể làm việc
- Chủ lao động của quý vị có thể cung cấp cho quý vị sự hỗ trợ, hoặc có thể không

TÔI CÓ THỂ LÀM GÌ VỚI NHỮNG THAY ĐỔI TẠI NƠI LÀM VIỆC?

- Nói chuyện với gia đình, bạn bè và nhân viên xã hội của quý vị về bất kỳ thay đổi nào tại nơi làm việc
- Nói chuyện với bộ phận nhân sự tại nơi làm việc. Quý vị có thể hỏi về:
 - **Nghỉ phép vì lý do y tế gia đình** – Đây là thời gian nghỉ mà luật pháp cho quý vị hưởng khi quý vị hoặc một thành viên trong gia đình mắc bệnh.
 - **Nghỉ ốm** – Một loại nghỉ phép khác khi quý vị bị ốm.
 - **Khuyết tật** – Đây là bảo hiểm sẽ chi trả nếu quý vị không thể làm việc vì vấn đề sức khỏe.



Bảo hiểm y tế và các quyền lợi khác của quý vị

Bác sĩ của quý vị có thể sẽ cần phải điền vào giấy tờ với thông tin về sức khỏe của quý vị. Quý vị thể mang giấy tờ đến các cuộc hẹn của mình.

Quý vị có thể nhận được một khoản tín dụng trên thuế của mình cho số tiền quý vị chi cho điều trị ung thư. Khoản tiền này đôi khi được gọi là "khấu trừ" hoặc "ghi nhận giảm giá trị". Điều này có nghĩa là chính phủ không yêu cầu quý vị trả thuế cho số tiền đó.

Giữ tất cả các biên lai cho việc điều trị ung thư của quý vị. Các chi phí này bao gồm vật tư, thuốc men, chi phí đi lại đến các cuộc hẹn, v.v. Quý vị có thể muốn nói chuyện với một kế toán viên về thuế.



Tư vấn tài chính

Một cố vấn tài chính có thể giúp quý vị hiểu chi phí điều trị và tìm cách chi trả. Quý vị có thể nói chuyện với một cố vấn tài chính tại OHSU.

Họ có thể:

- Giúp quý vị tìm hiểu những gì bảo hiểm y tế của quý vị sẽ chi trả cho việc điều trị.
- Giúp quý vị tìm cách thanh toán, nếu không có bảo hiểm.
- Tìm cách thanh toán khác ngoài bảo hiểm.

Nếu quý vị cần tư vấn tài chính, vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-6842** hoặc gửi email cho **oncfc@ohsu.edu**

Cấp ủy quyền tài chính cho người khác

Quý vị có thể chọn người khác để xử lý hóa đơn và tiền cho quý vị nếu quý vị không thể làm việc đó. Thuật ngữ pháp lý cho việc này là "ủy quyền". Một luật sư sẽ giúp quý vị viết chỉ dẫn cho những gì người đó có thể làm. Điều quan trọng là phải hoàn thành việc này sớm nhất có thể, tốt nhất là trước khi bắt đầu điều trị.

Quý vị chịu trách nhiệm về những gì người đó có thể làm với giấy ủy quyền của mình. Họ có thể làm nhiều hoặc ít tùy theo quyết định của quý vị.

Những việc này có thể bao gồm:

- Thanh toán cho hóa đơn cá nhân của quý vị
- Thanh toán cho hóa đơn y tế
- Thanh toán các khoản thuế của quý vị
- Quản lý tài sản, chẳng hạn như nhà cửa hoặc trang trại của quý vị
- Quản lý tài khoản ngân hàng hoặc khoản đầu tư của quý vị
- Nói chuyện với nhân viên xã hội của quý vị nếu quý vị cần các nguồn lực pháp lý miễn phí hoặc chi phí thấp

Chỉ Thị Trước

Chỉ thị trước là một tài liệu cho biết lựa chọn chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị không thể tự nói chuyện. Tài liệu cũng cho biết ai có thể đưa ra lựa chọn nếu quý vị quá ốm không thể làm việc này. Việc này rất quan trọng vì chúng tôi muốn biết điều gì là quan trọng đối với quý vị và cung cấp cho quý vị phương pháp điều trị mong muốn. Điều quan trọng là chúng tôi phải biết các giá trị của quý vị và chúng tôi muốn tôn trọng mong muốn của quý vị.

Nếu quý vị đã có chỉ thị trước, vui lòng mang cho chúng tôi một bản sao. Nếu không, hãy cân nhắc thực hiện (hoặc hoàn thành) tài liệu này. Chúng tôi có thể giữ một bản sao với hồ sơ của quý vị.





Phục hồi chức năng

Vật lý trị liệu, trị liệu ngôn ngữ và trị liệu vận động đều có thể giúp quý vị đối phó với bệnh ung thư và điều trị.

Một nhà trị liệu phục hồi chức năng có thể giúp quý vị khi quý vị:

- Rất mệt mỏi
- Gặp vấn đề về di chuyển xung quanh hoặc giữ thăng bằng
- Bị tê và ngứa ran ở bàn tay, bàn chân và đôi khi những nơi khác (bệnh thần kinh ngoại biên)
- Đau và yếu cơ
- Bị lẫn và suy nghĩ khó khăn (hóa trị não)
- Sưng quanh cánh tay (phù bạch huyết)

Châm cứu

Kiểm tra với nhà cung cấp của quý vị để biết khi nào thì việc này là an toàn để thực hiện sau khi tiến hành cấy ghép hoặc liệu pháp tế bào CAR T.

Châm cứu là một phương pháp điều trị sử dụng kim nhỏ để giúp năng lượng di chuyển khắp cơ thể. Người làm việc này đặt kim ở những nơi cụ thể để giúp cho một số vấn đề nhất định. Quý vị có thể châm cứu bất cứ lúc nào trong khi điều trị, hoặc sau khi điều trị. Việc này có thể giúp cho các triệu chứng ung thư và các tác dụng phụ từ điều trị.

Châm cứu có thể giúp cho những tác dụng phụ của điều trị ung thư:

- Buồn nôn và nôn
- Bốc hỏa và khô miệng
- Táo bón, tiêu chảy và các vấn đề tiêu hóa khác
- Tê và ngứa ran ở bàn tay và bàn chân (bệnh thần kinh ngoại biên)
- Các vấn đề về giấc ngủ và mệt mỏi
- Đau
- Lo âu và trầm cảm

Về việc thay đổi cảm xúc

Quý vị có thể trải qua nhiều cảm xúc vì các loại thuốc mình dùng, thay đổi nồng độ hormone và căng thẳng khi điều trị.

Những cảm xúc phổ biến bao gồm:

- Trầm cảm
- Lo âu
- Giận dữ
- Sợ hãi về tương lai (e sợ)
- Cảm thấy căng thẳng

Quý vị luôn có thể nói chuyện với bác sĩ, y tá, nhân viên xã hội hoặc người khác trong nhóm của chúng tôi về việc này. Nói chuyện với gia đình và bạn bè có thể giúp ích. Nhóm của chúng tôi có thể giúp đỡ, bởi vì chúng tôi thấy mọi người trải qua những cảm xúc này rất thường xuyên.

Quý vị có nhiều khả năng cần hỗ trợ gì nhất?

Mệt mỏi và thay đổi cảm xúc là những vấn đề phổ biến nhất trong quá trình điều trị ung thư. Đôi khi quý vị có thể sẽ có cả hai tác dụng phụ này. Hãy lường trước cảm xúc của quý vị đi từ hạnh phúc hoặc ổn, đến buồn hoặc tức giận, đôi khi diễn ra nhanh chóng. Cũng nên lường trước rằng quý vị sẽ mệt mỏi hơn bình thường.



Các vấn đề về giấc ngủ

Ung thư và điều trị có thể gây ra vấn đề về giấc ngủ. Cố gắng tạo thói quen đi ngủ thư giãn. Quý vị cũng có thể nói chuyện với bác sĩ về loại thuốc có thể giúp quý vị ngủ.



Về những thay đổi đối với cơ thể của quý vị

Ung thư và điều trị có thể thay đổi cách quý vị nhìn và cảm nhận về bản thân.

Những thay đổi này có thể bao gồm:

- Mệt mỏi và thay đổi thể chất hoặc yếu đuối
- Rụng tóc
- Tăng hoặc giảm cân
- Sưng ở một số khu vực nhất định
- Trông nhợt nhạt

Dưới đây là một số việc quý vị có thể làm để giúp kiểm soát những thay đổi trong cơ thể

- Hãy nhận thức được cảm giác của quý vị về những thay đổi.
- Nói về cảm xúc của quý vị với gia đình, bạn bè hoặc nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị.
- Nghĩ cách ứng xử khi mọi người phản ứng với ngoại hình của quý vị.
- Cân nhắc việc đội tóc giả, mũ, khăn quàng cổ và mũ lưới trai để giữ ấm đầu nếu quý vị bị rụng tóc.

Tình dục và sự thân mật

Quý vị có thể ít quan tâm đến tình dục hoặc tiếp xúc cơ thể trong quá trình điều trị ung thư. Điều này là phổ biến đối với nhiều người.

Lý do bao gồm:

- Căng thẳng
- Những thay đổi về cơ thể và hình ảnh cơ thể của quý vị
- Điều trị – Quý vị thể cảm thấy không khỏe
- Không chắc chắn hoạt động tình dục là an toàn
- Đau hoặc khó chịu

Thuốc hóa trị có thể gây nguy hiểm cho bạn tình của quý vị. Chúng cũng có thể gây hại cho thai nhi nếu quý vị có thai.

Chúng tôi khuyến nghị:

- Sử dụng bao cao su, biện pháp kiểm soát sinh sản hoặc màng chắn miệng làm rào cản vật lý cho hoạt động tình dục trong khi quý vị đang được hóa trị. Những hình thức kiểm soát sinh sản này giữ thuốc hóa trị không đi vào cơ thể bạn tình của quý vị.
- Sử dụng phương pháp rào cản vật lý trong 1 đến 3 tháng sau khi quý vị ngừng điều trị.

Bác sĩ có thể muốn quý vị sử dụng biện pháp tránh thai trong 6 đến 24 tháng sau khi kết thúc điều trị. Việc này có thể giúp ngăn ngừa mang thai. Mang thai ngay sau khi làm hóa trị có thể gây hại cho thai nhi. Hãy hỏi bác sĩ xem những gì là phù hợp với quý vị. Hãy cho họ biết nếu quý vị có câu hỏi hoặc thắc mắc về kiểm soát sinh sản.

