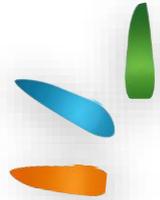


Retour à domicile après une allogreffe de moelle osseuse : Les bons réflexes à adopter

Elodie Colonnese -IDE suivi post greffe
IUCT Oncopole Toulouse
4 février 2025

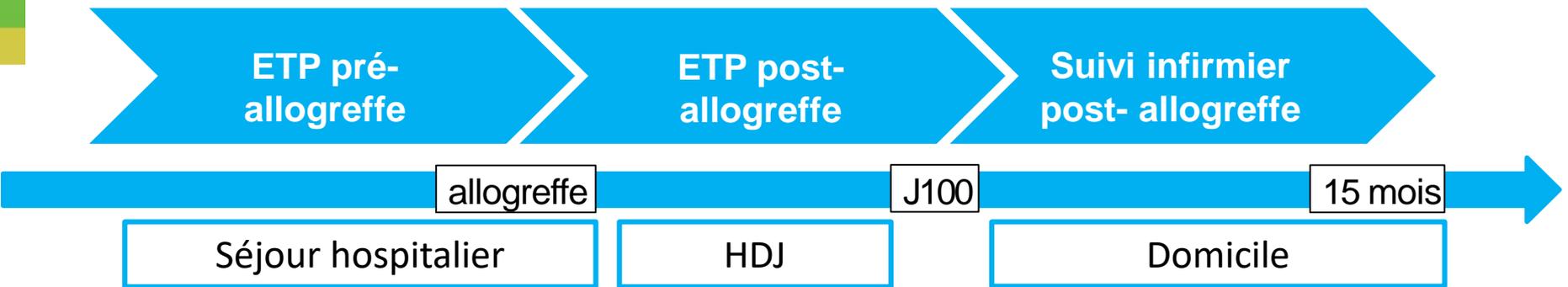


L'allogreffe à l'IUCT Oncopole : un parcours en 3 phases



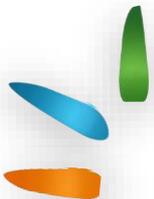


L'allogreffe à l'IUCT Oncopole : un parcours en 3 phases avec un accompagnement continu du patient



L'ETP, c-à-d l'éducation thérapeutique du patient, s'inscrit dans le parcours de soins du patient. Elle a pour objectif de rendre le patient plus autonome en facilitant son adhésion aux traitements prescrits et en améliorant sa qualité de vie .

HDJ : hôpital de jour



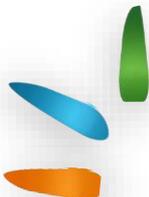


L'ETP pré-allogreffe : 3-2-1 ... Prêt ? Greffé !

Les ETP pré greffe sont proposés afin d'expliquer et préparer au mieux le patient à l'hospitalisation (conditions, effets secondaires, hygiène, alimentation)

Les aidants peuvent assister aux ETP afin de mieux préparer le retour à domicile

- 1 séance éducative individuelle socle pour établir le diagnostic éducatif.
- 6 séances éducatives collectives socles sur 2 demi-journées
 - La greffe quezaco ? - Animée par 1 IDE et 1 médecin
 - Quoi de neuf docteur ? - Animée par 2 IDE
 - Qu'est-ce qu'on mange ? - Animée par 2 IDE
 - On en parle ? - Animée par 2 IDE et 1 patient expert
 - Et moi dans tout ça ? - Animée par 2 IDE et 1 patient expert
 - La fatigue dans tous mes états. - Animé par 2 IDE
- 1 séance éducative individuelle afin d'évaluer le patient à la fin du programme.





L'ETP post-allogreffe : Mon AlloGrefe (MAG) à la Une

L'ETP post greffe est proposé à la sortie d'hospitalisation

Son objectif est de bien préparer le patient au retour à domicile et prendre le temps d'aborder différentes thématiques

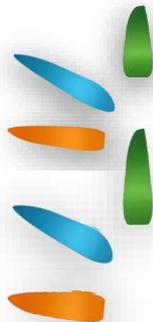
- Débute par une séance en hospitalisation dans l'unité de greffe
- Se poursuit pendant le suivi en hôpital de jour entre J30 et J100



Mon

Allo

Grefe





L'ETP post-allogreffe : Mon AlloGreffe (MAG) à la Une



ATELIER 1 (individuel)
Comprendre son ordonnance, son traitement et connaître les recommandations.



