

## RECOMENDACIONES PARA MEJORAR LA TOLERANCIA DEL TRATAMIENTO DE LA HEPATITIS C CRÓNICA

- **Alterne cada semana las zonas de inyección** del peginterferón alfa (Pegasys® o PegINTRON®), para evitar irritación y otros efectos secundarios locales. En el caso de dolor o molestias en el lugar de inyección, se puede aplicar frío local.
- Póngase la **inyección** por la tarde-noche, **antes de acostarse**, la víspera del día que vaya a descansar.
- Para minimizar la reacción de tipo gripal tras la administración del peginterferón alfa (Pegasys® o PegINTRON®), puede tomar 500-1.000 mg de **paracetamol**, media hora antes de ponerse la inyección y, si precisa, también puede tomar 500 mg cada 6-8 horas (máximo 2.000 mg al día) después de la administración.
- **Beba abundantes líquidos** (agua, zumos, caldos), a ser posible de **2 a 4 litros al día**.
- **Cuide e hidrátese la piel**, utilice jabones no agresivos (pH neutro) y **cremas emolientes** corporales o aceites (por ejemplo de almendras) después de la ducha. Un adecuado cuidado de la piel requiere al menos 15 minutos cada día, este hábito diario puede prevenir o minimizar la piel seca y las erupciones asociadas. Utilice **ropa holgada y de tejidos naturales**. Cepílese los dientes, al menos dos veces al día, con un **cepillo suave**. Evite tratamientos agresivos (tintes, permanentes, cepillado energético) en el cabello. **Evite** exposiciones intensas al **sol** o a rayos ultravioletas, o utilice filtros solares de máxima protección.
- **Evite los picantes, las especias y las comidas grasas**. Si pierde el apetito y/o el peso, tome alimentos atractivos y ligeros, y aumente el nº de comidas a 5-6 al día. Si presenta malestar en estómago o náuseas, chupar caramelos sin azúcar o masticar chicles sin azúcar puede aliviarlo.
- **Evite** el consumo de alcohol.

**PROGRAMA DE ATENCIÓN  
FARMACÉUTICA AL PACIENTE**  
Servicio de Farmacia  
Tlo:



## RECOMENDACIONES PARA MEJORAR LA TOLERANCIA DEL TRATAMIENTO DE LA HEPATITIS C CRÓNICA

- **Alterne cada semana las zonas de inyección** del peginterferón alfa (Pegasys® o PegINTRON®), para evitar irritación y otros efectos secundarios locales. En el caso de dolor o molestias en el lugar de inyección, se puede aplicar frío local.
- Póngase la **inyección** por la tarde-noche, **antes de acostarse**, la víspera del día que vaya a descansar.
- Para minimizar la reacción de tipo gripal tras la administración del peginterferón alfa (Pegasys® o PegINTRON®), puede tomar 500-1.000 mg de **paracetamol**, media hora antes de ponerse la inyección y, si precisa, también puede tomar 500 mg cada 6-8 horas (máximo 2.000 mg al día) después de la administración.
- **Beba abundantes líquidos** (agua, zumos, caldos), a ser posible de **2 a 4 litros al día**.
- **Cuide e hidrátese la piel**, utilice jabones no agresivos (pH neutro) y **cremas emolientes** corporales o aceites (por ejemplo de almendras) después de la ducha. Un adecuado cuidado de la piel requiere al menos 15 minutos cada día, este hábito diario puede prevenir o minimizar la piel seca y las erupciones asociadas. Utilice **ropa holgada y de tejidos naturales**. Cepílese los dientes, al menos dos veces al día, con un **cepillo suave**. Evite tratamientos agresivos (tintes, permanentes, cepillado energético) en el cabello. **Evite** exposiciones intensas al **sol** o a rayos ultravioletas, o utilice filtros solares de máxima protección.
- **Evite los picantes, las especias y las comidas grasas**. Si pierde el apetito y/o el peso, tome alimentos atractivos y ligeros, y aumente el nº de comidas a 5-6 al día. Si presenta malestar en estómago o náuseas, chupar caramelos sin azúcar o masticar chicles sin azúcar puede aliviarlo.
- **Evite** el consumo de alcohol.

**PROGRAMA DE ATENCIÓN  
FARMACÉUTICA AL PACIENTE**  
Servicio de Farmacia  
Tlo:

