

SZÍV- TRANSZPLANTÁCIÓ

A-tól Z-ig



Kedves Páciensünk!

Ez a betegtájékoztató kiadvány a szívtranszplantációra váró, illetve a már új szívvel élőknek és családtagjaiknak nyújt hasznos tudnivalókat.

Szívbetegségének gyógyítása a szervátültetés, a transzplantáció révén az új élet esélyét jelenti, ennek az útnak az állomásain vezetjük végig. A sikeres műtét a gyógyulás első lépcsőfoka, hiszen a következő időszakban Önnek is meghatározó szerepe lesz abban, hogyan vigyáz az új szívére.

A szervátültetés élethosszig tartó orvos-beteg kapcsolatot jelent: mielőbbi gyógyulása érdekében és az új szíve védelmében követnie kell a gyógyszerekre, a vizsgálatokra és az életmódra vonatkozó előírásokat és javaslatokat. Az új szerv elvesztésének egyik leggyakoribb oka, hogy a beteg nem tartja be a helyes életmód szabályait; fontos, hogy bármilyen kérdéssel forduljon bizalommal az Önt kezelő orvosokhoz.

Beszélgessen betegtársaival, ismerje meg a szervátültetett betegek egyesületeit! Családja és barátai mellett ők is segítenek abban, hogy türelemmel várja a szívriadót, tanácsokat adnak, hogyan várja a műtét időpontját felkészülten, és mitől lesz könnyebb az azt követő felépülés.

Mielőbbi gyógyulást és hosszú, boldog életet kívánunk.

Ez a kiadvány a szívtranszplantációra váró, illetve az azon átesett felnőtt betegek tájékoztatására szolgál.

Az ismertetőben az információk csupán tájékoztató jellegűek, és semmiképpen sem hivatottak helyettesíteni az orvos vagy bármilyen más egészségügyi szakember által adott utasításokat, információkat, tanácsokat. Bővebb információért forduljon kezelőorvosához!

TARTALOM

MIKOR VAN SZÜKSÉG SZÍVÁTÜLTETÉSRE?	4
Kezelési lehetőségek	5
ALKALMAS VAGYOK-E A SZÍVÁTÜLTETÉSRE?	6
VÁRÓLISTA	7
A DONORSZERV	8
AZ EUROTRANSPLANT	9
HOGYAN KÉSZÜLJEK FEL A MŰTÉTRE?	10
Transzplantációs riadó	11
A telefonhívás után	12
A KÓRHÁZBAN	12
Műteti előkészítés	12
A műtét menete	13
A műtét után	13
MIT KELL TENNEM A TRANSZPLANTÁCIÓ UTÁN?	14
MIRE FIGYELJEK, MIUTÁN HAZATÉRTEM A KÓRHÁZBÓL?	14
Fertőzések	14
Kövesse az orvosi utasításokat	15
Újra otthon: fontos a higiénia!	15
SZEMÉLYES HIGIÉNYIA	16
ÉTREND ÉS TÁPLÁLKOZÁS	18
TESTMOZGÁS	19
ÉLETMÓDTANÁCSOK	20
Dohányzás	21
Gépjárművezetés	21
Háziállatok	21
Napozás	21
Szexuális aktivitás, gyermekvállalás	22
Pihenés, utazás belföldön és külföldön	22
Pszichés támogatás	22
Védőoltások	23
A HOSSZÚ TÁVÚ GONDOZÁS ÉS A SZŰRŐVIZSGÁLATOK	24
AZ IMMUNSZUPPRESSZÍV KEZELÉS	24
Szervkilöködés	24
Mikor van szükség szívbiopsziára?	25
10 általános szabály a gyógyszereszedéssel kapcsolatban	26
Miért fontosak a kontrollvizsgálatok?	26
Miért fontos a gyógyszer szint-monitorozás?	27
Általános mellékhatások	28
VIGYÁZZON MAGÁRA!	29
Hogyan vigyázzak magamra és az új szívemre?	29
HASZNOS SZERVEZETEK	30
Transzplantációs központok	30
Betegszervezetek	30
Felhasznált irodalom	31

MIKOR VAN SZÜKSÉG SZÍVÁTÜLTETÉSRE?

Szívtranszplantáció akkor szükséges, amikor a szív teljesítőképessége olyan mértékben csökken, hogy a keringést már csak nyugalmi állapotban, illetve minimális terhelés mellett képes fenntartani. **Ha a végstádiumú szívelégtelenség kezelésében már az összes gyógyszeres és eszközös lehetőség kimerült, indokoltá válik a szívatültetés.**

A végstádiumú szívelégtelenséghez vezető leggyakoribb okok:

- heveny szívinfarktus;
- súlyos szívizomgyulladás;
- koszorúér-betegség talaján kialakult szívelégtelenség;
- tágulásos szívizom-degeneráció.

Napjainkban már több ezer sikeres szívatültetést végeznek világszerte minden évben. Magyarországon is sok száz szívtranszplantáció történt 1992, az első sikeres operáció óta.