ATELIER 2 (individuel)
Animé par la diététicienne
Apprendre et comprendre les consignes alimentaires.



ATELIER 3 (collectif)
Repérer les signes d'alerte et savoir quelles actions mettre en place



ATELIER 4 (collectif)
Film de 7mn qui reprend des scènes de vie quotidienne afin d'identifier des situations à risque



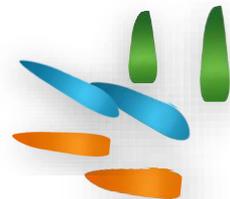
ATELIER 5 (collectif)
Animé par la diététicienne
Adapter ses repas en fonction des consignes alimentaires.



ATELIER 6 (collectif)
Moments de partage sur votre quotidien.



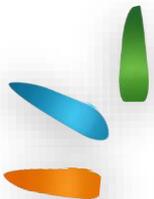
ATELIER 7 (collectif)
Animé par la psychologue
La maladie, la greffe, les traitements.





L'objectif du retour à domicile est de trouver le juste milieu entre bien vivre et se protéger

- Comment prévenir les infections
- Savoir identifier les signes de maladie du greffon contre l'hôte (GvH)
- S'autoriser à reprendre une vie sociale
- Reprendre (ou continuer) une activité physique (adaptée)

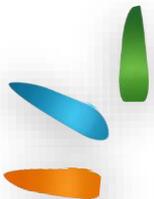




L'objectif du retour à domicile est de trouver le juste milieu entre se protéger et bien vivre

- Prévenir les infections
- Identifier les signes de maladie du greffon contre l'hôte (GvH)
- S'autoriser à reprendre une vie sociale
- Reprendre (ou continuer) une activité physique (adaptée)

L'objectif du retour à domicile n'est pas de recréer un environnement d'hospitalisation





Consignes des trois 1ers mois post greffe

Sécurité transfusionnelle

Ayez toujours avec vous le document de consignes transfusionnelles post allogreffe remis par votre centre greffeur

CONSIGNES TRANSFUSIONNELLES POST-ALLOGREFFE DE CSH			
Consignes susceptibles de modification en fonction de l'évolution des examens IH			
Nom de naissance DUPONT		N° dossier EFS	
Prénom (sexe) Dominique (F)		0123456987	
Nom marital MARTIN		0123456987	
Né(e) le 01.01.1980			
Transfusion de			Anti-E
Concentrés de Globules Rouges	O non iso.	D- C- E- RH : -1,-2,-3 Compatibilisés	PSL Irradiés CMV négatif
Concentrés de Plaquettes	A, O sans Ac immuns anti-A, B(*) sans Ac immuns, AB(*)		Ne pas injecter d'immunoglobulines RH1 (D)
Plasma	A ou AB		
<small>*) Pour ces PSL, il est préférable de vérifier, au préalable, l'absence ou le faible taux d'anticorps immuns ABO chez le receveur</small>			
Caractéristiques de la greffe réalisée le 11/02/05			Visa
Service d'hématologie Hôpital du Bon Espoir 12 cour des Miracles 12345 CITY ☎ : 01.23.45.67.89	Moelle <input checked="" type="checkbox"/> CSP <input checked="" type="checkbox"/> Cordon <input type="checkbox"/> Séquentielle <input type="checkbox"/>	Receveur (pré-greffe) A D- C- E- c+ e+ K+ RH : -1,-2,-3,4,5 KEL : 1 Ac connus : anti-E	Donneur O D+ C+ E- c+ e+ K+ RH : 1,2,-3,4,5 KEL : 1
EFS X - site de Y, 1, rue de la chimère - 12 345 CITY - ☎ : 01.23.45.67.89			Document réalisé le 11/02/05

Choix des CGR

Choix des Concentrés plaquettaires

Choix des plasmas

Protocoles et consignes transfusionnels

Coordonnées du service greffeur

Données IH du receveur (avant greffe)

Données IH du donneur

Visa du signataire

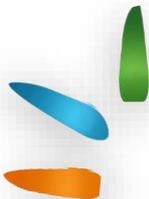




Consignes des trois 1ers mois post greffe

Préparation du pilulier

- Assurez-vous de comprendre le traitement, l'ordonnance et connaître les recommandations.
- N'hésitez pas à demander une ordonnance pour qu'une IDE à domicile puisse préparer votre pilulier





Consignes des trois 1ers mois post greffe

Attention aux infections !

En post greffe, les défenses immunitaires sont au plus bas

Il est donc très important de se protéger au maximum

Connaître les risques infectieux potentiels afin de mettre en place les gestes adaptés et comprendre pourquoi on le fait

Bactéries : Antibiotiques

Champignons : Traitement

Port du masque en forêt

Virus latents (Réactivation des virus de groupe Herpès) : Traitements

Virus respiratoires : Port du masque

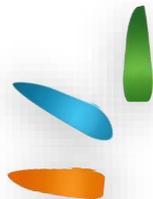
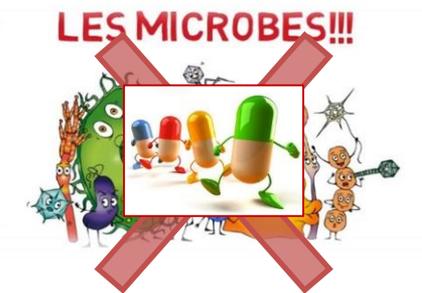
Hygiène des mains

Eviter la foule

Parasites : Consignes alimentaires

Laver fruits et légumes au vinaigre blanc

Traitements





Consignes des trois 1ers mois post greffe

Respecter les mesures d'hygiène (1/2)

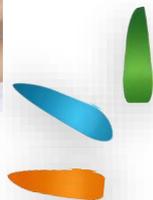
Prévenir les affections respiratoires

- 😊 Port du masque FFP2 obligatoire à l'extérieur et en milieu hospitalier
- Attention particulière aux zones en travaux et exploitations agricoles



Hygiène corporelle

- 🙌 Lavage des mains fréquent:
 - après les sorties
 - avant de préparer les repas
 - après contact avec animaux
- 🧼 Utilisation d'un savon doux et neutre (sans parfum) afin de limiter les irritations
- 💧 Hydratation corporelle régulière
- 👕 Privilégier les sous-vêtements en coton





Consignes des trois 1ers mois post greffe

Respecter les mesures d'hygiène (2/2)

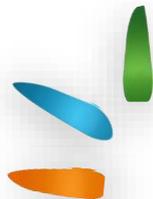
Soins dentaires et rasage

- Brossage des dents avec une brosse souple
- Rasage uniquement au rasoir électrique



Précautions spécifiques

- ⚠ Épilation interdite dans un premier temps (risque hémorragique et infectieux)





Consignes des trois 1ers mois post greffe

Précautions à l'intérieur

Entretien du linge

- Laver le linge avec une lessive neutre
- Séchage exclusivement en intérieur ou au sèche-linge
- Laver les draps et serviettes une fois par semaine



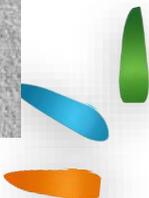
Entretien du domicile

- Aérer régulièrement les pièces
- Demander à un proche de laver les rideaux avant le retour à domicile
- Éviter de faire soi-même les tâches de ménage poussiéreuses (*laisser un proche s'en occuper ou demander une aide ménagère à domicile*)



Plantes & animaux

- Pas de plantes dans les pièces de vie (afin d'éviter l'eau stagnante)
- Animaux autorisés, mais interdits sur le canapé et dans la chambre
- ⚠ Ne pas nettoyer soi-même la litière

