

Prevenció d'infeccions en pacients immunosuprimits

- 1 Cal que feu correctament el **rentat de mans** per eliminar bacteris, virus, etc. Cal portar sempre les **ungles molt ben tallades**.
 - 2 En determinades èpoques de l'any (hivern) **els nens** i els adults en contacte amb nens tenen més possibilitats d'estar infectats per **pneumococ i virus a la gola**. En cas de freqüentar molt els hospitals i els centres sanitaris, podeu ser portadors en pell, mans i gola de gèrmens multiresistents.
 - 3 **Els mòbils, teclats d'ordinador, etc, són "una extensió de les mans"**. Existeixen estudis que indiquen que estan molt bruts. Això es deu a que perquè no hi pensem i no els netegem mai. Cal netejar-los amb **tovalleta amb alcohol**.
 - 4 **El tabac** altera el funcionament dels cilis i de l'epiteli defensiu de les vies aèries superiors (nas, orofaringe, laringe) **afavorint infeccions** (pneumococ, grip, etc.).
 - 5 En cas de relacions sexuals recordeu que **l'ús de preservatiu evita infeccions** per gonococ, sífilis, HIV, VHB, VHA, etc.
 - 6 La pasteurització protegeix d'infeccions com la listèria. **Evi-teu làctics probiòtics o llet crua**. Reviseu l'etiquetatge dels productes, consumiu aquells que indiqui sempre **producte pasteuritzat**.
 - 7 **La carn i el peix poc fets/crus** poden transmetre infeccions bacterianes i parasitàries (toxoplasma).
 - 8 **Els guants en jardineria** protegeixen d'erosions que són la porta d'entrada de bacteris, fongs i micobacteris.
 - 9 **Els ocells** poden transmetre infeccions com psitacosis. Eviteu el rentat de les gàbies.
 - 10 **Els animals** poden transmetre infeccions bacterianes i parasitàries. Podeu evitar-les amb un correcte rentat de mans.
 - 11 **Els nens amb tos, mocs, febre, diarrea**, poden transmetre infeccions bacterianes o virals (aparentment banals), però importants conseqüències poden afectar greument persones immunosuprimides. L'ús de mascaretes, el rentat de mans, **apartar-vos a un metre de distància** o evitar el contacte mentre estiguin simptomàtics us pot ajudar.
- Cal que ensenyeu als nens i als adults a estossegar en la flexura del colze.**
- ELS PACIENTS HEMATO-ONCOLÒGICS EN TRACTAMENT QUIMIOTERÀPIC O TRACTAMENT BIOLÒGIC EN ÈPOQUES DE GRIP CAL QUE ANEU A L'HOSPITAL AMB MASCARETA.**
- 12 **És millor evitar viatges de risc** (països tropicals amb malària, virus importats, fongs, paràsits, etc.) i, si no és possible, **és fonamental el consell del viatger**.
 - 13 Si us han de fer alguna **exploració** (dentària, sondatge urinari, cistoscòpia, biòpsia prostàtica...) o una **intervenció** (amigdalectomia, prostatectomia, artroscòpia...) cal que aviseu al metge que us atén i li expliqueu que us trobeu en situació d'immunosupressió per retirar transitòriament el tractament immunosupressor, si es pot, i així evitar infeccions.
 - 14 **En cas de ferides a la pell (punxades, talls, cremades, etc.) sempre cal que consulteu i aviseu al metge** que us atén per fer cobertura antibiòtica i prevenció antitetànica.
 - 15 **En cas de febre consulteu sempre i aviseu al metge que us atén de la immunosupressió** (infeccions més ràpides i greus o amb expressivitat avortada).
 - 16 **És important que estiguen protegits amb vacunes** i si no és possible (per ser vacunes de virus vius o per tenir molt poca resposta) cal aconseguir que **convivents/familiars i personal mèdic que us atén estiguin vacunats**.
 - 17 Si esteu operats de la **melsa**, a l'**inici de dècimes de febre** heu d'anar a urgències de l'hospital. Comuniquen que esteu esplenectomitzats.



Rentat de mans i ungles tallades



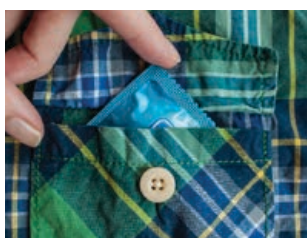
Gàrgares



Neteja del mòbil



No fumar



Preservatiu



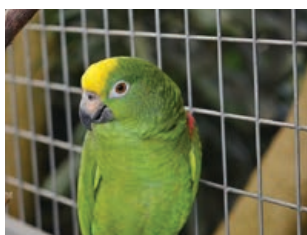
Làctics pasteuritzats



Menjar carn/peix molt fets



Jardineria amb guants



Evitar contacte excrements ocell



Rentat de mans al tocar animals



Evitar contacte persones infectades



Mascareta si grip



Consultar si viatges tropicals



Avisar abans d'operar/proves



Acudir metge si ferides de pell



Acudir si febre



Vacunació pròpia i de familiars



Facultatius han d'estar vacunats



Comunicar si esteu operats de melsa