KEZELÉSI LEHETŐSÉGEK

A transzplantáció nem minden esetben jöhet szóba. Amennyiben a szívelégtelenség gyógyszeres kezeléssel sem stabilizálható, ám a beteg – akár csak **átmenetileg** – nem alkalmas a szívatültetésre, **mechanikus keringéstámogató eszköz (műszív) beültetésére lehet szükség.**

Szívatültetésre az alábbi feltételek fennállása esetén kerülhet sor:

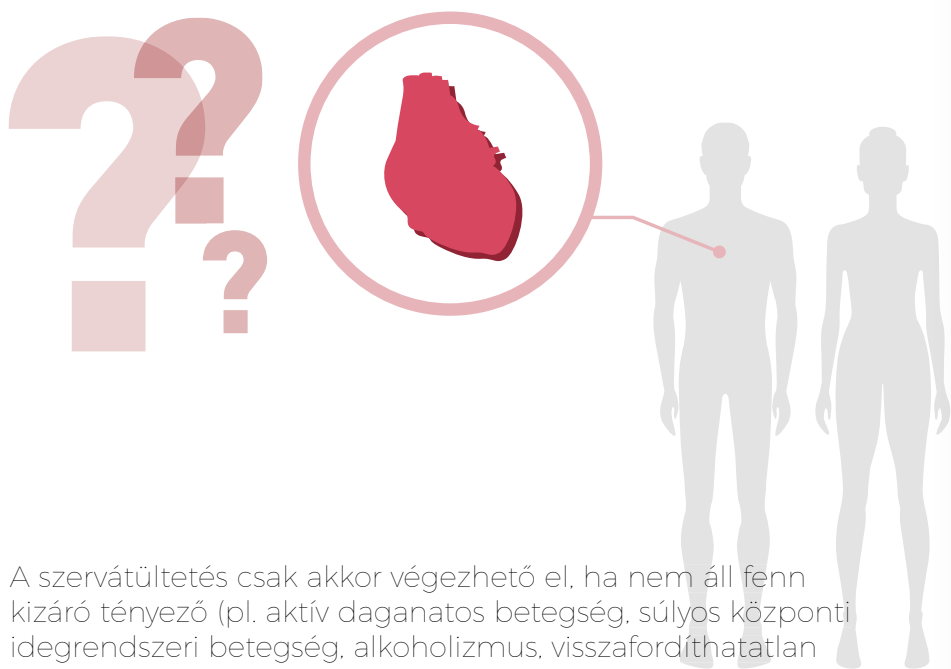
- olyan súlyos szívelégtelenség, amikor a szív már nem tudja ellátni feladatát
- a korábbi kezelések, terápiás módszerek nem hoztak javulást
- szívtranszplantáció hiányában a beteg néhány éven belül meghalna
- a páciens megfelelő fizikai és mentális kondícióban van a megterhelő műtéthez
- a környezetanulmány alapján szociális körülményei megfelelnek az előírásoknak, és a beteg együttműködő

A műtét sikere sok tényezőtől függ, érdemes megszívlelni néhány gondolatot:

- **A szívtranszplantáció nem ér véget a műtétben: új életmódot jelent,** a műtét után is kezelések és vizsgálatok várnak Önre.
- Szoros együttműködés, **partneri kapcsolat szükséges a kezelőorvosokkal,** az egészségügyi szakemberekkel, hogy új szíve sokáig egészségesen működjön.
- Kiemelten fontos az Ön **hozzáállása és elszántsága,** valamint a család és a barátok támogatása.



ALKALMAS VAGYOK-E A SZÍVÁTÜLTETÉSRE?



A szervátültetés csak akkor végezhető el, ha nem áll fenn kizáró tényező (pl. aktív daganatos betegség, súlyos központi idegrendszeri betegség, alkoholizmus, visszafordíthatatlan májelégtelenség), és ha a beteg állapota alkalmas a jelentős megterheléssel járó műtetre, illetve az utókezelésre.

Hogy felkerülhessen a transzplantációs várólistára, számos vizsgálaton kell átesnie, többek között a következőkön: vér- és vizeletvizsgálat, mellkasröntgen, szív- és tüdőfunkcióvizsgálat, szükség esetén CT-* vagy MR-*, ultrahang- és EKG-, valamint az esetleges rejtett fertőző gócot vagy rosszindulatú daganatos betegséget kizáró szűrővizsgálatok.

VÁRÓLISTA

Miután valamennyi vizsgálat elkészült, a Szívtranszplantációs Bizottság a beteggel egy személyes találkozót követően bírálja el, hogy javasolt-e a szívátültetés. **A várólistára csak a transzplantációra minden szempontból alkalmas betegek kerülhetnek fel, akiknek továbbra is rendszeres vizsgálatokon kell részt venniük.**

Az Országos Vérellátó Szolgálat (OVSZ) a központi várólistán teszi közzé a beteg egyedi azonosítóját, és aktualizálja a beteg állapotában bekövetkezett változásokat. A Szívtranszplantációs Bizottság folyamatosan tájékoztatja a beteget, kezelőorvosát, valamint az OVSZ-t a várólistára történő felvételről, a törlésről és minden egyéb, a beteget érintő döntésről. **A transzplantációs várólistáról az Országos Vérellátó Szolgálat (www.ovsz.hu) honlapján talál naprakész információkat.**

A várakozás időtartama nagyon eltérő: néhány naptól több évig terjedhet attól függően, hogy rendelkezésre áll-e a megfelelő (beültethető) szív. Kiszámíthatatlan, hogy mikor lesz a műtét, ezért **a várakozási idő alatt állandóan elérhetőnek kell lennie, hogy a transzplantációt végző központ azonnal kapcsolatba tudjon lépni Önnel**, amint rendelkezésére áll a vércsoportban és méretben megfelelő szív.

