

FAQ**Häufig gestellte Fragen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer und Antworten der Referenten**

Veranstaltung vom 02.06.2009 zum Thema :Leben nach Stammzelltransplantation
Referent Prof. Dr. Andre Tichelli

Sie sprechen den hohen Blutdruck an, muss auch ein zu tiefer Blutdruck behandelt werden?

Der tiefe Blutdruck macht sich sicher rascher und unangenehm bemerkbar für die betroffene Person. Vor allem durch Schwindel beim raschen Aufstehen oder längerem Stehen. Der zu tiefe Blutdruck ist für das Herz-Kreislaufsystem jedoch deutlich ungefährlicher. Behandelt werden muss vor allem das Wohlbefinden der Betroffenen und dies mit langsamem Aufstehen, genügend Flüssigkeit trinken oder ev. Beinkompressionsstrümpfen tragen. Da soll jede/jeder herausfinden, was für sie/ihn gut ist.

Wo ist die obere Grenze eines zu hohen Blutdruckes?

Der obere (systolische) Wert sollte sich nicht über 140 mmHG und der untere (diastolische) Wert nicht über 90 mmHg befinden. Und es ist wichtig den Blutdruck, nach 10 Minuten Ruhe im Sitzen zu messen.

Werde ich für diese Jahreskontrollen vom Transplantationszentrum automatisch aufgeboten?

Ja das versuchen wir hier in Basel so zu organisieren. Es sollte einmal im Jahr eine Jahreskontrolle durchgeführt werden. Wir bemühen uns mit allen ehemaligen Patientinnen/Patienten einmal im Jahr Kontakt zu haben.

Wie werden die häufig wechselnden Stationsärzte auf die langjährigen Patientinnen und Patienten und diese Langzeitfolgen vorbereitet?

Dies ist in einem Universitäts- also Weiterbildungsspital nicht einfach zu organisieren. Glücklicherweise sind die Stationsärzte im Zellersatzambulatorium häufig auf dem Weg zum Facharzt in Hämatologie (also schon erfahrene Stationsärzte in Innerer Medizin und Hämatologie) und sie sind oftmals schon länger im Stammzelltransplantationsteam der Hämatologie in verschiedenen Anstellungen unterwegs. Zudem ist mit dem langjährigen Oberarzt und regelmässigen stationsinternen Konferenzen ein Backup System eingerichtet, dass dem vorbeugen sollte.

Nach einer Jahreskontrolle kann ich zur Besprechung der Resultate ins Zellersatzambulatorium (Zea) kommen. Oftmals ist dabei ein Stationsarzt beauftragt, der meine Krankengeschichte gar nicht kennt. Kann ich verlangen, dass jemand der meine ‚Geschichte‘ genau kennt anwesend ist?

Da treffen Sie auf einen grossen Schwachpunkt unsere Abteilung! Vor dem Patientengespräch haben die Stationsärzte Gelegenheit ihre Akten und ihre neuen Ergebnisse mit einem Oberarzt zu diskutieren. Wenn dies Ihnen nicht reicht, haben Sie das Recht ein Gespräch mit dem Oberarzt zu verlangen. Wenn er nicht gleich kommen kann, kann ein Gespräch extra vereinbart werden. Dies ist meist ist an einem Nachmittag einfacher als an den Vormittagen.

Ist bei jeder Jahreskontrolle eine Knochenmarkpunktion (KMP) nötig? Vieles kann doch auch aus dem Blut und den Urinuntersuchungen gesagt werden.

Nein eine KMP ist nicht immer notwendig. Die richtige Frequenz zu finden ist die grosse Aufgabe. Aktuell gehört es zur 1, 3 und 6 Monatskontrolle, zur 1, 2 und 5. Jahreskontrolle und ab dem 5. Jahr alle fünf Jahre. Zusätzlich bei Veränderungen Ihres Blutbildes oder Gesundheitszustandes.

Blut und Urinuntersuchungen sind nicht für alle Krankheiten gleich Aussagekräftig, deshalb kann dies so generell nicht gesagt werden.

Sie sagen es ist gesund raus im Freien Aktivitäten zu haben. Kann ich wirklich so bedenkenlos in die Sonne gehen?

Wenn Sie die direkte Sonneneinstrahlung über Mittag meiden, wenn Sie sich häufig im Schatten bewegen, wenn Sie einen Sonnenhut oder lange Ärmel tragen und ein Sonnenschutzmittel mit Lichtschutzfaktor 50 benutzen, dann ist es für Sie gut draussen zu sein. Sich eine Stunde in die volle Sonne zu legen ist für niemanden gesund und kann Sonnenbrand oder Hautkrebs hervorrufen.

Welche Sonnenschutzmittel empfehlen Sie?

Antwort von Dr. Peter Häusermann, Dermatologe Universitätsspital Basel:

..... *Antwort per Mail bei Hr. Häusermann erbeten.*

Gibt es mentale oder kognitive Veränderungen durch die Chemotherapie oder die Transplantation selber?

Ja diese können auftreten. Einerseits könne sie durch verschiedene Chemotherapien und Bestrahlung hervorgerufen werden. Vermutlich spielt auch die Graft-versus-Host Erkrankung von Blutgefässen und Nerven im Hirn eine Rolle. Sicherlich sind die Folgen bei Kindern grösser als bei Erwachsenen.

Auf der Homepage der Deutschen Leukämie & Lymphomhilfe finden Sie eine Broschüre über das ‚Chemohirn‘ mit Erklärungen und Tipps: http://www.leukaemie-hilfe.de/broschueren.html?&L=...rblob_pi1%5BdownloadUid%5D%3D35

**Wie verhält sich das Immunsystem nach einer Stammzelltransplantation?
Bleibt das Immunsystem für immer geschwächt?**

Diese Untersuchung wurde auch mit Basler Patientinnen und Patienten und ihren Spendern gemacht. Dabei zeigt sich, dass das Immunsystem des Empfängers nach etwa 10 Jahren praktisch gleich normal arbeitet, wie das ihrer Spender. Es erholt sich in den allermeisten Fällen sehr gut. Allerdings ist es dafür in den ersten beiden Jahren nach einer Stammzelltransplantation noch sehr anfällig und schwach.

Wie gross ist heute die Beachtung einer möglichen Osteoporose bei Männern?

Heute wird dem Thema eine grosse Beachtung geschenkt. Und die beste Therapie ist sowieso die tägliche Bewegung (ca. 20 Minuten Walking, Spazieren, Joggen, Radfahren was immer Ihnen Spass macht und möglich ist). Zusätzlich soll täglich Calcium eingenommen werden und teilweise ist es nötig, auf Verordnung des Spezialisten Bisphosphonate wie Aredia oder Zometa zu verabreichen.