Quý vị cần phải đủ sức khỏe để quan hệ tình dục trong thời gian bị ung thư và điều trị. Điều này có nghĩa là số lượng tiểu cầu của quý vị phải nhiều hơn 50,000. ANC của quý vị phải lớn hơn 1,000. Sử dụng chất bôi trơn hòa tan trong nước (gốc nước). Không sử dụng bất kỳ chất bôi trơn nào có nước hoa hoặc màu trong đó.

Nếu quý vị lo lắng về tình dục và sự thân mật, quý vị có thể:

- Nói chuyện với ai đó trong nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị về việc điều trị đã ảnh hưởng đến sức khỏe tình dục của mình như thế nào.
- Nói chuyện với bạn đời về cảm giác của quý vị.
- Truy cập www.cancer.gov/about-cancer/coping/self-image để biết thông tin từ Viện Ung thư Quốc gia.



Một số cách đối phó với ung thư và điều trị

Một số cách để hỗ trợ bản thân trong quá trình điều trị ung thư bao gồm:

- Thực hiện các bài tập thư giãn hoặc các hoạt động giúp ích cho tâm trí và cơ thể, chẳng hạn như yoga hoặc thiền
- Chăm sóc tốt cho cơ thể, tâm trí và tinh thần của quý vị
- Đặt giới hạn
- Nhận hỗ trợ từ gia đình và bạn bè
- Yêu cầu sự giúp đỡ
- Nói chuyện với nhân viên tư vấn
- Nghỉ phép, sử dụng Đạo luật Nghỉ phép Y tế Gia đình (Family Medical Leave Act, FMLA) để có thời gian nghỉ làm
- Tập thể dục, nhiều nhất có thể khi cảm thấy việc này vẫn tốt
- Biết các luật về quyền riêng tư và thông tin cho bệnh nhân và thành viên gia đình (HIPAA)
- Ăn uống tốt
- Thực hiện các hoạt động tâm linh, chẳng hạn như cầu nguyện hoặc đọc sách tâm linh





Tìm phương tiện đi lại trong quá trình điều trị

- Công ty bảo hiểm của quý vị có thể trả một phần hoặc toàn bộ chi phí đi lại đến OHSU, các cuộc hẹn hoặc những nơi khác quý vị cần đến để được chăm sóc. Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ có một chương trình chuyên chở được gọi là Road to Recovery. Gọi **1-800-227-2345** để biết thêm thông tin hoặc lên lịch.
- Ride Connection là một lựa chọn khác. Liên hệ với họ theo số **503-226-0700** để bắt đầu.

Nơi lưu trú nếu quý vị cần điều trị tại OHSU

OHSU có một chương trình để giúp quý vị tìm nơi ở. Chúng tôi có bãi đậu xe RV trong khuôn viên và một nhà khách mà một số gia đình có thể sử dụng. Chúng tôi cũng có thể giúp quý vị tìm chỗ ở trong khu vực Portland.

Gọi cho nhóm phòng khám của chúng tôi theo số **503-494-5058** để tìm hiểu thêm.

Giới thiệu về Liệu pháp tế bào

Vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh. Chúng tôi sẽ nói chuyện với quý vị về cách giữ an toàn và nhận được sự giúp đỡ cần thiết.

Tôi sẽ nhận được loại hình liệu pháp tế bào nào?

Bác sĩ sẽ nói chuyện với quý vị về loại hình điều trị tốt nhất cho quý vị.

Quý vị có thể nhận được:

- Tế bào gốc của chính quý vị (cấy ghép tế bào gốc tự thân)
- Tế bào gốc từ một người hiến tặng khỏe mạnh (cấy ghép tế bào gốc đồng loại)
- Tế bào T được xử lý từ cơ thể của chính quý vị hoặc một người hiến tặng khỏe mạnh

Vui lòng nói chuyện với điều phối viên y tá hoặc bác sĩ của quý vị nếu có thắc mắc.

Nhóm điều trị của quý vị

Nhóm điều trị của quý vị có thể bao gồm:

- Bác sĩ
- Y tá thực hành và trợ lý bác sĩ
- Điều phối viên y tá
- Nhân viên xã hội
- Cố vấn tài chính
- Y tá và trợ lý điều dưỡng
- Nhân viên phòng khám hóa trị
- Chuyên gia dinh dưỡng



Đánh giá và chuẩn bị

Xét nghiệm và thủ thuật

Trước khi bắt đầu điều trị, quý vị có thể cần làm một số hoặc tất cả những việc sau đây:

- Khám răng
- Xét nghiệm máu và nước tiểu
- Xét nghiệm tim và phổi
- Sinh thiết tủy xương, chọc dò tủy sống hoặc cả hai
- Chụp X quang và quét chụp khác
- Đánh giá công tác xã hội

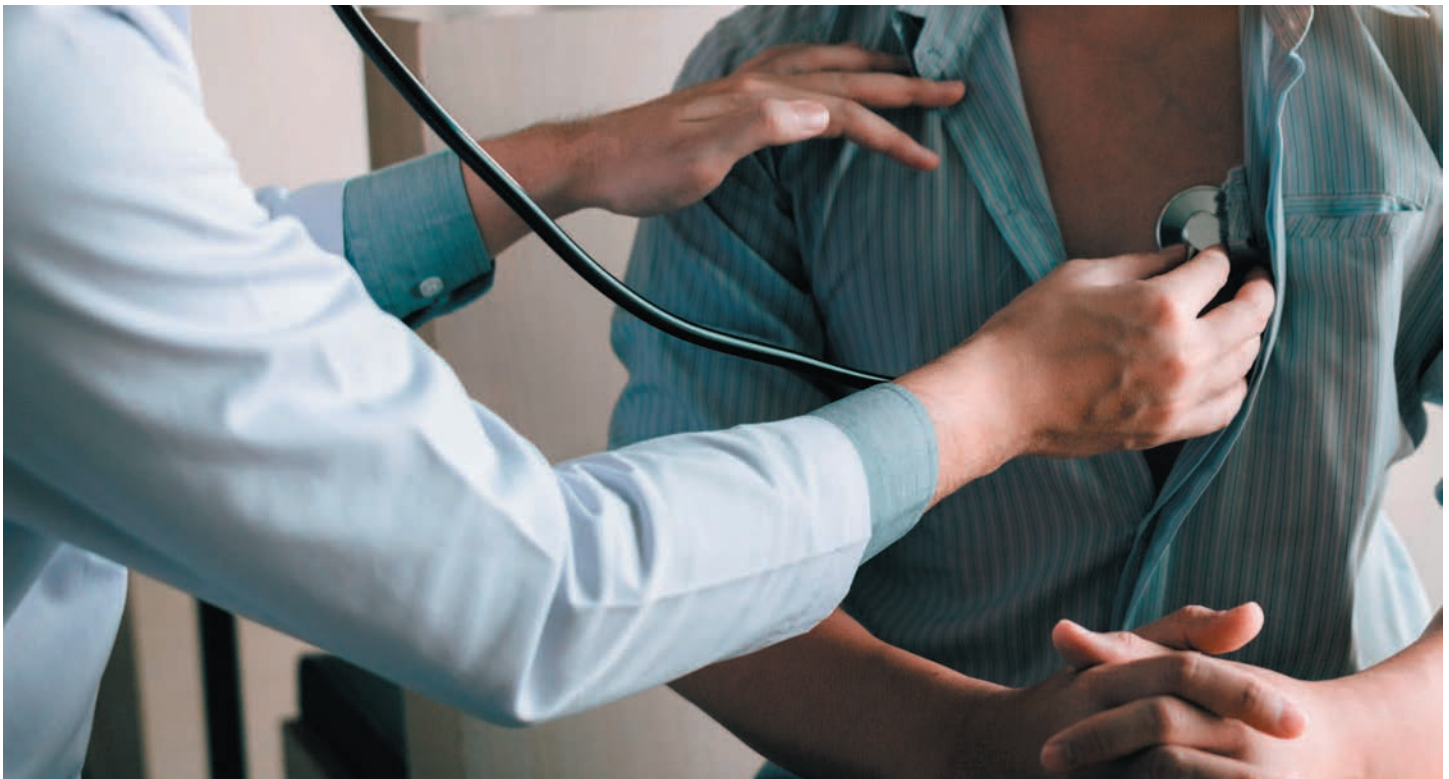
Những cách quý vị cần chuẩn bị cho việc điều trị

Quý vị cần chuẩn bị cho việc điều trị thể chất bằng việc duy trì khỏe mạnh nhất có thể và ăn uống tốt. Một việc cũng quan trọng là chuẩn bị về mặt cảm xúc bằng cách hiểu rõ phương pháp điều trị của quý vị và nhận được hỗ trợ.

Quý vị có thể chuẩn bị về mặt tài chính cho các chi phí và thanh toán bằng cách nói chuyện với một cố vấn tài chính và công ty bảo hiểm của quý vị. Nếu quý vị sẽ chuyển đến Portland để điều trị, quý vị nên sắp xếp nhà cửa và vật nuôi của mình trong khi đi xa.

Để hiểu quý vị đang ở đâu trong quá trình trị liệu, có một số thuật ngữ nhất định chúng tôi sử dụng:

- Những ngày trước khi quý vị được cấy ghép tế bào gốc hoặc tế bào CAR T được gọi là "**ngày trừ**". Đây có nghĩa là những ngày trước khi truyền tế bào của quý vị.
- Ngày quý vị được cấy ghép tế bào gốc được gọi là **Ngày 0** (không). Nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị gọi những ngày sau đó là "**ngày cộng**".
- Ngày quý vị được truyền tế bào CAR T được gọi là **Ngày 0** (không) hoặc **Ngày +1**, tùy thuộc vào điều trị của quý vị. Kiểm tra với nhà cung cấp của quý vị để hiểu cách gọi nào trong số này sẽ được sử dụng vào ngày truyền.



Vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh. Chúng tôi sẽ nói chuyện với quý vị về cách giữ an toàn và nhận được sự giúp đỡ cần thiết.



Giữ sạch sẽ và năng động

Điều quan trọng là phải tắm rửa và đánh răng mỗi ngày. Hãy năng động, chẳng hạn như đi bộ, nếu đội ngũ y tế nói với quý vị rằng có thể làm việc này. Điều quan trọng là phải cố uống ít nhất 2 lít chất lỏng mỗi ngày, trừ khi có lời khuyên khác của nhà cung cấp hoặc nhóm chăm sóc của quý vị, để giữ nước để chuẩn bị cho và trong suốt quá trình cấy ghép hoặc liệu pháp tế bào CAR T.

Các xét nghiệm theo dõi: có một số xét nghiệm chúng tôi giám sát thường xuyên mà quý vị nên biết.

VỀ SỐ LƯỢNG TẾ BÀO MÁU	VỀ CHẤT ĐIỆN GIẢI
WBC	Kali
RBC	Magiê
Tiểu cầu	Phốt-pho
Xin lưu ý: Truyền máu có thể được yêu cầu tùy thuộc vào mức RBC và tiểu cầu của quý vị.	Can-xi
	Có thể tiêm tĩnh mạch hoặc chất điện giải thay thế đường uống để duy trì mức độ an toàn

Người chăm sóc của quý vị

Quý vị cần ai đó chăm sóc 24 giờ mỗi ngày, 7 ngày mỗi tuần sau khi cấy ghép. Người chăm sóc của quý vị sẽ cần giúp quý vị đi xe, ăn uống, thuốc men và nhiều việc khác. Họ cũng giúp quý vị duy trì sự an toàn ở nhà và hỗ trợ tinh thần cho quý vị.

Tùy thuộc vào loại cấy ghép quý vị nhận được, quý vị có thể cần một người chăm sóc trong một khoảng thời gian khác nhau.

- Trong 3-4 tuần, nếu quý vị có được tế bào gốc của chính mình (cấy ghép tế bào gốc tự thân) hoặc nhận liệu pháp tế bào T CAR
- Trong khoảng 3 tháng nếu quý vị nhận được tế bào gốc từ một người hiến tặng khỏe mạnh (cấy ghép tế bào gốc đồng loại)

Người chăm sóc của quý vị làm gì

Người chăm sóc của quý vị sẽ:

- Giúp quý vị đi lại quanh nhà, nếu cần
- Hỗ trợ tinh thần
- Coi chừng các vấn đề
- Cho quý vị đi xe
- Nấu nướng và làm món ăn
- Giúp quý vị dùng thuốc
- Giúp quý vị dọn dẹp không gian sống của mình



Vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh. Chúng tôi sẽ nói chuyện với quý vị về cách giữ an toàn và nhận được sự giúp đỡ cần thiết.

Thu thập tế bào gốc của quý vị (cấy ghép tế bào gốc tự thân) hoặc tế bào T (liệu pháp tế bào CAR T)

Chúng tôi sẽ cho quý vị đặt trong tĩnh mạch hoặc ống thông tĩnh mạch trung tâm để thu thập các tế bào của quý vị. Nếu quý vị cần đặt ống thông tĩnh mạch trung tâm, vui lòng:

- Không ăn hoặc uống sau nửa đêm của đêm trước cuộc hẹn của quý vị
- Để người lái xe đưa quý vị đến và về từ cuộc hẹn của mình

Ống thông tĩnh mạch trung tâm của quý vị

Quý vị cũng sẽ được đặt ống thông tĩnh mạch trung tâm khi truyền tế bào gốc hoặc tế bào T CAR. Chúng tôi sẽ đặt một ống nhỏ vào ngực hoặc cánh tay của quý vị trước khi truyền. Chúng tôi sẽ sử dụng ống thông này để truyền tế bào cho quý vị, lấy máu xét nghiệm, cấp thuốc và chất lỏng cho quý vị khi cần.

Chúng tôi sẽ hướng dẫn quý vị cách chăm sóc ống thông tĩnh mạch trung tâm. Quý vị sẽ được đặt ống thông này khi bác sĩ cho biết quý vị cần.

- Nếu quý vị nhận tế bào gốc của chính mình (cấy ghép tế bào gốc tự thân) hoặc tế bào CAR T, 2–8 tuần
- Nếu quý vị nhận tế bào gốc từ một người hiến tặng (cấy ghép tế bào gốc đồng loại), khoảng 3 tháng

Hóa trị trước khi cấy ghép hoặc liệu pháp tế bào CAR T

Quý vị sẽ được hóa trị trước khi cấy ghép hoặc liệu pháp tế bào CAR T. Hóa trị này loại bỏ các tế bào cũ để nhường chỗ cho các tế bào mới. Hóa trị này có thể được thực hiện trong phòng khám hoặc bệnh viện, bác sĩ sẽ quyết định ở đâu tốt nhất cho quý vị.

Quý vị có thể nhận thấy các tác dụng phụ khác từ lần hóa trị này so với trước đây. Nói chuyện với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị về bất kỳ tác dụng phụ nào quý vị gặp phải.

Nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh

Quý vị cần một người chăm sóc 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần. Vì vậy, vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh hoặc không thể chăm sóc quý vị. Chúng tôi có thể giúp quý vị kiểm soát cách giữ an toàn.

Dinh dưỡng cho cấy ghép và Liệu pháp tế bào CAR T

Để biết thêm thông tin

- www.foodsafety.gov
- www.cdc.gov/foodsafety
- www.cdc.gov/healthywater

Những người có hệ thống miễn dịch suy yếu do trị liệu kết hợp và cấy ghép có nguy cơ bị nhiễm trùng do thực phẩm. Mục đích là để tránh các loại thực phẩm cụ thể có nhiều khả năng chứa các sinh vật gây nhiễm trùng trong khi cho phép lựa chọn thực phẩm lành mạnh tối đa. Điều rất quan trọng là ăn uống tốt và đảm bảo thực phẩm của quý vị an toàn khi quý vị đang được điều trị ung thư.

Ăn thực phẩm hư hỏng hoặc thực phẩm không phù hợp có thể khiến quý vị mắc bệnh, và ăn uống tốt rất quan trọng đối với sức khỏe của quý vị. Hãy tìm từ "tiệt trùng" trên sữa và các loại thực phẩm và đồ uống khác. Điều này có nghĩa là thực phẩm đã được xử lý để tiêu diệt vi khuẩn.

Khi quý vị mua sắm thực phẩm, hãy để ý:

- Thực phẩm đã quá ngày trên bao bì
- Hộp đựng thực phẩm và đồ uống bị rò rỉ



Để giảm thiểu nguy cơ mắc bệnh do thực phẩm:

SẠCH SẼ

Rửa tay bằng nước ấm cùng với xà bông trong 20 giây trước khi cầm thức ăn và trước khi ăn.

Rửa thớt, chén đĩa, dụng cụ và mặt bàn giữa hai lần chuẩn bị món ăn.

Sử dụng khăn giấy hoặc khăn lau có thuốc tẩy nếu có thể. Nếu sử dụng khăn lau bát đĩa hoặc miếng mút, hãy giặt chúng thường xuyên.

Rửa trái cây và rau quả tươi thật kỹ dưới vòi nước chảy.

Lau sạch nắp đậy đồ hộp trước khi mở chúng.

TRÁNH

Tránh thực phẩm từ thùng số lượng lớn (trừ khi được dùng làm nguyên liệu để nướng hoặc nấu ăn)	Không dùng men vi sinh và thực phẩm chứa men vi sinh như kombucha, kefir, v.v.
Không dùng hạt thô hoặc chưa rang	Không dùng trà matcha làm từ bột hoặc lá (được dùng loại đóng chai)
Không dùng rau mầm sống	Tránh các loại sữa chua sau: Sữa chua Nancy's, sữa chua Dan Active và Activia
Không dùng thịt, cá, gia cầm sống hoặc nấu chưa chín; không dùng cá hun khói lạnh	Không dùng thực phẩm đóng hộp tại nhà
Không dùng thực phẩm với trứng tươi (salad trộn, cocktail trứng sữa)	Không dùng nước giếng
Không dùng lòng đỏ trứng chảy nước	Không dùng nước trái cây hoặc rượu táo chưa tiệt trùng
Không dùng sản phẩm sữa chưa tiệt trùng	Không dùng mật ong nguyên chất

TÁCH BIỆT

Đề thịt, gia cầm, cá và trứng sống tách biệt khỏi các thực phẩm khác trong giỏ hàng tạp hóa và tủ lạnh của bạn. Yêu cầu nhân viên tạp hóa đóng gói các mặt hàng này riêng biệt.

Sử dụng một thớt cho trái cây và rau quả và một thớt cho thịt, gia cầm và cá. Làm sạch thật kỹ sau mỗi lần sử dụng/giữa các lần chuẩn bị món ăn và nấu nướng.

Không đặt thực phẩm hoặc sản phẩm nấu chín lên đĩa hoặc bề mặt chứa thịt, cá hoặc gia cầm sống.

Không bao giờ tái sử dụng nước cốt đã được sử dụng trên thịt, cá hoặc gia cầm sống.

Không sử dụng cùng một dụng cụ trong nhiều hộp đựng thực phẩm để nấu ăn hoặc phục vụ.

LÀM LẠNH

Tất cả các mặt hàng dễ hỏng (thực phẩm nhanh bị hỏng) nên được cho vào tủ lạnh trong vòng 1-2 giờ.

Không bao giờ rã đông thực phẩm ở nhiệt độ phòng (trên mặt bàn bếp). Rã đông trong tủ lạnh, trong nước lạnh hoặc trong lò vi sóng.

Thường xuyên làm sạch thực phẩm lấy ra khỏi tủ lạnh.

Ăn thức ăn thừa trong vòng 2 ngày.

Sử dụng thực phẩm trước ngày hết hạn trên sản phẩm.

Ăn bao nhiêu và thường xuyên như thế nào

Đừng bắt đầu một chế độ ăn kiêng đặc biệt, cố tìm cách giảm cân hoặc lo lắng về chất béo trong chế độ ăn uống của quý vị. Quý vị cần ăn đủ lượng calo để giữ nguyên cân nặng.

Nếu quý vị gặp khó khăn trong việc ăn đủ thức ăn, hãy thử ăn các bữa ăn nhỏ 5 hoặc 6 lần một ngày thay vì các bữa ăn lớn ba lần một ngày.

Khi ăn uống tại nhà:

- Tránh thức ăn quá nhiều chất hoặc cay
- Nấu chín thức ăn hoàn toàn – không ăn thực phẩm chưa nấu chín hoặc nấu chín một phần
- Cho thức ăn vào tủ lạnh ngay sau khi nấu
- Tránh đồ uống có caffeine, hoặc chỉ có một lượng nhỏ
- Không dùng đồ uống có cồn
- Uống 2 lít chất lỏng mỗi ngày, trừ khi có lời khuyên khác của nhà cung cấp hoặc nhóm chăm sóc của quý vị. Cố gắng dùng đồ uống thể thao, sữa lắc hoặc sinh tố với bột whey protein hoặc thực phẩm bổ sung dinh dưỡng để có đủ lượng calo và protein.

Khi đi ăn ở nhà hàng

Tùy thuộc vào việc điều trị của quý vị, có các mốc thời gian khác nhau khi bạn có thể ăn thức ăn nhanh, thức ăn nhà hàng và salad tự phục vụ hoặc tiệc buffet.

Nếu quý vị được cấy ghép tế bào gốc tự thân hoặc liệu pháp tế bào CAR T, quý vị sẽ cần đợi 30 ngày đối với thức ăn nhanh và thức ăn nhà hàng và đợi 60 ngày đối với salad tự phục vụ và tiệc buffet.

Nếu quý vị được cấy ghép tế bào gốc đồng loại, quý vị sẽ cần đợi 45 ngày đối với thức ăn nhanh và thức ăn nhà hàng và 100 ngày đối với salad tự phục vụ và tiệc buffet.

Center for Hematologic Malignancies and Clinic ở CHH2 tại OHSU

Với phòng khám, hãy gọi

503-494-5058. Phòng khám mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8 a.m. đến 5 p.m. Xin nhắc lại, nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám để biết cách giữ an toàn.

Khi có vấn đề khẩn cấp sau giờ làm việc, cuối tuần và ngày lễ, hãy gọi cho bộ phận điều hành OHSU theo số **503-494-8311** và hỏi gặp bác sĩ ung thư y tế đang trực.

Khi có bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào đe dọa tính mạng, hãy gọi 911.

Về cần sa y tế

Có rất ít nghiên cứu về những rủi ro và lợi ích của cần sa y tế. Nếu quý vị có thắc mắc, hãy nói chuyện với bác sĩ về việc sử dụng cần sa.

Bạn không được mang bất kỳ loại cần sa nào đến bệnh viện, ngay cả khi bác sĩ của quý vị nói rằng quý vị có thể sử dụng ở nhà.

Lưu trú trong bệnh viện

Không phải mọi bệnh nhân đều cần nhập viện để điều trị. Nhà cung cấp và nhóm chăm sóc của quý vị sẽ cho biết quý vị được điều trị tại phòng khám hay trong bệnh viện.

Để lại các vật dụng sau đây cho người chăm sóc của quý vị để có thể lấy được sau khi nằm viện, đặc biệt nếu quý vị sẽ chuyển đến khu vực Portland sau khi điều trị:

- Thuốc cá nhân
- Tiền, thẻ tín dụng
- Kính áp tròng và chỉ nha khoa

Những gì cần mang đến bệnh viện:

- Trang phục thoải mái
- Giày hoặc dép có đế chống trượt
- Kính, nếu quý vị đeo kính
- Các vật dụng cá nhân, chẳng hạn như ảnh, nhạc, trò chơi, sách, máy tính xách tay hoặc máy tính bảng
- Thực phẩm quý vị muốn dùng trong bệnh viện – Làm tại nhà hoặc mua tại cửa hàng (vui lòng không dùng thức ăn nhà hàng)
- Cùng với đó là sách về cấy ghép hoặc liệu pháp tế bào gốc T CAR của quý vị

Thông tin quan trọng cho khách thăm và người chăm sóc:

Thông thường, khách thăm có thể đến thăm quý vị trong bệnh viện. Vui lòng không có trẻ em dưới 12 tuổi.

Một người trên 18 tuổi có thể ở lại qua đêm trong phòng của quý vị. Chúng tôi có phòng tắm và vòi tắm cho khách thăm. Cũng có cả phòng ngủ. Vì chỉ có một, cho nên người chăm sóc của quý vị có thể phải đợi nếu người khác đang sử dụng.

Tuy nhiên, đôi khi có những tình huống dẫn đến hạn chế tạm thời tiếp nhận khách thăm. Vui lòng luôn kiểm tra kỹ các quy tắc cho khách thăm với nhóm chăm sóc của quý vị trước khi đến cuộc hẹn của quý vị.



Giữ sạch sẽ và năng động

Điều quan trọng là phải tắm rửa và đánh răng mỗi ngày. Hãy năng động nếu đội ngũ y tế nói với quý vị rằng có thể làm việc này, chẳng hạn như đi bộ trong hành lang. Điều quan trọng là phải cố uống ít nhất 2 lít chất lỏng mỗi ngày để giữ nước.

Rời bệnh viện

Trước khi rời bệnh viện, quý vị nên:

- Uống ít nhất 2 lít chất lỏng mỗi ngày, trừ khi có lời khuyên khác của nhà cung cấp hoặc nhóm chăm sóc của quý vị.
- Không sốt hoặc nhiễm trùng trong ít nhất 24 giờ.
- Có thể mặc quần áo, sử dụng phòng tắm và thực hiện các hoạt động hàng ngày thường xuyên khác, với sự giúp đỡ từ người chăm sóc của quý vị.
- Có khả năng suy nghĩ và hiểu mọi thứ rõ ràng.
- Biết cách dùng thuốc và chăm sóc ống thông tĩnh mạch trung tâm của quý vị. Điều này đặc biệt quan trọng trước khi quý vị về nhà.

Các việc hàng ngày trong bệnh viện

Nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ rửa tay khi họ vào phòng của quý vị, trước khi họ chạm vào quý vị. Quý vị có thể yêu cầu họ rửa tay nếu quý vị không thấy họ làm điều đó. Đôi khi nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị cần đeo khẩu trang và găng tay. Nếu điều này là cần thiết, nhóm của quý vị sẽ thảo luận điều này với quý vị.

Kiểm tra của y tá: Ngoài ra, các y tá của quý vị sẽ gặp nhau để thảo luận về kế hoạch chăm sóc của quý vị vào đầu mỗi ca. Quý vị cũng có thể chọn tham gia cuộc thảo luận này. Đội ngũ y tế của quý vị cũng sẽ gặp quý vị mỗi ngày để thảo luận về sự tiến triển của quý vị.

Y tá cũng sẽ kiểm tra nhịp tim, nhịp thở, thân nhiệt và huyết áp của quý vị nhiều lần mỗi ngày và đêm. Họ sẽ lấy mẫu máu vào lúc nửa đêm. Họ cũng sẽ ghi lại cân nặng của quý vị, quý vị ăn bao nhiêu và tần suất quý vị sử dụng nhà vệ sinh.

Y tá của quý vị sẽ chăm sóc ống thông tĩnh mạch trung tâm của quý vị, nếu quý vị có. Y tá cũng sẽ kiểm tra thường xuyên để xem quý vị có bị lẩn hoặc suy nghĩ khó khăn hay không.

Các xét nghiệm theo dõi: có một số xét nghiệm chúng tôi theo dõi mỗi ngày mà quý vị nên biết.

VỀ SỐ LƯỢNG TẾ BÀO MÁU	VỀ CHẤT ĐIỆN GIẢI
WBC	Kali
RBC	Magiê
Tiểu cầu	Phốt-pho
Xin lưu ý: Truyền máu có thể được yêu cầu tùy thuộc vào mức RBC và tiểu cầu của quý vị.	Can-xi
	Có thể tiêm tĩnh mạch hoặc chất điện giải thay thế đường uống để duy trì mức độ an toàn

Chăm sóc quý vị tại phòng khám

Center for Hematologic Malignancies and Clinic ở CHH2 tại OHSU

Với phòng khám, hãy gọi **503-494-5058**. Phòng khám mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8 a.m. đến 5 p.m. Xin nhắc lại, nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám để biết cách giữ an toàn.

Khi có vấn đề khẩn cấp sau giờ làm việc, cuối tuần và ngày lễ, hãy gọi cho bộ phận điều hành OHSU theo số **503-494-8311** và hỏi gặp bác sĩ ung thư y tế đang trực.

Khi có bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào đe dọa tính mạng, hãy gọi **911**.

Nhận dịch vụ chăm sóc tại phòng khám

Những lần thăm khám tại phòng khám của quý vị có thể bao gồm lấy mẫu xét nghiệm, thăm khám với nhà cung cấp và cuộc hẹn truyền dịch cho bất kỳ nhu cầu truyền dịch hoặc điều trị nào. Thời gian kéo dài trong ngày có thể phụ thuộc vào kết quả xét nghiệm máu của quý vị và quý vị cảm thấy như thế nào trong ngày hôm đó.

CUỘC HẸN TẠI PHÒNG KHÁM CỦA QUÝ VỊ

Khám theo dõi điều trị tế bào gốc CAR T diễn ra hàng ngày trong 7 ngày đầu sau khi truyền. Sau đó là hai ngày một lần trong 7 ngày tiếp theo, và 3 ngày một lần cho đến ngày thứ 30.

Liệu pháp cấy ghép tế bào gốc tự thân sẽ có các cuộc hẹn khám theo dõi tại phòng khám 2-3 lần một tuần trong khoảng 2-3 tuần sau khi xuất viện.

Liệu pháp cấy ghép tế bào gốc đồng loại sẽ có các cuộc hẹn khám theo dõi tại phòng khám 2-3 lần một tuần trong khoảng 3 tháng sau khi xuất viện.





NHỮNG GÌ CẦN MANG THEO ĐẾN BUỔI KHÁM TẠI PHÒNG KHÁM

- Vui lòng mang theo tất cả các loại thuốc của quý vị đến lần khám đầu tiên tại phòng khám.
 - Cũng mang theo danh sách các loại thuốc quý vị đã dùng khi rời bệnh viện.
 - Nếu quý vị có thắc mắc về bất kỳ loại thuốc nào, vui lòng mang theo lọ thuốc.
- Mang theo thuốc hàng ngày của quý vị, chẳng hạn như insulin hoặc thuốc huyết áp.
- Hãy chắc chắn rằng quý vị đi cùng người chăm sóc nếu quý vị sẽ gặp APP hoặc bác sĩ của mình.
- Quý vị sẽ muốn mang theo đồ giữ lạnh hoặc túi cùng với đồ ăn nhẹ và đồ uống trong thời gian lưu trú của mình.
- Mang theo thứ gì đó để khiến quý vị bận rộn, chẳng hạn như sách, nhạc, công việc hoặc trò chơi.

Ống thông tĩnh mạch trung tâm

Chúng tôi sẽ thay băng tại ống thông tĩnh mạch trung tâm của quý vị mỗi tuần. Chúng tôi cũng có thể dạy người chăm sóc của quý vị cách chăm sóc ống thông trung tâm, nếu cần.

Hãy chắc chắn che kín ống thông trung tâm khi quý vị tắm, để tránh bị ướt. Nếu băng của quý vị bị ướt, hãy gọi cho đường dây hỗ trợ phân loại và chúng tôi có thể sắp xếp một cuộc hẹn với phòng khám để thay băng.

Cuộc sống ở nhà

Nếu chuyển đến khu vực Portland, thì sẽ cần nhà ở tạm thời cho quý vị.



Dưới đây là một số lời khuyên giúp quý vị tránh bị nhiễm trùng sau khi cấy ghép hoặc liệu pháp tế bào CAR T:

- Dọn dẹp kỹ càng sạch sẽ nhà cửa của quý vị như "dọn nhà vào ngày Tết".
- Sử dụng bình xịt xà bông dạng lỏng, không phải miếng xà bông, để rửa tay.
- Sử dụng khăn lau để lau sạch bồn rửa và nhà vệ sinh, và vứt khăn lau đi sau khi sử dụng.
- Khi ở nhà, người chăm sóc của quý vị hoặc người khác nên thực hiện bất kỳ hoạt động nào liên quan đến việc tiếp xúc với chất dịch cơ thể hoặc đồ bẩn.
- Bệnh nhân cấy ghép, hãy chắc chắn tránh xa cây trồng trong nhà. Di chuyển chúng đến một phòng khác hoặc một phần của ngôi nhà cách xa quý vị.

Chăm sóc cá nhân và cuộc sống với thú cưng

- Thú cưng của quý vị không cần tiêm thêm, nhưng hãy nhờ ai đó tắm cho chúng trước khi quý vị từ bệnh viện về nhà. Không để thú cưng liếm mặt quý vị. Yêu cầu người chăm sóc làm sạch hộp vệ sinh và dọn dẹp sau khi vật nuôi của quý vị làm bẩn.
- Tránh thằn lằn, chim, rắn, rùa, thỏ, chuột lang, v.v.
- Tránh ánh nắng mặt trời và sử dụng kem chống nắng (SPF 30 trở lên) khi đi ra ngoài.
- Tránh bất kỳ sản phẩm nào dùng cho da có thể gây kích ứng.
- Quý vị có thể trở lại hoạt động khi cảm thấy đủ khỏe, nhưng hãy nói chuyện với nhóm chăm sóc sức khỏe của quý vị trước.

Những cách khác để tránh nhiễm trùng

- Tránh đám đông và những nơi công cộng.
- Đeo khẩu trang khi ra khỏi nhà.
- Tránh các khu vực có xây dựng hoặc tu sửa.
- Tắm mỗi ngày và lau khô bằng khăn sạch.
- Rửa tay thường xuyên.

Vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh. Chúng tôi sẽ nói chuyện với quý vị về cách giữ an toàn và nhận được sự giúp đỡ cần thiết.

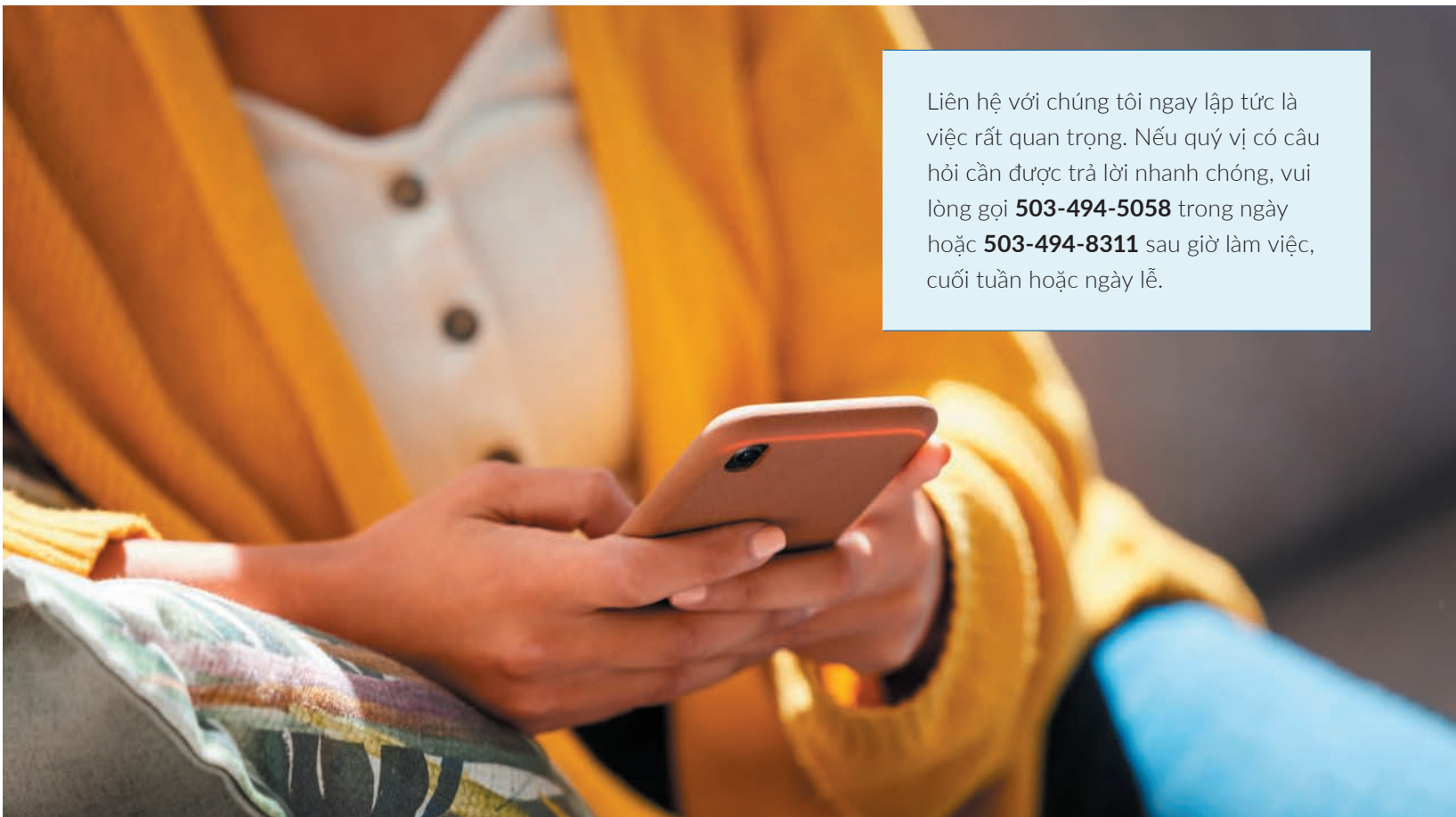
Về người chăm sóc và khách thăm

Người bị bệnh hoặc cảm thấy không khỏe không nên đến thăm quý vị. Họ có thể gọi điện, gửi email, nhắn tin, truy cập video hoặc gửi thiệp.

Liên hệ với chúng tôi

- Chúng tôi sẽ cung cấp cho quý vị thể có thông tin liên lạc của nhóm chăm sóc phòng khám của chúng tôi.
- Quý vị cũng có thể gọi **503-494-5058** nếu có thắc mắc.
- Phòng khám mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 a.m. – 5 p.m.

Liên hệ với chúng tôi sau giờ làm việc, vui lòng gọi **503-494-8311** nếu quý vị cần trợ giúp hoặc có thắc mắc sau giờ làm việc của chúng tôi. Luôn có một thành viên trong nhóm sẵn sàng giúp quý vị, vì vậy đừng ngần ngại gọi với các câu hỏi hoặc thắc mắc và yêu cầu bác sĩ ung thư y tế đang trực.



Liên hệ với chúng tôi ngay lập tức là việc rất quan trọng. Nếu quý vị có câu hỏi cần được trả lời nhanh chóng, vui lòng gọi **503-494-5058** trong ngày hoặc **503-494-8311** sau giờ làm việc, cuối tuần hoặc ngày lễ.

Kiểm soát các triệu chứng và tác dụng phụ

Center for Hematologic Malignancies and Clinic ở CHH2 tại OHSU

Với phòng khám, hãy gọi 503-494-5058. Phòng khám mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8 a.m. đến 5 p.m. Xin nhắc lại, nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám để biết cách giữ an toàn.

Khi có vấn đề khẩn cấp sau giờ làm việc, cuối tuần và ngày lễ, hãy gọi cho bộ phận điều hành OHSU theo số **503-494-8311** và hỏi gặp bác sĩ ung thư y tế đang trực.

Khi có bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào đe dọa tính mạng, hãy gọi 911.

Cách liên hệ với chúng tôi

Chúng tôi muốn quý vị cảm thấy thoải mái và tự tin về dịch vụ chăm sóc cho quý vị tại OHSU.

Nếu quý vị cảm thấy bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám. Chúng tôi sẽ cho quý vị nói chuyện với một y tá.

Nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám để được tư vấn về cách giữ an toàn. Số của phòng khám sẽ kết nối quý vị với bác sĩ trực khi phòng khám đóng cửa.

Để liên hệ Center for Hematologic Malignancies and Clinic ở CHH2 tại OHSU:

- Để liên hệ phòng khám, gọi **503-494-5058**. Phòng khám mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8 a.m. đến 5 p.m. Xin nhắc lại, nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám để biết cách giữ an toàn.
- Khi có vấn đề khẩn cấp sau giờ làm việc, cuối tuần và ngày lễ, hãy gọi cho bộ phận điều hành OHSU theo số **503-494-8311** và hỏi gặp bác sĩ ung thư y tế đang trực.
- Khi có bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào đe dọa tính mạng, **hãy gọi 911.**

Khi nào nên gọi cho chúng tôi

Quý vị hoặc người chăm sóc của quý vị nên gọi nếu quý vị:

- Sốt 100.4 độ F hoặc 38 độ C trở lên, ớn lạnh hoặc "run rẩy"
- Máu trong nước tiểu hoặc phân
- Các vấn đề về hô hấp, chẳng hạn như thở khò khè, ho hoặc nghẹt mũi
- Tiêu chảy – Gọi điện nếu quý vị đi tiêu hơn 3 lần trong 24 giờ, đặc biệt nếu quý vị đã cấy ghép tạng của người hiến tặng
- Phát ban da, đặc biệt nếu quý vị đã cấy ghép tạng của người hiến tặng
- Gặp khó khăn khi uống ít nhất 2 lít chất lỏng mỗi ngày, trừ khi có lời khuyên khác của nhà cung cấp hoặc nhóm chăm sóc của quý vị.
- Bị lẫn hoặc cảm giác mất phương hướng

Khi có bất kỳ dấu hiệu nào sau đây, chúng tôi sẽ cho quý vị biết nếu quý vị nên đến phòng khám hoặc khoa cấp cứu.



Khi nào nên gọi cho 911

Vui lòng gọi 911 nếu quý vị hoặc người mà quý vị chăm sóc gặp các vấn đề dưới đây.

- Chảy máu mà quý vị không thể cầm được, hoặc chảy máu liên tục
- Ngất xỉu hoặc bất tỉnh
- Nghẹt thở hoặc không thể thở
- Đau ngực
- Bất kỳ dấu hiệu nào của đột quỵ

Các dấu hiệu này bao gồm:

- Mặt rử xuống một bên
- Cánh tay yếu ớt
- Khó nói

Khi nào cần kiểm tra sốt

Sốt là khi nhiệt độ cơ thể từ 100.4 độ F hoặc 38 độ C trở lên. Đo thân nhiệt 2 đến 3 lần mỗi ngày. Cũng đo khi quý vị cảm thấy không khỏe.

- Trước khi dùng acetaminophen (biệt dược Tylenol) vì bất kỳ lý do gì, hãy kiểm tra thân nhiệt của quý vị. Thuốc này có thể làm cho quý vị có vẻ như không bị sốt khi quý vị thực sự bị sốt.

