WAS WIR UNS VOR DER CHEMOTHERAPIE BESORGEN SOLLTEN

ESSEN

Vorräte für **5-7 Tage** einkaufen!

Büchensuppen, **nicht** zu stark gewürzt z.B. Hühnersuppe, Spargelcremesuppe, Tomatencremesuppe

Feine Haferflocken

Gemüsebrühe

Kartoffeln

Reis

1 Flasche Bio Sonnenblumenöl zum Mundausspülen

Milde Bonbons gegen schlechten Geschmack im Mund

Ansonsten alles, was Ihnen persönlich gut schmeckt, **keine scharfen Sachen!**

PFLEGEMITTEL

Hautpflegecreme

Wund- und Heilsalbe z. B. Panthenol (von verschiedenen Firmen preiswert erhältlich)

Panthenol Nasensalbe

2 weiche Zahnbürsten

Milde Zahnpasta **ohne** starke ätherische Öle

Eventuell Calendula Mundspüllösung falls Sie von der onkologischen Ambulanz kein Mundspülmittel erhalten haben sollten

WAS WIR VORBEREITEN SOLLTEN

Wäsche waschen

Das Bett machen, einen kleinen Tisch daneben bereitstellen, darauflegen:

Alle verordneten Tabletten/ Medikamente vor allem:

Medikamente gegen Übelkeit und

Alle Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen

1 Flasche Wasser oder eine Thermoskanne für heißes Wasser

1 Glas/ Tasse

Handy oder Telefon

Alle wichtigen Telefonnummern von:

Freunden

Nachbarn

Hausarzt

Onkologischer Ambulanz

Hausärztlichem Notdienst: z. Zt. bundesweit in Deutschland: 116117

IM HAUSHALT VORRÄTIG SOLLTEN SEIN

Thermoskanne

Wärmflasche

Decke

Trinkwecker (oder Handywecker)

Mehrere Schlafanzüge zum Wechseln

Bademantel

Warme Socken

VOR DER CHEMO BESCHEIDSAGEN

Freunden

Nachbarn

Hausarzt

Fragen Sie gezielt nach Hilfe im Haushalt, es findet sich bestimmt jemand, dem das Freude macht!

HOLEN SIE SICH ALLE HILFE DIE SIE BENÖTIGEN

DIES SIND TAGE DIE WIR NICHT ALLEINE DURCHSTEHEN SOLLEN UND MÜSSEN

HABEN SIE KEINE HEMMUNGEN, ANDERE MENSCHEN ANZUSPRECHEN

NACH MEINER ERFAHRUNG HELFEN ALLE NUR ZU GERNE

UNSERE FREUNDE SIND FROH, BEI UNSERER GENESUNG MITHELFFEN ZU KÖNNEN

ICH WÜNSCHE IHNEN ALLES ERDENKLICHE GUTE

IHRE ARIANE SMIT

Videos zum Thema Krebserkrankungen unter: www.ariane-smit.de