

Hvað fæ ég frá Krafti?

- **3 kæliheittur**
- **Vernd fyrir enni og eyru**
- **Hitamæli** til að fylgjast með hitastigi hettanna.
- **Hanska** til að meðhöndla þurrísinn
- **2 taupoka** til þess að fylla með þurrís

Hvað þarf ég að útvega?

- **20 kíló af þurrís:** Ísblik (s: 537-3331) selur þurrís á kostnaðarverði til þeirra sem eru í krabbameinsmeðferð. Nauðsynlegt er að láta vita af því við komu.
- **Aðstandanda** ♥

Undirbúningur:

- Undirbúningur hefst **1 – 2 klst fyrir meðferð**
- Settu þurrísinn í botn frauðkassanna og í taupokana
- Settu taupoka með þurrís ofan í hetturnar
- Leggðu þær á hvolf ofan í kæliboxið (passa að ekki myndist bungur eða horn)

Hitastig: Mikilvægt er að mæla hitastig allra svæða hettunnar áður en hún er sett á og passa að ekkert svæði sé of kalt.

Kjörhitastig: -32°

Of kalt: -35°

Notkun á meðferðardegi:

- Hafðu allar 3 kæliheitturnar tilbúnar til notkunar þegar þú mætir í spítalann
- Settu fyrstu hettuna á þig áður en meðferð hefst og hafðu hettu á þér í um klst eftir að meðferð lýkur.
- Markmiðið er að hettan sitji mjög þétt svo kælingin nýtist sem best.
- Skipta þarf um hettur á 30 mínútna fresti
- Eftir notkun á hverri hettu er hún sett aftur í kælingu
- Fljótlega skaltu byrja að hitamæla næstu hettu svo hún sé tilbúin til notkunar

Aðstandendur: Það er mikilvægt að taka aðstandanda með sér í meðferðina því þetta er bæði pláss- og tímafrekt verkefni. Til að lágmarka rask á deildinni viljum við biðla til ykkar að dreyfa ekki of mikið úr ykkur og það gæti verið að aðstandandi þurfi að bíða frammi á milli skiptinga.

Skil á búnaði: Við biðjum þig að skila öllum búnaði til okkar í sama ástandi og þú tókst við honum og þrífa hann ef þarf.

Skila þarf öllum búnaði: kæliheittum, eyrnaböndum, hitamæli, hönskum og taupokum.

What do I receive from Kraftur?

- **3 cooling caps**
- **Forehead and ear protection**
- **A thermometer** to monitor the temperature of the caps
- **Gloves** for handling the dry ice
- **2 fabric bags** to fill with dry ice

What do I need to provide?

- **20 kg of dry ice:** Ísblik (tel. 537-3331) sells dry ice at cost price to people undergoing cancer treatment. It is important to let them know when you arrive that the dry ice is for cancer treatment.
- **A family member** or support person to help manage the process

Preparation

- Preparation begins 1–2 hours before treatment.
- Place the dry ice in the bottom of the foam boxes and in the fabric bags.
- Place the fabric bags containing dry ice inside the caps.
- Place the caps upside down in the cooling box. Make sure that no bumps or corners form in the caps.

Temperature: It is important to measure the temperature of all areas of the cap before putting it on and to make sure that no area is too cold.

Optimal temperature: -32°C **Too cold:** -35°C

Use on the day of treatment

- Have all 3 cooling caps ready for use when you arrive at the hospital.
- Put the first cap on before treatment begins and continue wearing a cap for approximately 1 hour after treatment ends.
- The goal is for the cap to fit very tightly so the cooling is as effective as possible.
- The caps need to be changed every 30 minutes.
- After using each cap, place it back in the cooling box to cool down again.
- Shortly after changing caps, start measuring the temperature of the next cap so that it is ready for use.

Consideration for others: It is important to bring a family member or support person to your treatment to help manage the process, as it requires both considerable space and time. To minimize disruption on the ward, we ask that you keep your belongings as contained as possible. Your support person may need to wait outside the treatment area between cap changes.

Returning the equipment: Please return all equipment to us in the same condition in which you received it, and clean it if necessary.

All equipment must be returned: cooling caps, ear bands, thermometer, gloves and fabric bags.