Nếu quý vị cần đến bệnh viện

Quý vị có thể cần phải quay lại bệnh viện, quý vị nên biết:

- Việc này là phổ biến đối với những người cấy ghép hoặc thực hiện liệu pháp tế bào CAR T
- Đó là vì sự an toàn của quý vị
- Quý vị và người chăm sóc của quý vị không làm gì sai
- Quý vị có thể về nhà ngay khi việc này an toàn cho quý vị



Khi tế bào gốc của quý vị đến từ một người hiến tặng

Nội dung này chỉ dành cho bệnh nhân cấy ghép tế bào gốc đồng loại. Nếu quý vị đã cấy ghép tế bào gốc tự thân hoặc liệu pháp tế bào CAR T, hãy chuyển sang trang 49.



Thuốc hệ thống miễn dịch

Vui lòng **KHÔNG** dùng các loại thuốc này vào những ngày quý vị đến phòng khám. Tuy nhiên, vui lòng mang theo thuốc của quý vị, dùng thuốc sau khi lấy mẫu xét nghiệm. Chúng tôi sẽ kiểm tra mức độ và liều lượng tại cuộc hẹn của quý vị. Sau đó, chúng tôi sẽ cho quý vị biết nếu cần thay đổi.

Bệnh mảnh ghép chống ký chủ là gì?

Bệnh mảnh ghép chống ký chủ (Graft versus host disease, GVHD) có thể là một tác dụng phụ sau khi quý vị nhận được tế bào gốc hiến tặng. Tình trạng này xảy ra vì các tế bào mới, khỏe mạnh đến từ một hệ thống miễn dịch khác với hệ thống của quý vị.

Một hệ thống miễn dịch khỏe mạnh tấn công các tế bào không phải của chính hệ thống. Trong GVHD, hệ thống miễn dịch mới tấn công cơ thể quý vị.

GVHD là phổ biến. Khoảng một nửa số người được cấy ghép tế bào gốc gặp phải tình trạng này. Tình trạng có thể xảy ra ngay sau khi cấy ghép (GVHD cấp tính) hoặc muộn hơn (GVHD mãn tính).

Về GVHD cấp tính và mãn tính

Các dấu hiệu hoặc triệu chứng của GVHD bao gồm:

- Tiêu chảy (hơn 3 đợt trong một ngày)
- Phát ban da
- Vàng da

Gọi cho phòng khám ngay lập tức nếu bất kỳ triệu chứng nào trong số này phát triển hoặc gia tăng trong 100 ngày đầu tiên sau khi cấy ghép.

GVHD cấp tính xảy ra khá sớm sau khi cấy ghép, trong 100 ngày đầu tiên. Đây là khoảng 3 tháng. Tình trạng thường ảnh hưởng đến da, hệ tiêu hóa và gan.

GVHD mãn tính xảy ra hơn 100 ngày sau khi cấy ghép. Đây là khoảng 3 tháng. Tình trạng thường ảnh hưởng đến da, gan, mắt và phổi.

Thuốc

Thuốc ức chế hệ thống miễn dịch của quý vị

Nhóm cấy ghép của quý vị sẽ kê toa thuốc để điều trị GVHD.

Những thuốc này có thể bao gồm:

- Methotrexate
- Cyclosporine hoặc tacrolimus
- Prednisone hoặc methylprednisolone
- Mycophenolate

**Center for Hematologic
Malignancies and Clinic ở
CHH2 tại OHSU**

**Với phòng khám, hãy gọi
503-494-5058.** Phòng khám mở
cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ
8 a.m. đến 5 p.m. Xin nhắc lại,
nếu người chăm sóc của quý vị bị
bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám
để biết cách giữ an toàn.

**Khi có vấn đề khẩn cấp sau giờ
làm việc, cuối tuần và ngày lễ,** hãy
gọi cho bộ phận điều hành OHSU
theo số **503-494-8311** và hỏi gặp
bác sĩ ung thư y tế đang trực.

**Khi có bất kỳ trường hợp khẩn
cấp nào đe dọa tính mạng, hãy
gọi 911.**

Thực phẩm có thể ảnh hưởng đến thuốc của quý vị

Một số loại thực phẩm có thể ảnh hưởng đến hiệu quả thuốc của quý vị. Tacrolimus và cyclosporine đặc biệt có khả năng bị ảnh hưởng. Vui lòng tránh các loại thực phẩm được liệt kê dưới đây.

THỰC PHẨM CẦN TRÁNH

Bưởi và nước ép bưởi

Cam Seville – Hỏi nhân viên cửa hàng tạp hóa nếu quý vị không chắc chắn chúng là loại gì.
- Quý vị có thể ăn cam (ngọt), chanh vàng và chanh thông thường.

Khế

Bưởi

Lựu và đồ uống với nước ép lựu

Tác dụng phụ có thể xảy ra của thuốc GVHD

Thuốc để ngăn ngừa GVHD có thể gây tác dụng phụ. Điều quan trọng là tiếp tục dùng các loại thuốc này và cho nhà cung cấp của quý vị biết về các tác dụng phụ đang gặp phải.

Những tác dụng phụ này có thể bao gồm:

- Cao huyết áp
- Run rẩy
- Thay đổi trong suy nghĩ hoặc trí nhớ
- Khô miệng
- Thay đổi ở xương – Chúng có thể trở nên mỏng hơn, yếu hơn và có nhiều khả năng bị gãy. Quý vị có thể phát triển một tình trạng gọi là "loãng xương".

Các tác dụng phụ có thể xảy ra khi điều trị

Phải làm gì và làm thế nào để ngăn ngừa và kiểm soát tác dụng phụ

Thông tin sau đây nói về các tác dụng phụ khác nhau của ung thư và điều trị. Cột bên phải cho quý vị biết phải làm gì cho từng vấn đề.

Ở cuối mỗi bảng, hãy tìm thông tin về cách ngăn ngừa hoặc kiểm soát các tác dụng phụ cụ thể.



Chảy máu và các vấn đề về hô hấp

CHẢY MÁU	CÁC VẤN ĐỀ VỀ HÔ HẤP	GỌI CHO AI VÀ KHI NÀO
<p>NGUYÊN NHÂN CÓ THỂ</p> <ul style="list-style-type: none"> Số lượng tiểu cầu thấp Thuốc Nhiễm trùng Tai nạn hoặc té ngã Massage sâu Nguyên nhân khác 	<p>NGUYÊN NHÂN CÓ THỂ</p> <ul style="list-style-type: none"> Dị ứng hoặc hen suyễn Nhiễm trùng Có nhiều chất lỏng trong phổi Chảy máu Số lượng hồng cầu thấp Nguyên nhân khác 	
<ul style="list-style-type: none"> Chảy máu không kiểm soát được hoặc liên tục Mất ý thức 	<ul style="list-style-type: none"> Nghẹt thở Không thể thở hoặc hít thở sâu 	<p>Gọi 911. Đây là trường hợp cấp cứu.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Máu trong nước tiểu, nhu động ruột (phân) hoặc nôn mửa Chảy máu cam không dừng Bầm tím thường xuyên hơn bình thường Té ngã hoặc chấn thương Nhức đầu không khỏi Thay đổi thị giác 	<ul style="list-style-type: none"> Ho không khỏi Ho khan (không có đờm) Khó thở khi quý vị nằm thẳng Không thể thở bình thường hoặc hít đủ không khí Thở khò khè, tức ngực 	<p>Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực ngay lập tức.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Những đốm nhỏ màu đỏ hoặc tím trên da Chảy máu cam thường xuyên (quý vị có thể kiểm soát chúng, nhưng chúng xảy ra thường xuyên) Bầm tím mới 	<ul style="list-style-type: none"> Triệu chứng ho hoặc cảm lạnh mới Mới bị khó thở khi hoạt động Giảm sức chịu đựng, hoặc khó thở hơn khi hoạt động 	<p>Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực trong vòng 24 giờ.</p>

Giúp ngăn ngừa và kiểm soát các vấn đề chảy máu

Tránh những thứ sau đây:

- Aspirin, ibuprofen (Advil) và naproxen (Aleve)
- Tập thể dục ráng sức và nâng tạ
- Ngã hoặc làm tổn thương bản thân
- Thuốc thực, thuốc đạn trực tràng, khám trực tràng và nhiệt kế trực tràng
- Massage sâu
- Băng vệ sinh và thực rửa

Giúp ngăn ngừa và kiểm soát các vấn đề về hô hấp

- Tránh ô nhiễm, khói bụi, đám cháy và các khu vực xây dựng
- Tránh xa những người hút thuốc và không hút thuốc. Những thứ này bao gồm cần sa, vaping và xì gà
- Tập thể dục mỗi ngày, ngay cả khi chỉ là ngồi thẳng trên ghế
- Sử dụng hô hấp kế khuyến dùng của quý vị
- Tránh những người bị cảm lạnh hoặc các triệu chứng giống như cảm lạnh

Tiêu chảy, buồn nôn và nôn

TIÊU CHÁY	BUỒN NÔN VÀ NÔN	GỌI CHO AI VÀ KHI NÀO
<p>NGUYÊN NHÂN CÓ THỂ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Thuốc • Chế độ ăn uống • Bệnh mảnh ghép chống ký chủ • Nguyên nhân khác 	<p>NGUYÊN NHÂN CÓ THỂ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nhiều nguyên nhân khác nhau • Có thể dai dẳng hoặc đến và đi khi quý vị trở nên khỏe hơn. 	
<ul style="list-style-type: none"> • Bất tỉnh (ngất xỉu) 	<ul style="list-style-type: none"> • Nghẹt thở • Không thể thở dễ dàng 	<p>Gọi 911. Đây là trường hợp cấp cứu.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Đi tiêu có máu, đỏ sẫm hoặc đen • Chuột rút, đau dạ dày hoặc sốt • Tiêu chảy liên tục, hoặc không thể kiểm soát ruột của quý vị • Cảm thấy bị lẫn hoặc lâng lâng hoặc bất tỉnh (ngất xỉu) • Đi tiểu ít hơn bình thường, nước tiểu sẫm màu 	<ul style="list-style-type: none"> • Nôn ra thuốc • Buồn nôn hoặc nôn mà thuốc không giúp ích gì • Cảm thấy chóng mặt, yếu, ngất xỉu hoặc choáng váng • Nôn ra máu hoặc nâu sẫm • Đau dạ dày dữ dội 	<p>Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực ngay lập tức.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Không thể ăn uống như bình thường • Thuốc không tiêu hóa trong nhu động ruột • Đi tiêu hơn 3 lần trong 24 giờ • Mới bắt đầu bị tiêu chảy • Chuột rút không khá lên hoặc tiếp tục quay trở lại 	<ul style="list-style-type: none"> • Cơn đau không biến mất sau khi quý vị uống thuốc giảm đau 	<p>Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực trong vòng 24 giờ.</p>