A várakozás lelkileg is megterhelő időszaka alatt **az orvosok folyamatosan nyomon követik a szív állapotát, hogy továbbra is kizárják az életkilátásokat rontó társbetegségeket**, például a daganatos betegséget, illetve az esetleges tünetmentes fertőző gócot. A jobb egészségi állapotban lévő betegek otthonukban töltik a várakozási időt; ha a beteg állapota miatt erre már nincs lehetőség, akkor a kórházban, akár az intenzív osztályon kell megvárni a donorszívet. A rosszabb állapotban lévő betegeket általában a várólista elejére sorolják.

HA A BETEG VALAMILYEN OKBÓL, PÉLDÁUL EGY FERTŐZÉS MIATT AKTUÁLISAN NINCS TRANSZPLANTÁLHATÓ ÁLLAPOTBAN, A VÁRÓLISTÁN EZT „NT”-VEL JELÖLIK. EZ NEM RONTJA A SZERVHEZ JUTÁS ESÉLYEIT, GYÓGYULÁSA UTÁN A BETEG VISSZAKERÜL A TRANSZPLANTÁLHATÓ STÁTUSZBA.



A DONORSZERV

Az átültetett szív agyhalott donorból származik. Az agyhalott donorok esetében az agy működése valamely hirtelen ok (általában baleset vagy agyi történés, sztrók) miatt véglegesen megszűnt, és habár a szív még képes önállóan dobogni, a beteg már nem tud önállóan lélegezni. A mesterséges lélegeztetéssel rövid ideig a vérkeringés még fenntartható, és ez a többi szerv működését is biztosítja. Magyarországon az agyhalál beálltának megállapítása után akkor történhet szervkivétel, ha az elhunyt – még életében – nem tett ez ellen tiltakozó nyilatkozatot.

AZ EUROTRANSPLANT

Az Eurotransplant Alapítvány nyolc ország transzplantációs központjait, laboratóriumait és donorkórházait tömörítő szervezet, amelynek Magyarország is tagja. Az együttműködés előnye az egyetlen donorjelenlítő rendszer és a központilag kezelt várólista, amely lehetőséget ad arra, hogy minden donorszervhez megfelelő recipienst találjanak. **A Magyar Nemzeti Szívtranszplantációs Várólistára felkerült betegek számára az Eurotransplant-országok mintegy 130 millió lakosa közül van elvi lehetőség donorszívet találni.**

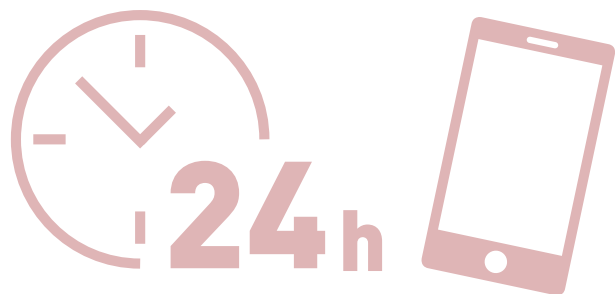
A **donorszervek elosztása** a várólistán szereplő páciensek között elsősorban az orvosi szempontok figyelembevételével történik, amelynek során a következő alapelvek érvényesülnek:

- **A SÜRGŐSSÉG MÉRTÉKE**
- **MÍÓTA VÁR SZERVRE A BETEG**

Az Országos Vérellátó Szolgálat működteti a **Szervkoordinációs Irodát**, amely a magyarországi szervkivételi irodák és az Eurotransplantból érkező szervfelajánlások központi szervezését végzi. Hogy ezt hatékonyan tudja biztosítani, az iroda koordinátori hálózatot működtet. Az országos koordinátorok fogadják a hazai egészségügyi intézményekből érkező donorjelentéseket, továbbá az Eurotransplant szervfelajánlásait. A donorjelentő kórházakban megbízott kórházi koordinátorok dolgoznak. A koordinátorok a transzplantációs központok munkatársaival szoros együttműködésben azért dolgoznak, hogy a szervátültetésre szoruló betegek közül mind többen kerüljenek transzplantációra.

Amint elérhetővé válik egy donorszerv, amely esetleg az Ön számára megfelelő lehet, a transzplantációt végző centrum munkatársa telefonon felveszi a kapcsolatot Önnel.

HOGYAN KÉSZÜLJEK FEL A MŰTÉTRE?



KÉSZEN ÁLL A SZÍVÁTÜLTETÉSRE?

Tartsa bekapcsolva mobiltelefonját a nap 24 órájában!
Készítse össze táskáját a kórházba vonulásra!
Tartsa egy helyen minden orvosi dokumentációját!

LEGYEN MINDIG ELÉRHETŐ!

Miután felkerült a transzplantációs várólistára, állandóan elérhetőnek kell lennie, hogy a transzplantációt végző központ azonnal kapcsolatba tudjon lépni Önnel, amint rendelkezésükre áll a donorszív. Kérjük, adja meg azokat a telefonszámokat, amelyeken elérhető, és tájékoztassa a központot hollétéről még akkor is, ha csak egy napra megy el. Adja meg valamelyik családtagja elérhetőségét is. Mobiltelefonját mindig tartsa bekapcsolva. Ha megváltozik a telefonszáma, jelezze.

Transzplantációs **riadó**

TIPP

Ha külföldre utazik, fontos, hogy ezt előre jelezze. Ha ez alatt az idő alatt lenne riadója, akkor automatikusan a listán következőt hívják majd be, ezért ebben az időszakban csak nagyon indokolt esetben javasolt a távolabbi utazás.

KÉSZÜLJÖN FEL A KÓRHÁZBA VONULÁSRA!

Készítse össze előre a „riadótáskáját”, hogy ne veszítsen időt a csomagolással, ha indulnia kell a kórházba:

- új pizsama, papucs, köntös
- elegendő fehérnemű
- fogkefe, egyszer használatos borotva, kozmetikumok
- olvasnivaló
- orvosi dokumentációja, leletei, zárójelentései

A műtét után átmenetileg az intenzív osztályra viszik, ahová semmilyen személyes tárgyat nem lehet bevinni, de miután onnan kikerül, a felsorolt dolgokra szüksége lesz.



A TELEFONHÍVÁS UTÁN

Amint elérhetővé válik a megfelelő donorszerv, a transzplantációs koordinátor azonnal felhívja Önt. **Erre a nap 24 órájában bármikor sor kerülhet, akár éjszaka is!** Miután értesült a hírről, ne egyen és ne igyon semmit, még azért sem, hogy az izgalmát csökkentse. Kérje meg valamelyik családtagját, hogy vigye be a kórházba, vagy várakozzon a koordinátorral megbeszélthelyen a mentő megérkezéséig.

MI A TEENDŐ, HA ÉPPEBETEG?

Előfordulhat, hogy amikor lehetőség lenne a szervátültetésre, Ön éppen lázas, nagyon náthás vagy valamilyen heveny betegségben szenved. Kérjük, ezt már a telefonban közölje az orvosokkal, hiszen előfordulhat, hogy a műtétet el kell halasztani. Az értékes donorszervet így késedelem nélkül átadhatják egy másik betegnek, Ön pedig továbbra is megtartja a helyét a várólistán.

AZ ÉRTESETÉS UTÁN:

- ✗ ne egyen és ne igyon semmit
- ✗ ne dohányozzon
- ✓ induljon a kórházba, vagy várakozzon a megbeszélthelyen
- ✓ a lehetőségekhez képest őrizze meg nyugalmát
- ✓ jól jön a segítség: ha lehet, kísérelje be valamelyik családtagja

TIPP

Friss szakorvosi leleteit tartsa időrendbe rendezve, összegyűjtve egy mappában, hogy riadókor, azaz a transzplantációs műtétről értesítő telefonhíváskor kéznél legyenek.

A KÓRHÁZBAN

MŰTÉTI ELŐKÉSZÍTÉS

Amint a klinika értesítést kap egy elérhető donorszívről, két orvoscsapat kezdi meg a műtét előkészítését. A csapat egyik fele a szervdonáció helyére utazik – akár több száz kilométerre –, hogy kiemelje a donorszívet, és megvizsgálja, hogy az alkalmas-e a beültetésre. Amennyiben igen, a kiemelését követően 4 óra áll rendelkezésre a műtétre, ezért sokszor szállítják a szívet helikopterrel.

A csapat másik fele eközben elkezd a szívtranszplantációra váró beteg előkészítését az operációra. Miután megérkezett a kórházba, a műtét előtt el kell végezni néhány rutinvizsgálatot. A fizikális

vizsgálaton kívül vért vesznek, röntgenfelvételt és EKG-t készítenek. **Előfordulhat, hogy a vizsgálatok eredménye alapján aktuálisan nincs alkalmas állapotban a műtétre. Az is előfordulhat, hogy az orvoscsapat úgy ítéli meg, az adott donorszív nem alkalmas a transzplantációra.** Mivel a beavatkozás legfontosabb szempontja, hogy a beteg a legbiztonságosabb kezelésben részesüljön, ezért a fenti esetekben nem végzik el a szívatültetést. Ebben a fázisban lelkileg nagyon megterhelő lehet, hogy a műtétre mégsem került sor, de a transzplantációt csak akkor lehet elvégezni, ha a szerv és a beteg is minden szempontból alkalmas arra.

A MŰTÉT MENETE

A műtéti előkészítés során vénás és artériás kanülöket vezetnek a könyök és a nyak vénáiba, illetve a csukló artériájába, az altatás alatt a beteget a légcsőbe vezetett csövön keresztül lélegeztetik. A szívsebészcsapat az új szívet a régi helyére ülteti be. Az új szív elindulásáig szív-tüdő motor biztosítja a beteg keringését. A műtét végén eltávolítják a kanülöket, a mellkasi szívódréneket pedig az intenzív osztályon veszik ki. A teljes műtéti idő minden esetben eltérő.

A szívatültetés kockázatokkal járó műtét, erről a beavatkozás előtt részletes szóbeli és írásbeli tájékoztatást kap. A beavatkozás szövődeményeként felléphet vérzés, fertőzés, vérrögképződés, szívroham vagy sztrók is.

A MŰTÉT UTÁN

A műtétet követően az **intenzív osztályra** kerül körülbelül egy hétre, ez attól függ, hogy mennyi ideig van szükség az intenzív ellátásra. Az első 24–48 órában lélegeztetőgéppel lélegzik. A rá következő napokban fokozatosan leállítják a szív- és keringéstámogató gyógyszereket. Naponta végeznek szívultrahang- és mellkasröntgen-vizsgálatokat, illetve hetente szívizombiopsziát. Beállítják az első időszakban alkalmazandó gyógyszereit, és elkezdődik a gyógytorna is. Az intenzív osztályos ellátás után **további 2-3 héten át szükséges a kardiológiai gondozás.** A kórházban töltött idő egyénenként nagyon változó, hiszen függ a transzplantációt megelőző állapotától is. Általánosságban akkor hagyhatja el a kórházat, ha már képes az önellátásra.



MIT KELL TENNEM A TRANSZPLANTÁCIÓ UTÁN?

A szívtültetés utáni felépülés hosszú folyamat. Akkor sikeres, ha Ön is mindent megtesz a gyógyulása érdekében: részt vesz a rendszeres orvosi vizsgálatokon, pontosan szedi a kapott gyógyszereket, betartja az életmódszabályokat és együttműködik kezelőorvosával. A transzplantáció után hozzá kell majd szoknia új életmódjához, ami a betegtől és családjától is türelmet és kitartást igényel. Az alábbi tanácsok abban segítenek, hogy hosszú, teljes életet élhessen az új szervevel.

FONTOS

Figyeljen a fertőzésekre, illetve a szervkilökődés jeleire! Ezeket jelezheti hőemelkedés, láz, hidegrázás vagy fájdalom. Ha a testhőmérséklete egy alkalommal 38 °C-nál magasabb, vagy egy teljes napon át 37,5 °C fölötti, azonnal kapcsolatba kell lépnie a kezelőorvossal vagy a transzplantációs koordinátorral. Az orvos beleegyezése nélkül semmilyen gyógyszert nem szabad bevennie.

MIRE FIGYELJEK, MIUTÁN HAZATÉRTEM A KÓRHÁZBÓL?



FERTŐZÉSEK

Minden szervátültetéskor számolnunk kell a donorszerv kilökődésének kockázatával. Az ezt megakadályozó kilökődésgátló gyógyszerek azonban gyengítik az immunrendszert, a transzplantáción átesettek sebezhetőbbé válnak a fertőzésekre, ezért fokozottan kell figyelniük magukra.

- ▶ **Azonnal értesítse kezelőorvosát minden olyan tünetről, amelyik fertőzés jele lehet**, mint például: hőemelkedés, láz, torokfájás, sűrű orrfolyás, nehézlégzés, vizelettel összefüggő panaszok, hányás, hasmenés stb. Fontos, hogy a lehető leggyorsabban a megfelelő kezelésben részesüljön.

- ▶ **A műtétet követő első 3 hónapban – az otthona kivételével – mindenhol viseljen cérnakesztyűt és maszkot.** Ezekre később is szüksége lesz, amikor olyan helyre megy, ahol fokozott a fertőzésveszély.
- ▶ **Lehetőség szerint kerülje a különösen fertőzésveszélyes helyeket:** a tömegközlekedést, a bevásárlóközpontokat, az orvosi rendelőket, a kórházakat, az iskolát, óvodát, a nagy porral járó építkezéseket. Védekezzen a megfázás ellen, influenzaszезон idején mindenképpen kerülje a zsúfolt helyeket. Viseljen gumikesztyűt, ha kertészkedik.
- ▶ **Ha a családjában valaki megbetegszik,** kerülje a vele való érintkezést. Ilyen esetekben a higiénéjére fokozottan kell ügyelni.



KÖVESSE AZ ORVOSI UTASÍTÁSOKAT

A kezdeti időszakban mérje mindennap a vérnyomását és a pulzusát. Vezessen naprakész feljegyzéseket az adatokról, továbbá testsúlyának változásáról, a gyógyszerdózisok módosításáról, a fertőzésekről és azok kezeléséről, az esetleges új tünetekről, mellékhatásokról. Ezeket a feljegyzéseket az orvosi papírokkal együtt vigye magával a kontrollvizsgálatokra is. Értesítse kezelőorvosát, ha vérnyomása vagy pulzusa eltér a normál értékektől.