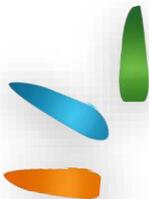




Consignes des trois 1ers mois post greffe

Précautions à l'extérieur

- ⊘ Éviter l'exposition au soleil
 - Se mettre à l'ombre
 - Appliquer une protection solaire indice 50 (à renouveler toutes les 2h)
 - Porter des vêtements adaptés (manches longues, chapeau à bords larges)
 - Eviter de sortir lorsque l'indice UV est important. Privilégier les sorties le matin de bonne heure ou en fin de journée
- 🌱 Jardinage interdit les trois 1ers mois

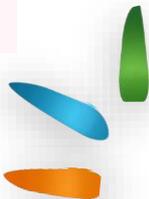




Consignes des trois 1ers mois post greffe

Activité physique adaptée

- Reprise progressive en fonction de la fatigue et de l'état général
- Être à l'écoute de son corps : ne pas forcer, adapter selon l'énergie du jour
- Éviter les lieux à risque d'infection (espaces clos et surpeuplés comme les salles de sport)
- Favoriser des activités encadrées par un kinésithérapeute ou un professionnel formé à l'Activité Physique Adaptée (APA)
- Privilégier des activités douces et sans impact violent
 - Marche douce
 - Etirements, Pilates, yoga
 - Renforcement musculaire léger
 - Vélo ou elliptique à faible intensité





Consignes des trois 1ers mois post greffe

S'autoriser à reprendre une vie sociale !

Proches vivant avec vous

- Contact physique autorisé: vous pouvez les embrasser, les prendre dans vos bras, manger avec eux et dormir avec votre conjoint.
- Si un proche du foyer est malade: appeler le service, isolement, port du masque



Amis, connaissances et collègues

- Visite des amis et entourage autorisée, en nombre limité si possible
- Limiter les embrassades, garder des distances de sécurité et mettre en place des gestes barrières
- Privilégier les sorties dans les lieux ouverts, en extérieur
- Visites interdites des personnes contagieuses
- Limiter la rencontre avec des enfants en bas âge





Suivi infirmier post-greffe

Suivi médical et reprise des vaccinations

Reprise des vaccinations

- Anti pneumococcique
- DTP
- Anti méningocoque
- Grippe (1x/an)
- Covid



Reprise d'un suivi pluridisciplinaire

- Ophtalmologue
- Dermatologue
- Dentiste
- Gynécologue
- Cardiologue





Suivi infirmier post-greffe

Allègement des mesures et reprise des activités

Diminution des immunosuppresseurs

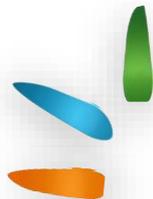
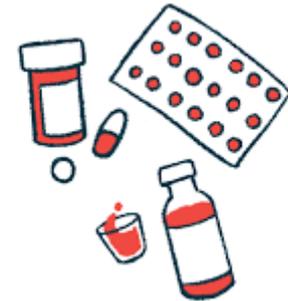
Diminution progressive sur environ 6 mois

Si absence de signe de GVH.

A l'arrêt des immunosuppresseurs:

Activité physique

- Reprise possible en salle
- Séances de kinésithérapie en cabinet
- Baignade autorisée (piscine, mer, plage) si pas de voie centrale externe (attention au soleil +++ et bien se rincer).



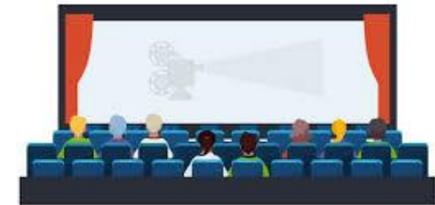


Suivi infirmier post-greffe

Allègement des mesures et reprise des activités

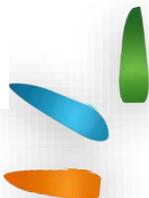
Sorties et vie sociale

- Promenades en extérieur sans masque autorisées (si peu de monde)
- Endroits clos autorisés
 - port du masque chirurgical fortement conseillé surtout en période hivernale
 - Eviter au maximum les heures d'affluence



Environnement et loisirs

- Possibilité de rentrer les plantes vertes dans la maison
- Jardinage autorisé (avec masque chirurgical et gants)
- Voyages possible (week-end, vacances) avec accord du médecin