Giúp ngăn ngừa và kiểm soát tiêu chảy

- Tránh caffeine, cám, thực phẩm giàu chất xơ khác và sữa
- Uống ít nhất 2 lít chất lỏng mỗi ngày, tốt nhất là đồ uống thể thao hoặc Pedialyte
- Dùng thuốc theo cách được kê toa
- Thực hành rửa tay tốt
- Giữ vùng trực tràng sạch sẽ

Giúp ngăn ngừa và kiểm soát buồn nôn và nôn

- Dùng thuốc chống buồn nôn theo kê toa
- Hãy thử hình dung, thiền, các bài tập thở sâu hoặc phân tâm
- Ăn và uống một lượng nhỏ từ từ
- Tránh sự quá mức về nhiệt độ, mùi hoặc hương vị thực phẩm
- Tránh rượu và thực phẩm có nhiều chất béo, đồ chiên, hoặc rất ngọt hoặc cay

Sốt và nhiễm trùng, các vấn đề về trí nhớ và suy nghĩ

SỐT VÀ NHIỄM TRÙNG	VẤN ĐỀ VỀ TRÍ NHỚ VÀ SUY NGHĨ	GỌI CHO AI VÀ KHI NÀO
<p>NGUYÊN NHÂN</p> <ul style="list-style-type: none"> Cấy ghép tế bào gốc (tủy xương) hoặc tế bào CAR T làm cho hệ thống miễn dịch ít có khả năng chống lại nhiễm trùng trong ít nhất 6-12 tháng sau khi cấy ghép. 	<p>NGUYÊN NHÂN</p> <ul style="list-style-type: none"> Căng thẳng, lo âu, thuốc men, hóa trị, xạ trị và các nguyên nhân khác. 	
	<p>Dấu hiệu đột quy:</p> <ul style="list-style-type: none"> Mặt rủ xuống Cánh tay yếu ớt Khó nói 	<p>Gọi 911. Đây là trường hợp cấp cứu.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Sốt 100.4 độ F trở lên Run rẩy ớn lạnh, ngiên răng ngiên lợi Đau tai, đau đầu Cứng cổ 	<ul style="list-style-type: none"> Cảm thấy bị lẫn hoặc mất phương hướng Tay hoặc chân yếu đuối Khó nói 	<p>Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực ngay lập tức.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Ho, sổ mũi, hắt hơi hoặc các triệu chứng cảm lạnh Loét miệng hoặc cổ họng, mụn nước trên môi, đau họng Đau hoặc rát khi đi tiểu Đau hoặc đỏ xung quanh ống thông tĩnh mạch trung tâm Mụn nước, phát ban hoặc lở loét bất cứ nơi nào trên cơ thể 	<ul style="list-style-type: none"> Không thể làm các nhiệm vụ đơn giản hoặc nhớ cách thực hiện chúng Không thể làm theo hướng dẫn đơn giản Không thể nhớ hoặc lặp lại những gì quý vị đọc Thay đổi đột ngột khả năng suy nghĩ hoặc tập trung Khó tìm từ 	<p>Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực trong vòng 24 giờ.</p>

Quý vị có thể làm gì khi bị sốt và nhiễm trùng

- Đo nhiệt độ mỗi buổi sáng và buổi tối nếu quý vị cảm thấy không khỏe.
- Chăm sóc đúng cách ống thông tĩnh mạch trung tâm.
- Tránh những người có triệu chứng cảm lạnh hoặc các bệnh khác.
- Rửa tay thường xuyên.
- Dùng thuốc theo kê toa.

Quý vị có thể làm gì với các vấn đề về trí nhớ và suy nghĩ

- Đi cùng một người bạn hoặc thành viên gia đình đến thăm khám tại phòng khám.
- Đặt những con số quan trọng trên tủ lạnh. Viết các cuộc hẹn vào lịch.
- Viết ra bất kỳ thay đổi nào về thuốc hoặc phương pháp điều trị.
- Sử dụng danh sách.

Đau miệng và viêm niêm mạc (loét miệng), mệt mỏi

ĐAU MIỆNG VÀ VIÊM NIÊM MẠC (LOÉT MIỆNG)	MỆT MỎI	GỌI CHO AI VÀ KHI NÀO
NGUYÊN NHÂN <ul style="list-style-type: none"> Hóa trị liệu 	NGUYÊN NHÂN <ul style="list-style-type: none"> Thuốc Số lượng hồng cầu thấp Thay đổi kiểu mẫu giấc ngủ Dinh dưỡng kém Trầm cảm 	
	<ul style="list-style-type: none"> Không thể thức dậy 	Gọi 911. Đây là trường hợp cấp cứu.
<ul style="list-style-type: none"> Nhỏ dãi Không thể nuốt Đau mà thuốc giảm đau không kiểm soát được Chảy máu trong miệng 	<ul style="list-style-type: none"> Cảm thấy quá mệt mỏi để ra khỏi giường hoặc đi bộ vào phòng tắm Cảm thấy chóng mặt 	Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực ngay lập tức.
<ul style="list-style-type: none"> Các vết loét trên môi, lưỡi hoặc bên trong má Miệng khô hơn bình thường Khó nuốt, ăn hoặc uống 	<ul style="list-style-type: none"> Nằm trên giường cả ngày Cảm thấy như sự mệt mỏi đang trở nên tồi tệ hơn 	Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực trong vòng 24 giờ.

Ngăn ngừa và kiểm soát đau miệng và viêm niêm mạc

- Súc miệng thường xuyên bằng dung dịch nước muối.
- Sử dụng bàn chải đánh răng mềm. Không xia răng cho đến khi mức tiểu cầu trên 50,000.
- Tránh bất kỳ loại nước súc miệng nào có cồn trong đó.
- Dùng thuốc giảm đau theo kê toa.
- Đảm bảo rằng quý vị ăn uống đủ. Hãy thử thức ăn mềm.
- Tránh tất cả các công việc nha khoa cho đến khi nhóm của quý vị nói có thể làm việc này.
- Luôn giữ ẩm cho môi và miệng.

Ngăn ngừa và kiểm soát mệt mỏi

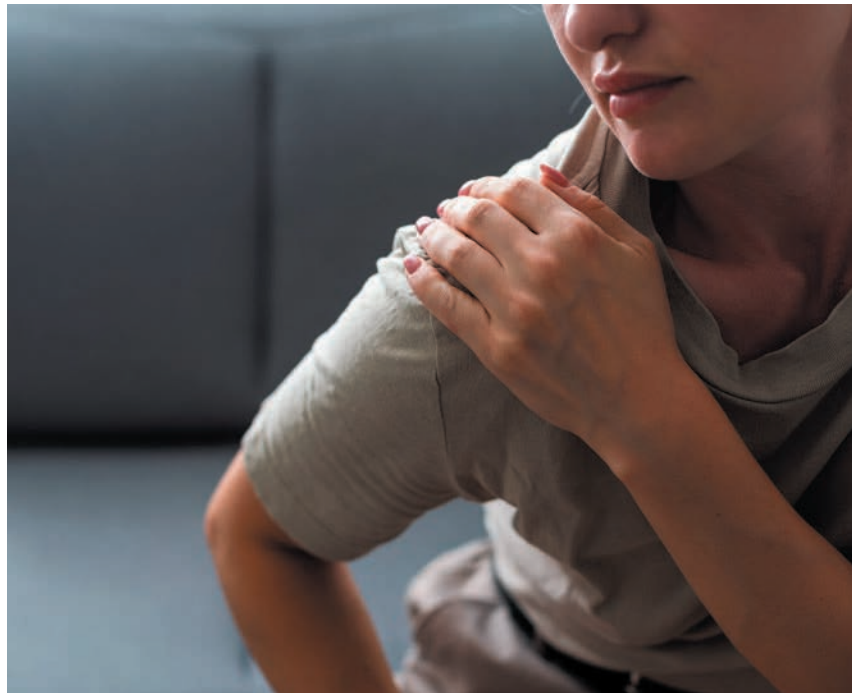
- Duy trì hoạt động tích cực nhất có thể.
- Tiết kiệm năng lượng cho các hoạt động quan trọng.
- Tạo một kiểu mẫu nghỉ ngơi và ngủ thường xuyên. Hãy thử tiếng ồn xung quanh để giúp quý vị ngủ.
- Nghỉ ngơi giữa các hoạt động.
- Duy trì dinh dưỡng tốt.
- Hãy để gia đình và bạn bè giúp đỡ các công việc gia đình.
- Đối với những chuyến đi dài hơn, hãy sử dụng xe lăn hoặc xe tay ga có sẵn, chẳng hạn như xe tay ga di động tại cửa hàng.

Thay đổi da hoặc phát ban

THAY ĐỔI DA HOẶC PHÁT BAN		GỌI CHO AI VÀ KHI NÀO
NGUYÊN NHÂN <ul style="list-style-type: none">• Phản ứng với thuốc hoặc có thể bắt đầu GVHD.		
<ul style="list-style-type: none">• Phát ban đã phòng rộp hoặc đã tiến triển đến toàn bộ cơ thể	Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực ngay lập tức.	
<ul style="list-style-type: none">• Phát ban mờ nhạt trên cổ, tai, vai, lòng bàn tay hoặc lòng bàn chân	Gọi cho phòng khám hoặc bác sĩ trực trong vòng 24 giờ.	

Cách ngăn ngừa và kiểm soát thay đổi da hoặc phát ban

- Luôn bôi kem chống nắng, trong suốt quãng đời còn lại, khi ở ngoài trời
- Tránh các loại kem dưỡng da hoặc nước hoa có mùi thơm



Giới thiệu về Liệu pháp tế bào CAR T

Vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh. Chúng tôi sẽ nói chuyện với quý vị về cách giữ an toàn và nhận được sự giúp đỡ cần thiết.

Giới thiệu về Liệu pháp tế bào CAR T

Liệu pháp tế bào CAR T là gì?

Liệu pháp tế bào CAR T là một phương pháp điều trị có hiệu quả với hệ thống miễn dịch của cơ thể quý vị. Đây là hệ thống chống lại nhiễm trùng và các bệnh như ung thư.

Cách thức hoạt động của Liệu pháp tế bào CAR T:

Liệu pháp tế bào CAR T là một phương pháp điều trị trong đó các tế bào T của quý vị được lấy ra, sau đó thay đổi bằng cách thêm một thụ thể vào chúng. Tế bào T là một loại tế bào trong hệ thống miễn dịch. Quá trình thêm một thụ thể, sau đó đặt các tế bào đã thay đổi trở lại cơ thể sẽ giúp tế bào T nhận ra và tiêu diệt các tế bào ung thư.

