

# CẢI TIẾN CHẤT LƯỢNG CHĂM SÓC



KHOA UNG BƯỚU PHỤ KHOA

## NHÂN SỰ

- Bác sĩ : 10
- Nữ hộ sinh : 26
- Hộ lý : 05



2



4

## HOẠT ĐỘNG CHUYÊN MÔN

- Bệnh điều trị nội trú : 365
- Bệnh điều trị ngoại trú : 5.528
- Bệnh nguyên bào nuôi : 270
- Ung thư buồng trứng : 95
- Số chu kỳ hoá trị : **2.135**

5

## HOÁ CHẤT AN TOÀN



7

## CUỘC VIẾNG THĂM ĐẦU TIÊN - 2008



6

## NHỮNG CẢI TIẾN ĐÃ THỰC HIỆN

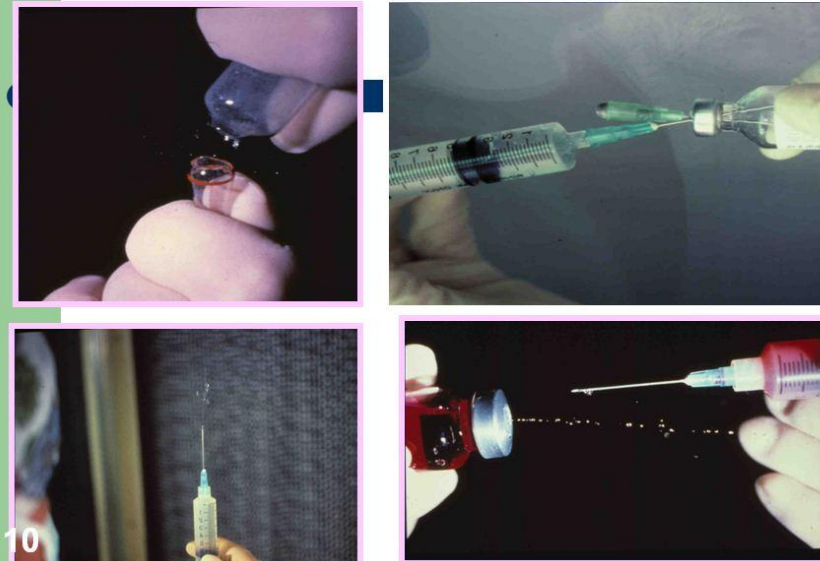
- Áp dụng 2 đường truyền khi truyền hoá chất
- Trang bị cây dịch truyền di động
- Xây dựng tủ pha hoá chất riêng
- Cung cấp thông tin cho người bệnh