Suivi infirmier post-greffe

Surveillance des signes de GvH - la peau (1/2)

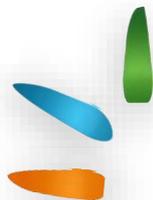
Vous venez désormais en consultation 1 fois par mois. On vous demande donc de vous surveiller d'avantages et d'alerter le service si nécessaire

Signes à surveiller

- Rougeurs, démangeaisons, sécheresse cutanée

Prendre Soins de sa peau

- Hydratation quotidienne avec des crèmes adaptées
- Protection solaire stricte à l'extérieur ou derrière les vitres
 - Crème indice 50 (toutes les 2h)
 - Port de vêtements couvrants (chapeau à larges bords, manches longues)
- Éviter les produits irritants





Suivi infirmier post-greffe

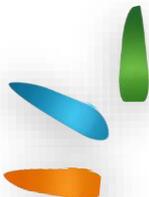
Surveillance des signes de GvH - la peau (2/2)

Précautions spécifiques

- ✓ **Épilation autorisée**
cire froide ou tiède, pince à épiler, épilateur électrique
- ✓ **Maquillage autorisé**
penser à renouveler régulièrement ses produits
jeter les anciens produits de beauté
- ✓ **Teinture des cheveux possible** uniquement
formules neutres ou végétales
- ⚡ **Piercings et tatouages interdits** pendant les 2
premières années



Toujours en fonction de votre état clinique en l'absence de signe de GVH





Suivi infirmier post-greffe

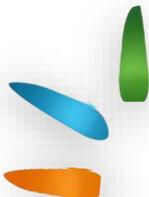
Surveillance des signes de GvH - la bouche

Signes à surveiller

- Sécheresse buccale
- Apparition de lésions dans la bouche

Soins et prévention

- Utiliser un dentifrice sans menthol pour éviter l'irritation
- Mâcher des chewing-gums pour stimuler la salivation
- Poursuivre les bains de bouche au bicarbonate si besoin
- Eviter les aliments trop acides, épicés ou irritants



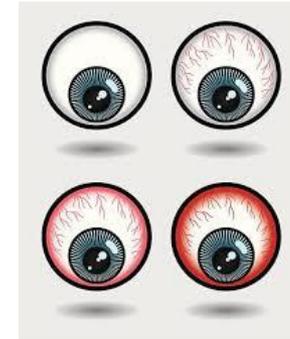


Suivi infirmier post-greffe

Surveillance des signes de GvH - les autres organes

Les yeux - Signes à surveiller

- Sécheresse avec sensation de grains de sable
- Irritations, démangeaisons, rougeurs
- Vision floue



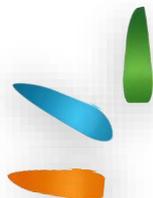
Système digestif - Conseils alimentaires

- ⚠ Éviter les aliments trop épicés ou irritants
- ✓ Privilégier la consommation d'aliments frais
- ⚠ Signaler si transit accéléré ou douleurs abdominales



Appareil génital - Points de vigilance

- ✓ Reprise des rapports autorisée sans protection
- ⚠ Signaler toute sécheresse génitale ou douleurs lors des rapports





Suivi infirmier post-greffe

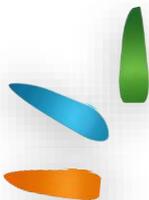
Reprise de l'activité professionnelle et scolaire

Retour à la vie active

- Reprise de l'activité professionnelle/scolaire possible 1 an après la greffe
- Reprise anticipée peut être envisagée en fonction de l'état général
- L'avis du médecin greffeur référent est nécessaire
- Reprise progressive le plus souvent à mi temps thérapeutique avec réévaluation à 3 mois
- Adaptation de l'environnement de travail si nécessaire



Nous conseillons de reprendre contact avec votre médecine du travail 1 à 2 mois avant la reprise



Conclusions

- ☉ Respecter les recommandations tout en gardant une qualité de vie
- ☉ Rester vigilant sur les signes de GVH
- ☉ Contacter l'équipe médicale et paramédicale en cas de doute
- ☉ Objectif : Une récupération sereine et progressive