ÚJRA OTTHON: FONTOS A HIGIÉNY

A transzplantációt követő első 3 hónapban otthonát kivéve mindenhol viseljen maszkot és cérnakesztyűt, a későbbiekben elegendő a fent említett fokozottan fertőzésveszélyes helyeken és szituációkban alkalmaznia. A család feladata, hogy az Ön hazaérkezése előtt otthonukban alapos takarítást végezzen. A járófelületeket és a bútort minden helyiségben fertőtlenítőszerrel kell megtisztítani. **Mivel a fertőzések komoly kockázatot jelentenek, célszerű az Ön szobáját is felkészíteni hazaérkezésére.**

- ✓ Padlószőnyeg helyett célszerűbb a parketta, **fontos a rendszeres porszívózás.**
- ✓ Független helyett inkább relaxát használjon, **a meglévő függönyöket havonta kétszer kell mosni.**
- ✓ **A szobát rendszeresen portalanítni kell,** ezért érdemes az apróbb dísz tárgyakat más szobában tárolni.
- ✓ Növényeket tarthat a szobában, de **a háziállatok ne járjanak be!**
- ✓ Ha a családnak közös a fürdőszobája és a WC-je, az ott lévő tárgyakat (vécéülőke, kád, csaptelep, kilincs) **minden használat után töröljék át fertőtlenítőkendővel.** Ön is törölje át ezeket minden alkalommal.

SZEMÉLYES HIGIÉNYIA

Annak érdekében, hogy immunrendszere az új szívet elfogadja, gyógyszeres immunszuppresszív (külökdésgátló) kezelést kap. Ez azonban gyengíti a szervezet természetes védekezési mechanizmusát, emiatt fogékonyabbá válik a fertőzésekre. Hogy csökkentse a megfertőződés veszélyét, Önnek és családjának is be kell tartania néhány rendkívül fontos higiéniai szabályt.



ÁLTALÁNOS HIGIÉNYIA

Fontos, hogy személyi higiénijára különösen nagy hangsúlyt fektessen. Minden tevékenység előtt és után mosson kezet, körömkefével alaposan tisztítsa meg a körmeit. Zuhanyozzon rendszeresen, használjon folyékony szappant a hagyományos helyett.



SZÁJHIGIÉNYIA-FOGÁSZATI ELLÁTÁS

Fogkefét – akárcsak a többi személyes fürdőszobai használati tárgyát – tárolja külön a családtagok dolgaitól. Puha fogkefét használjon, hogy ne sértse meg az ínyét. Mosson fogat közvetlenül étkezés után, használjon fertőtlenítő hatású szájöblítőt, szájvizet. Ha műfogsora van, tisztítsa meg alaposan minden étkezés után.

Félévenként vegyen részt fogászati vizsgálaton, hogy megelőzzék a fertőzéseket és a fogszuvasodást. A műtétet követő hat hónapon belül azonban csak abban az esetben menjen fogorvoshoz, ha súlyos fogászati problémája van. Minden nagyobb fogászati beavatkozás előtt 24 órával megelőző antibiotikumos kezelés szükséges.



BŐRÁPOLÁS

Egyes gyógyszerek pattanások (acne) kialakulását okozhatják az arcán és a testén. Mosakodjon enyhe antibakteriális hatású szappannal. Ne használjon gyógyszerrel kevert hipoallergén kozmetikai készítményeket az acne elfedésére, mert a smink akadályozza a pattanások gyógyulását. Ha bőre nagyon szárazzá válik, egy ideig ne mossa szappannal az adott területet, és használjon testápolót. Haját hajápoló samponnal és balzsammal óvja a kiszáradástól.

A gyógyszerek mellékhatásaként fokozott szőrnövekedés alakulhat ki az arcon és néha más helyeken is. Ez zavaró lehet, de semmi esetre se változtassa meg felírt gyógyszereit, vagy ne hagyja abba szedésüket. Többféle hatásos módszer is létezik a felesleges szőr eltávolítására (krémek, gyantázás stb.).



NŐI HIGIÉNYIA

A nők menstruáció alatt cserélik gyakran tisztasági betétjüket, tamponjukat, mert a vér ideális táptalaja a baktériumoknak. Ne használjon női intimhigiéniai készítményeket, mert azok károsítják a hüvely normális baktériumflóráját, ami fokozott fertőzésveszélyt jelent. A szappannal történő rendszeres mosakodás elegendő.

ÉTREND ÉS TÁPLÁLKOZÁS

A megfelelő táplálkozás nagyon fontos a gyógyulás szempontjából, az egészséges és kiegyensúlyozott étrend segíti felépülését. Egyes gyógyszerek mellékhatása lehet a megnövekedett étvágy és ezzel járó elhízás. A mértékletesség, a dietetikus által összeállított alacsony zsír- és cukortartalmú diéta segíthet kontroll alatt tartani testsúlyát és vércukorszintjét.