8

## THỰC HIỆN HOÁ CHẤT AN TOÀN



## NGUY CƠ KHI CHUẨN BỊ HOÁ CHẤT



## CÂY TRUYỀN DỊCH DI ĐỘNG



## BỆNH NHÂN NỘI TRÚ



## TỬ PHA HOÁ CHẤT Ở ÚC



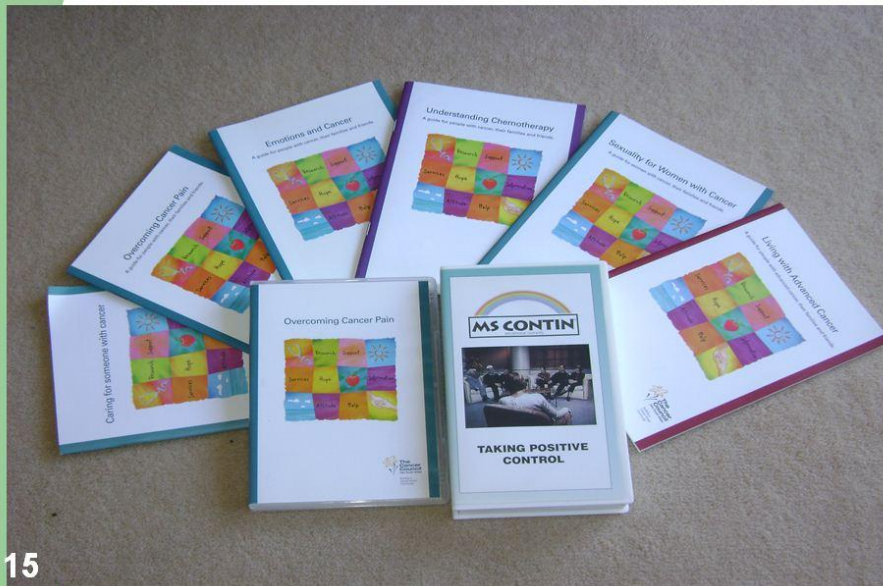
13

## TỬ PHA HOÁ CHẤT Ở KHOA UNG BƯỚU PHỤ KHOA



14

## SỔ TAY THÔNG TIN Ở ÚC



15

## TỜ RƠI THÔNG TIN Ở ÚC



16

# Tờ rơi về chăm sóc tác dụng phụ sau điều trị hóa chất

- Báo Bác sĩ và Nữ hộ sinh chăm sóc bạn nếu bạn nổi mụn nhọt trên da.
- Cắt móng tay ngắn.
- Giữ móng tay sạch.
- Khi làm việc nhà, giặt quần áo nên mang găng tay bảo vệ.

*Phải thông báo cho Bác sĩ và Nữ hộ sinh nếu bạn bị nóng, đau, đỏ, gộp da hay sưng chỗ tiêm trong hay sau truyền hóa chất.*

## CHĂM SÓC RỤNG TÓC

Điều trị Ung thư bằng hóa chất sẽ gây rụng tóc, trong khi các loại hóa chất khác sẽ gây rụng một phần hay toàn phần. Rụng tóc thường không xảy ra ngay, nó có thể xảy ra sau vài đợt điều trị. Tóc có thể rụng từ từ hay từng nhúm. Tóc bạn có thể trở nên khô và gãy trong suốt cuộc điều trị hóa chất. Rụng tóc thường gây buồn khổ cho bạn. Bạn có thể chọn bộ tóc giả phù hợp với mình. Nên nhớ rằng bất kỳ sợi tóc nào rụng sẽ mọc lại sau khi việc điều trị của bạn kết thúc.

**- Những yếu cầu cho việc chăm sóc da đầu và tóc của bạn:**

- Dùng đầu gội đầu nhẹ.
- Dùng lược chải đầu mềm.
- Dùng sức nóng thấp khi bạn sấy tóc.
- Dùng nhuộm hay uốn tóc.
- Đeo kính râm và đội nón.

## CHĂM SÓC MỆT MỎI

Điều trị Ung thư bằng hóa chất sẽ làm cho bạn mệt mỏi. Quan trọng là duy trì một lối sống lành mạnh để giảm mệt mỏi và cải thiện chất lượng cuộc sống.

**- Phòng ngừa mệt mỏi:**

- Đứng thức khuya.
- Cố gắng sắp xếp giấc ngủ hàng ngày.
- Đứng ngủ suốt ngày.
- Ăn thức ăn giàu dinh dưỡng, hạn chế cà phê, rượu.
- Nên có khoảng nghỉ ngắn thường xuyên.
- Thử các phương pháp thư giãn tự chọn như âm nhạc.
- Tập thể dục nếu có thể. Đi bộ 20 đến 30 phút, 2-3 lần/tuần.
- Yếu cầu được giúp đỡ những công việc hàng ngày nếu bạn cần (Ví dụ: mua sắm, dọn dẹp hay nấu ăn).
- Nếu bạn thức giấc vào ban đêm, bạn có thể cần thuốc an thần nhẹ trong một thời gian ngắn.

## CHĂM SÓC TÁC DỤNG PHỤ SAU ĐIỀU TRỊ HÓA CHẤT

- Chăm sóc lở miệng
- Chăm sóc da
- Chăm sóc rụng tóc
- Chăm sóc mệt mỏi



BỆNH VIỆN TỬ ĐŨ  
KHOA UNG THƯ PHỤ KHOA

# Tờ rơi về chăm sóc tác dụng phụ sau điều trị hóa chất

## CHĂM SÓC LỖ MIỆNG

Điều trị Ung thư bằng hóa chất có thể gây viêm và lở miệng. Để tránh nhiễm trùng xảy ra và giúp mau lành, điều quan trọng là giữ miệng bạn sạch trong suốt quá trình điều trị.

**Một số đề nghị để ngừa viêm miệng:**

- Dùng đầu bàn chải nhỏ, mềm được rửa sạch sau mỗi lần sử dụng.
- Đánh răng nhẹ nhàng sau mỗi bữa ăn.
- Dùng nước súc miệng ít nhất 4 lần/ngày, súc miệng bằng nước muối loãng. Pha 1/4 muỗng cà phê muối vào 1 ly nước ấm. Súc miệng thật sạch, rồi khạc ra ngoài.
- Tránh dùng nước súc miệng trên thị trường có chứa cồn vì nó sẽ làm khô và kích thích lợi răng của bạn.

**-Nếu bạn có răng giả, tháo ra và rửa sạch sau mỗi bữa ăn. Súc miệng với nước muối pha loãng khi tháo răng giả ra.**

**-Điều trị viêm miệng, lở miệng hay nhiễm trùng:**

Kiểm tra miệng mỗi lần chăm sóc miệng. Nếu miệng bạn viêm, khi ăn uống bạn sẽ tiết nhiều nước bọt hay có một lớp trắng đóng trên lưỡi bạn, hãy sử dụng nước muối súc miệng mỗi 2 - 4 giờ.

*Bạn phải gặp Bác sĩ điều trị và họ sẽ kê toa thuốc chống nấm.*

**-Dinh dưỡng khi bị lở miệng:**

- Uống nhiều nước.
- Uống nước trái cây pha loãng như nước xoài, lê hay đào.
- Ăn thức ăn mềm, ẩm.
- Thức ăn cắt nhỏ, trộn, xay nhuyễn hay hầm như cháo sẽ dễ nuốt hơn. Thêm nước lèo, súp, nước xốt và nước thịt giúp thức ăn mềm hơn.
- Uống nước bằng ống hút nếu miệng bị loét.
- Nhai kẹo cao su không có đường.
- Sử dụng kem thoa môi nếu môi bạn khô.

**-Tránh:**

- Những thức ăn gây rát miệng như giấm, thức ăn có nhiều gia vị, thức ăn mặn, rượu mạnh, thức ăn hay thức uống quá lạnh hay quá nóng, nước trái cây chua.
- Không thức ăn khô, cứng hay giòn như khoai tây chiên, đậu, bánh quy giòn hay bánh mì nướng.
- Thức ăn có tinh axit (buổi, cam, chanh và cà chua).

## CHĂM SÓC DA

Điều trị Ung thư bằng hóa chất có thể có những vấn đề về da như sạm da, da khô hay bị ngứa, mụn trứng cá, tay và chân sưng đỏ kèm tróc hay không tróc da.

**Bạn có thể hạn chế những vấn đề trên bằng những phương pháp sau:**

- Luôn luôn đeo kính râm, đội nón và mặc áo dài tay khi ra đường nếu bị sạm da.
- Dùng kem giữ ẩm, tránh tắm nước nóng lâu, nước hoa và nước thơm có chứa cồn khi da khô hay bị ngứa.
- Giữ da bạn sạch và khô trong trường hợp mụn trứng cá.
- Nên thực hiện những điều sau nếu tay và chân sưng đỏ kèm tróc hay không tróc da:
- Mặc quần áo rộng, thoáng và mang giày đế thấp.
- Hạn chế tiếp xúc với hơi nóng bằng cách tắm nhanh với nước mát và giảm nước nóng.
- Không dùng nước nóng khi rửa bát hay giặt quần áo.
- Đeo kính râm
- Dùng kem giữ ẩm
- Tránh đi dép trên da

## SINH HOẠT NGƯỜI BỆNH



## THƯ GIÃN



## THƯ GIÃN



## TIỆC CHIA TAY SAU HỘI THẢO NĂM 2009



**CHÂN THÀNH CẢM ƠN**

# IMPROVEMENT OF QUALITY OF CARE



## GYNAECOLOGIC ONCOLOGY DEPARTMENT



## STAFFS

- Doctor : 10
- Midwife : 26
- Hospital orderly : 05



## ACTIVITIES OF SPECIALTY

- In-patient : 365
- Out-patient : 5.528
- Gestational Trophoblastic disease:270
- Ovarian cancer : 95
- Cycles of chemotherapy : **2.135**

## SAFE HANDLING OF CYTOTOXICS



## FIRST VISIT IN 2008



## IMPROVEMENT HAS BEEN DONE

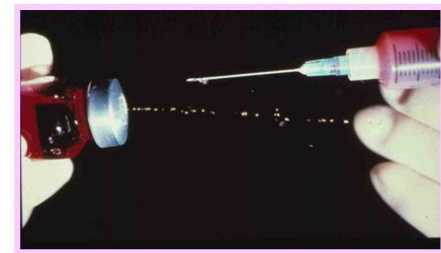
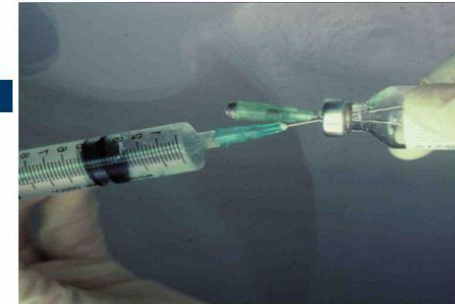
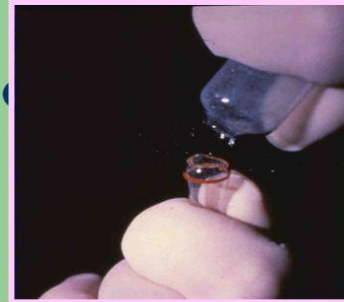
- To apply 2 lines when handling chemotherapy
- To supply patients with movable IV poles
- Handling of cytotoxic cabinet
- To provide patients with information



## SAFE HANDLING OF CYTOTOXICS



## Some hazards of cytotoxic preparation



## MOVABLE IV POLE



## IN-PATIENTS



## CYTOTOXIC CABINET IN AUSTRALIA



## CYTOTOXIC CABINET IN GYNAEONCOLGIC ONCOLGY DEPARTMENT



## BROCHURES IN AUSTRALIA



## LEAFLETS IN AUSTRALIA



## Leaflets of side effect care after chemotherapy

- Báo Bác sĩ và Nữ hộ sinh chăm sóc bạn nếu bạn nổi mụn nhỏ trên da.
- Cắt móng tay ngắn.
- Giữ móng tay sạch.
- Khi làm việc nhà, giặt quần áo nên mang găng tay bảo vệ.

*Phải thông báo cho Bác sĩ và Nữ hộ sinh nếu bạn bị nóng, đau, đỏ, giúp đỡ hay sưng chỗ tiêm trong hay sau truyền hóa chất.*

### CHĂM SÓC RỤNG TÓC

Điều trị Ung thư bằng hóa chất sẽ gây rụng tóc, trong khi các loại hóa chất khác sẽ gây rụng một phần hay toàn phần. Rụng tóc thường không xảy ra ngay, nó có thể xảy ra sau vài đợt điều trị. Tóc có thể rụng từ từ hay từng nhúm. Tóc bạn có thể trở nên khô và gãy trong suốt cuộc điều trị hóa chất. Rụng tóc thường gây buồn khổ cho bạn. Bạn có thể chọn bộ tóc giả phù hợp với mình. Nên nhớ rằng bất kỳ sợi tóc nào rụng sẽ mọc lại sau khi việc điều trị của bạn kết thúc.

**- Những yêu cầu cho việc chăm sóc da đầu và tóc của bạn:**

- Dùng đầu gối đỡ nhẹ.
- Dùng lược chải đầu mềm.
- Dùng sức nóng thấp khi bạn sấy tóc.
- Dùng nhuộm hay uốn tóc.
- Đeo kính râm và đội nón.

### CHĂM SÓC MỆT MỎI

Điều trị Ung thư bằng hóa chất sẽ làm cho bạn mệt mỏi. Quan trọng là duy trì một lối sống lành mạnh để giảm mệt mỏi và cải thiện chất lượng cuộc sống.

**- Phòng ngừa mệt mỏi:**

- Đứng thức khuya.
- Cố gắng sắp xếp giấc ngủ hàng ngày.
- Đứng ngủ suốt ngày.
- Ăn thức ăn giàu dinh dưỡng, hạn chế cà phê, rượu.
- Nên có khoảng nghỉ ngắn thường xuyên.
- Thảo các phương pháp thư giãn tự chọn như âm nhạc.
- Tập thể dục nếu có thể. Đi bộ 20 đến 30 phút, 2-3 lần/tuần.
- Yêu cầu được giúp đỡ những công việc hàng ngày nếu bạn cần (Ví dụ: mua sắm, dọn dẹp hay nấu ăn).
- Nếu bạn thức giấc vào ban đêm, bạn có thể cần thuốc an thần nhẹ trong một thời gian ngắn.



