

Dúvidas, entre em contato
com a equipe do Centro de Tratamentos CliniOnco.
Estaremos sempre à disposição para orientá-lo



NÚCLEO DE ONCOLOGIA
CENTRO DE TRATAMENTOS

Rua Dona Laura, 226 – 2º andar
Moinhos de Vento – POA/RS
Fone: 51 4009 6000

www.clinionco.com.br


 /clinionco  /clinionco_rs

Elaboração:
Equipe Multidisciplinar

Resp. Técnico:
Dr. Jeferson Vinholes
CRM 16.745

Publicação:
M 02.20/00





A equipe multidisciplinar preparou este folder para você que termina o tratamento na CliniOnco. Nosso objetivo é fornecer dicas e orientações a fim de promover seu bem-estar e qualidade de vida após o tratamento.

ENFERMAGEM

- Realize a manutenção do seu cateter a cada 60 dias.
 - Combine a periodicidade de suas consultas com o médico oncologista e agende com a secretária.
 - Lembre-se de que nas próximas semanas você ainda estará sob efeito da última aplicação. Neste período, mantenha os mesmos cuidados já orientados pela equipe durante o seu tratamento.
 - Se você sentir qualquer dor ou desconforto não usuais comunique seu médico ou enfermeira.
- * A equipe de enfermagem está sempre disponível para esclarecer suas dúvidas.

NUTRIÇÃO

- Mantenha-se com peso adequado para sua estatura: o excesso de peso e a obesidade são fatores de risco para desenvolvimento de diversas doenças, inclusive o câncer;
- Preze pela qualidade de sua alimentação: hábitos alimentares saudáveis podem reduzir o risco de recidiva da doença.

Para seguir uma dieta saudável e equilibrada é importante:

1) Reduzir o consumo de gorduras saturadas (contidas em carnes gordas, pele de aves, embutidos) e gorduras trans (presentes em alimentos ultraprocessados como sorvetes, biscoitos, fast foods, doces e chocolates).

2) Evitar bebidas açucaradas (sucos, achocolatados e refrigerantes). Use açúcar com moderação!

3) Utilizar alimentos in natura ou minimamente processados como base de sua alimentação diária, tais como frutas, verduras, carnes magras, peixes, legumes, ovos, leite, cereais, sementes oleaginosas, etc.

4) Beber água! O consumo de água é fundamental para o funcionamento adequado do nosso organismo.

5) Não abusar de bebidas alcoólicas.

*A clínica oferece uma consulta nutricional gratuita após o término de seu tratamento, agende sua consulta!

FISIOTERAPIA

- Tente incorporar à sua rotina diária alguma atividade física.
 - Não esqueça: É importante uma avaliação e orientação de profissional capacitado antes de reiniciar os exercícios.
 - Uma boa dica são atividades ao ar livre, porém em horários de temperatura mais amena.
 - Lembre-se! O retorno deve ser gradual.
 - Respeite sempre os limites do seu corpo e fique atento aos sinais e sintomas diferentes que porventura você venha a apresentar. Caso isso ocorrer, entre em contato com seu médico.
- *Em caso de dúvida, entre em contato com a fisioterapeuta de nossa equipe.

PSICOLOGIA

- Busque apoio das pessoas que fazem bem para você e de atividades que lhe geram bem-estar.
 - Respeite seu tempo! Retome suas atividades ocupacionais de forma gradual.
- *O setor de Psicologia disponibiliza auxílio aos pacientes que encerram o tratamento na clínica, mediante agendamento. Além disso, todos os pacientes são bem-vindos ao Grupo de Apoio, que ocorre todas as terças-feiras, às 14h, no Auditório.

FARMÁCIA

Serviço responsável pela Atenção Farmacêutica. O farmacêutico orienta o paciente quanto ao seu tratamento via oral e realiza a dispensação das medicações primando, sempre, pela segurança e qualidade do serviço.

*Caso seu tratamento oral for cancelado ou interrompido, os comprimidos deverão ser entregues no serviço de farmácia da CliniOnco para o descarte adequado.

ODONTOLOGIA

- Mantenha sempre uma boa higiene bucal. Continue fazendo uso de escova de dentes macia e fio dental.
- Existem alguns procedimentos odontológicos que não podem ser realizados logo após o término da quimioterapia. Informe-se com seu cirurgião dentista.
- Faça revisões periódicas a cada 4 meses no primeiro ano após o término do tratamento.