HOGY MINIMÁLISRA CSÖKKENTSE AZ ÉTELEKKEL KAPCSOLATOS FERTŐZÉSEK KIALAKULÁSÁT, FONTOS, HOGY ÜGYELJEN AZ ALÁBBI SZABÁLYOK BETARTÁSÁRA.

- ▶ **Friss ételeket fogyasszon**, ellenőrizze a szavatossági időt, lehetőleg ne egyen kiolvasztott, állott, fagyasztott ételeket.
- ▶ Csapvizet **kizárólag forralás után ihat**, fogyasszon inkább szénsavmentes ásványvizet.
- ▶ Fogyaszthat teát, kakaót, malátakávét, karamellát, de kávé csak az orvosával megbeszéltek szerint. Gyümölcsleveket is ihat, kivéve a grépfrútlét. **A grépfrút és egyéb citrusfélék fogyasztását kerülje**, mert a szedett gyógyszerek hatását csökkenthetik.
- ▶ **Kizárólag pasztőrözött tejet** és ebből készült italokat fogyaszthat (pl. kakaó). Előrecsomagolt sajtokat (lapka, kocka) ehet, ám penészes és lágysajtokat nem. A nyers túrót az első hónapokban kerülje, joghurtot fogyaszthat.
- ▶ Frissen sültöt vagy gyári csomagolású kenyeret egyen.
- ▶ **Húst frissen sűtve, főzve fogyaszthat, nyers formában kerülnie kell.** A műtét utáni első időszakban ne egyen felvágottakat, később a vákuumcsomagolású felvágottakat frissen fogyaszthatja. A tenger gyümölcseit nyersen, a füstölt készítményeket, a pácolt, nemes penésszel borított szalámit, kolbászt törölje az étrendjéből, és jobb, ha lemond a gyorsan romló, belsőséget tartalmazó készítményekről is.
- ▶ **Tojást kizárólag keményre főzve vagy sűtve, ételekbe főzve szabad fogyasztani.** Ne fogyasszon olyan ételeket, amelyek nyers tojást tartalmaznak, mint például a majonéz, a lágy tojás, a bundás kenyér, a rántotta, a tükörtojás és a madártej.
- ▶ **A gyümölcsöket és zöldségeket folyó vízzel mossa meg.** A műtétet követő első időszakban csak hőkezelt formában (befőtt, kompót) javasolt gyümölcsöt fogyasztani, kivétel ez alól a banán. Az aprómagvas gyümölcsök (pl. málna, eper), az olajos magvak (dió, mogyoró, mák, mandula) és az aszalt gyümölcsök fogyasztása nem ajánlott.

- ▶ Főzött krémet vagy lekvárt tartalmazó süteményeket csak akkor egyen, ha otthon készültek. Kerülje az olyan édességeket, amelyek nyers alapanyagot is tartalmaznak (például vajkrém, tejszínhab, tojás, friss gyümölcs). Házilag készült palacsinta, kevert piskóta, gombóc és pizza fogyasztható.
- ▶ Kerülje a nagyon csípős ételeket, mérsékelten fűszerezzen. **Fontos, hogy csökkentse a sóbevitelt, kerülje a sós készételeket, a csipszeket, a konzervételeket.**
- ▶ Ne igyon alkoholt. Az alkohol a májban bomlik le, és a szedett gyógyszerekkel együtt fokozott a májkárosító hatása.

TESTMOZGÁS

A rendszeres testmozgás javítja az általános közérzetet, motivációt ad a munkában és a hétköznapokban egyaránt. Hozzájárul szervezete megerősödéséhez, segít a testsúly megőrzésében is.

A betegeskedés hosszú hónapjai után meg kell erősítenie legyengült izomzatát, ezért azt javasoljuk, dolgozzon ki napi edzésprogramot. Fontos a fokozatos terhelés, hogy ne szenvedjen sérülést. Kezdje lépcsőzéssel a testmozgást, de ne erőltesse túl magát. Eleinte javasolt a kerékpározás és a hosszabb séták, majd – ha már megerősödött és javult a kondíciója – más sportokat is elkezdhet, mint például a teniszezés vagy a futás. A kontaktsportok (pl. labdarúgás, küzdősportok) azonban később sem javasoltak.