**BỆNH VIỆN TỬ DŨ  
KHOA UNG THƯ PHỤ KHOA**

### CHĂM SÓC TÁC DỤNG PHỤ SAU ĐIỀU TRỊ HÓA CHẤT

- Chăm sóc lỗ miệng
- Chăm sóc da
- Chăm sóc rụng tóc
- Chăm sóc mệt mỏi



## Leaflets of side effect care after chemotherapy

### CHĂM SÓC LỖ MIỆNG

Điều trị Ung thư bằng hóa chất có thể gây viêm và lở miệng. Để tránh nhiễm trùng xảy ra và giúp mau lành, điều quan trọng là giữ miệng bạn sạch trong suốt quá trình điều trị.

**Một số đề nghị để ngừa viêm miệng:**

- Dùng đầu bàn chải nhỏ, mềm được rửa sạch sau mỗi lần sử dụng.
- Đánh răng nhẹ nhàng sau mỗi bữa ăn.
- Dùng nước súc miệng ít nhất 4 lần/ngày, súc miệng bằng nước muối loãng. Pha 1/4 muỗng cà phê muối vào 1 ly nước ấm. Súc miệng thật sạch, rồi khạc ra ngoài.
- Tránh dùng nước súc miệng trên thị trường có chứa cồn vì nó sẽ làm khô và kích thích lợi răng của bạn.

**-Nếu bạn có răng giả, tháo ra và rửa sạch sau mỗi bữa ăn. Súc miệng với nước muối pha loãng khi tháo răng giả ra.**

**-Điều trị viêm miệng, lở miệng hay nhiễm trùng:**

Kiểm tra miệng mỗi lần chăm sóc miệng. Nếu miệng bạn viêm, khi ăn uống bạn sẽ tiết nhiều nước bọt hay có một lớp trắng đóng trên lưỡi bạn, hãy sử dụng nước muối súc miệng mỗi 2 - 4 giờ.

*Bạn phải gặp Bác sĩ điều trị và họ sẽ kê toa thuốc chống nấm.*

**-Dinh dưỡng khi bị lở miệng:**

- Uống nhiều nước.
- Uống nước trái cây pha loãng như nước xoài, lê hay đào.
- Ăn thức ăn mềm, ẩm.
- Thức ăn cắt nhỏ, trộn, xay nhuyễn hay hầm như cháo sẽ dễ nuốt hơn. Thêm nước lèo, sữa, nước cốt và nước thịt giúp thức ăn mềm hơn.
- Uống nước bằng ống hút nếu miệng bị loét.
- Nhai kẹo cao su không có đường.
- Sử dụng kem thoa môi nếu môi bạn khô.

**-Tránh:**

- Những thức ăn gây rất miệng như giấm, thức ăn có nhiều gia vị, thức ăn mặn, nướu mạnh, thức ăn hay thức uống quá lạnh hay quá nóng, nước trái cây chua.
- Những thức ăn khô, cứng hay giòn như khoai tây chiên, đậu, bánh quy giòn hay bánh mì nướng.
- Thức ăn có tính axit (bưởi, cam, chanh và cà chua).

### CHĂM SÓC DA

Điều trị Ung thư bằng hóa chất có thể có những vấn đề về da như sạm da, da khô hay bị ngứa, mụn trứng cá, tay và chân sưng đỏ kèm tróc hay không tróc da.

**Bạn có thể hạn chế những vấn đề trên bằng những phương pháp sau:**

- Luôn luôn đeo kính râm, đội nón và mặc áo dài tay khi ra đường nếu bị sạm da.
- Dùng kem giữ ẩm, tránh tắm nước nóng lâu, nước hoa và nước thơm có chứa cồn khi da khô hay bị ngứa.
- Giữ da bạn sạch và khô trong trường hợp mụn trứng cá.

**Nên thực hiện những điều sau nếu tay và chân sưng đỏ kèm tróc hay không tróc da:**

- Mặc quần áo rộng, thoáng và mang giầy đế thấp.
- Hạn chế tiếp xúc với hơi nóng bằng cách tắm nhanh với nước mát và giảm uống nước nóng.
- Không dùng nước nóng khi rửa bát hay giặt quần áo.
- Đeo kính râm
- Dùng kem giữ ẩm
- Tránh ti đê trên da

## ACTIVITIES OF PATIENTS



## RELAXATION



## RELAXATION



## FAREWELL PARTY AFTER SEMINAR 2009





**THANK YOU**