

*“Información importante para cuando pueda volver finalmente a su hogar”.*

— Sobreviviente de trasplante de médula ósea y sangre

## **CAPÍTULO 13**



### **Regreso al hogar**

**Limpieza del hogar**

**Mascotas**

**Visitas**

# CAPÍTULO 13

## Regreso al hogar

Volver a su casa después del trasplante puede ser un momento muy emocionante. Lea las secciones a continuación para asegurarse de que su casa sea un entorno saludable y propicio para su regreso.

### Limpieza del hogar

Debido a que el sistema inmunitario estará muy debilitado durante la recuperación y hasta un año después del trasplante, es importante que el hogar esté limpio cuando usted regrese después de haber recibido el trasplante. Es conveniente arreglar con anticipación la limpieza del hogar.

- **Alfombras:** Es necesario aspirar minuciosamente las alfombras y los tapetes. Las alfombras que tengan suciedad visible deben lavarse con un champú.
- **Cortinas y muebles:** Es necesario limpiar cortinas, persianas y muebles.
- **Aire acondicionado y caldera:** Deben cambiarse los filtros de los aires acondicionados y calderas.
- **Humidificadores:** Los humidificadores deben estar apagados.
- **Baño:** Se deben limpiar todos los inodoros, duchas, encimeras, fregaderos y tinas.
- **Reparaciones en el hogar:** En este período, no se debe remodelar la vivienda ni hacer reparaciones grandes tales como derribar una pared o quitar alfombras viejas. Esta actividad puede liberar en el aire esporas de moho.
- **Plantas:** Quite del hogar las flores frescas o secas. Es posible que sea necesario quitar todas las plantas de la casa. Hable con su médico.

### Mascotas

Si tiene mascotas, deberá buscar a alguien que las cuide mientras usted esté en el hospital y, posiblemente, también después del trasplante. Después del trasplante, podrá conservar la mayoría de las mascotas que tenía con algunas excepciones. Es posible que deba buscar un nuevo hogar para las mascotas tales como reptiles y algunas clases de pájaros. Si tiene animales de granja, tales como caballos, debe evitar el contacto con ellos. Pídale a su médico más información sobre el tema.

### Visitas

Cuando vuelva a su casa, muchos amigos y familiares querrán visitarle. Las visitas desean levantarle el ánimo, pero también pueden suponer un riesgo de contraer infecciones. Usted debe explicarle claramente a sus visitas qué deben hacer para protegerle. Recuérdeles las precauciones universales: lavarse las manos con frecuencia y no visitarle si han estado enfermos o en contacto con alguien que ha estado enfermo. Su cuidador también puede ayudarle al seleccionar las visitas y asegurarse de que usted las reciba solo cuando se sienta lo suficientemente bien como para tener compañía.