Quý vị có thể nhận liệu pháp tế bào CAR T tại phòng khám của chúng tôi và về nhà sau đó. Hoặc quý vị có thể cần phải ở lại bệnh viện. Nếu phải như vậy, bác sĩ sẽ cho quý vị biết.





Nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh

Quý vị cần một người chăm sóc 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần. Vì vậy, vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh hoặc không thể chăm sóc quý vị. Chúng tôi có thể cho quý vị biết cách giữ an toàn.

Các mốc thời gian điều trị

Lịch trình điều trị

Các tế bào của quý vị có thể được thu thập và gửi đến phòng thí nghiệm, ở đó sẽ sửa đổi các tế bào để chúng sẵn sàng cho việc điều trị của quý vị.

Tế bào T của quý vị sẽ sẵn sàng trong thời gian từ 2–8 tuần, tùy thuộc vào sản phẩm.

Điều phối viên y tá của quý vị sẽ gọi và sắp xếp điều trị cho quý vị.

Tôi có cần điều trị trong khi chờ tế bào T không?

Bác sĩ sẽ cho quý vị biết. Quý vị có thể được điều trị trong khi chờ đợi, hoặc có thể không. Điều trị trong khi chờ đợi tế bào T được gọi là liệu pháp bắc cầu.

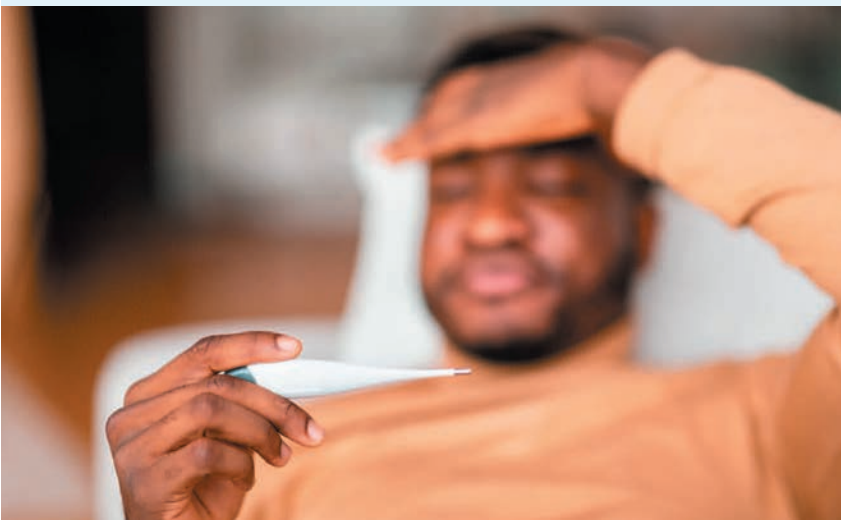
Tác dụng phụ có thể xảy ra của liệu pháp tế bào CAR T

Liệu pháp tế bào CAR T có thể gây ra hai loại tác dụng phụ đáng kể:

- Hội chứng giải phóng cytokine (Cytokine release syndrome, CRS). Quý vị có thể cảm thấy như bị nhiễm trùng. Quý vị có thể bị sốt và cảm thấy ngất xỉu.
- Tác dụng độc hại đối với hệ thần kinh, hay độc tính thần kinh. Quý vị có thể cảm thấy bị lẫn hoặc có những vấn đề khác khi suy nghĩ và hiểu mọi thứ. Quý vị có thể bị co giật (ngất). Tác dụng phụ đối với hệ thần kinh có thể đe dọa tính mạng.

Nếu quý vị cho rằng mình có tác dụng phụ, nếu quý vị cảm thấy bị lẫn hoặc gặp vấn đề trong suy nghĩ, **hãy gọi 911** hoặc đến Khoa Cấp cứu OHSU ngay lập tức. Yêu cầu người chăm sóc đưa quý vị đến bệnh viện và gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** và cho chúng tôi biết quý vị đang trên đường đến khoa cấp cứu. **Không tự mình lái xe.**

Nhóm CAR T-cell của quý vị sẽ theo dõi quý vị chặt chẽ sau khi quý vị nhận được tế bào của mình. Chúng tôi sẽ làm điều này trong nhiều tuần. Chúng tôi cũng sẽ thực hiện dịch vụ chăm sóc tốt nhất có thể cho bất kỳ vấn đề nào quý vị nhận thấy. Điều này giúp chúng tôi ngăn ngừa tác dụng phụ và điều trị nếu chúng xuất hiện với quý vị.





**Center for Hematologic
Malignancies and Clinic ở
CHH2 tại OHSU**

Với phòng khám, hãy gọi **503-494-5058**. Phòng khám mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 8 a.m. đến 5 p.m. Xin nhắc lại, nếu người chăm sóc của quý vị bị bệnh, vui lòng gọi cho phòng khám để biết cách giữ an toàn.

Khi có vấn đề khẩn cấp sau giờ làm việc, cuối tuần và ngày lễ, hãy gọi cho bộ phận điều hành OHSU theo số **503-494-8311** và hỏi gặp bác sĩ ung thư y tế đang trực.

Khi có bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào đe dọa tính mạng, hãy gọi 911.

Khi nào nên gọi cho chúng tôi

Quý vị hoặc người chăm sóc của quý vị nên gọi nếu quý vị:

- Sốt 100.4 độ F hoặc 38 độ C trở lên, ớn lạnh hoặc "run rẩy"
- Máu trong nước tiểu hoặc phân
- Các vấn đề về hô hấp, chẳng hạn như thở khò khè, ho hoặc nghẹt mũi
- Tiêu chảy - Gọi điện nếu quý vị đi tiêu hơn 3 lần trong 24 giờ, đặc biệt nếu quý vị đã cấy ghép tạng của người hiến tặng
- Phát ban da, đặc biệt nếu quý vị đã cấy ghép tạng của người hiến tặng
- Gặp khó khăn khi uống ít nhất 2 lít chất lỏng mỗi ngày, trừ khi có lời khuyên khác của nhà cung cấp hoặc nhóm chăm sóc của quý vị
- Bị lảo hoặc cảm giác mất phương hướng

Khi có bất kỳ dấu hiệu nào sau đây, chúng tôi sẽ cho quý vị biết nếu quý vị nên đến phòng khám hoặc khoa cấp cứu.



Khi nào nên gọi cho 911

Dấu hiệu của vấn đề

Gọi 911 ngay lập tức nếu quý vị hoặc người mà quý vị chăm sóc:

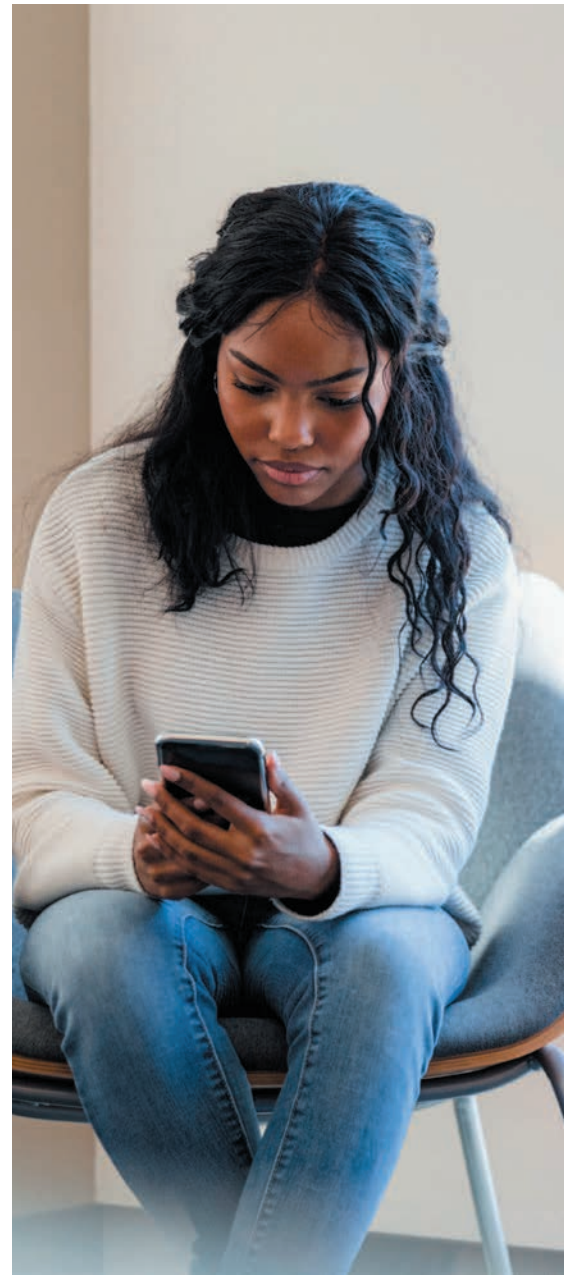
- Bị chảy máu không dừng
- Bất tỉnh hoặc không thức dậy
- Nghẹt thở hoặc không thở được
- Đau ngực
- Khi có thể có đột quỵ

Dấu hiệu cho thấy ai đó đang bị đột quỵ

- Mặt rủ xuống, thường ở một bên
- Một cánh tay yếu hoặc không thể nhấc tay
- Khó nói

Gọi 911.

Nói với nhân viên Khoa Cấp cứu rằng quý vị đã nhận liệu pháp tế bào CAR T tại OHSU.



Duy trì thông tin về liệu pháp tế bào CAR T của quý vị

Chúng tôi sẽ cung cấp cho quý vị thẻ mang theo bên mình, cho biết quý vị đã nhận liệu pháp tế bào CAR T. Vui lòng giữ thẻ trong ví hoặc túi của quý vị, hoặc một nơi nào khác mà quý vị sẽ luôn có nó. Quý vị có thể chụp ảnh thẻ để giữ trên điện thoại của mình. Quý vị nên chia sẻ thẻ giữ trong ví này với người chăm sóc của mình.

Nói với tất cả các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe rằng quý vị đã nhận liệu pháp tế bào CAR T. Họ cần biết ngày nhận liệu pháp và tên bác sĩ chính của quý vị cho điều trị này.

Liên hệ với chúng tôi nếu có vấn đề hoặc câu hỏi

Không sử dụng MyChart cho bất cứ việc gì khẩn cấp. Gọi cho chúng tôi ngay lập tức nếu quý vị có bất kỳ vấn đề khẩn cấp nào đã thảo luận trước đó. Vui lòng gọi cho chúng tôi theo số **503-494-5058** khi có câu hỏi. Chúng tôi sẽ tiếp nhận thông tin của quý vị và nói chuyện về mối quan tâm của quý vị.





CAN 22048498 8/23