FONTOS

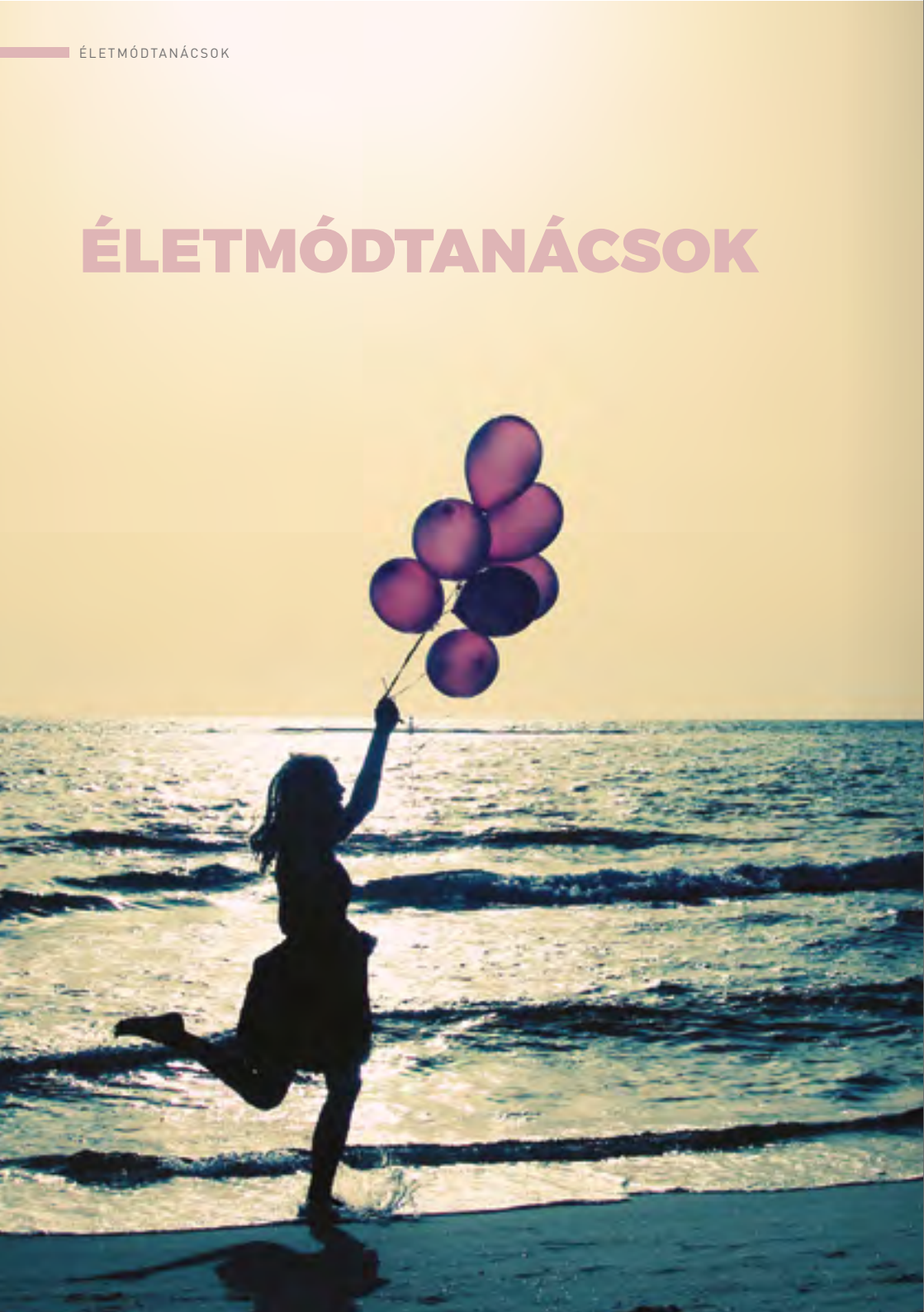
Ha a következő problémák bármelyikét észleli, tartson pihenőt, és beszéljen orvosával:

- túlzott fáradékonyság
- szokatlan légzési nehézségek
- szédülés, zavartság testmozgás után
- állandó szapora vagy szabálytalan szív-működés a terhelés alatt vagy után
- mellkasában, nyakában vagy állkapocsában jelentkező nyomás vagy szorító fájdalomérzés

TUDTA?

A transzplantáltaknak saját olimpiájuk és nemzetközi sportversenyeik is vannak.

ÉLETMÓDTANÁCSOK



DOHÁNYZÁS

Ne dohányozzon. A dohányzás jelentős szerepet játszik több daganatos betegség kialakulásában is.



GÉPJÁRMŰVEZETÉS

A műtétet követően hosszabb-rövidebb ideig nem javasolt autót vezetnie, beszélje meg kezelőorvosával, hogy mikor ülhet vissza a volán mögé. Mindig használja a biztonsági övet, akkor is, ha kényelmetlenül érzi.



HÁZIÁLLATOK

A szervátültetésen átesett betegek fogékonyabbak a fertőzésveszélyre, ez igaz a házi kedvencekkel kapcsolatban is. Kutyája lehet, de a hüllőket, kígyókat, teknősöket, akváriumi halakat, a kalitkában tartott madarakat azonban nem javasoljuk. Kérjen meg valakit, hogy tisztítsa az állatok almát. Az alomtálca ne legyen a konyhában. Tartsa tisztán háziállata tárgyait is, minél távolabb saját dolgaitól. Ne engedje, hogy háziállata megnyalja a kezét vagy az arcát; ha ez mégis megtörténik, mossa le az érintett területet szappannal. A háziállatokat ne engedje be a hálószobába.



NAPOZÁS

A transzplantált betegekben nagyobb a bőrdaganatok kialakulásának veszélye, mivel az immunrendszerük kevésbé képes a bőrön áthatoló ultraibolya sugarak által okozott károsodások kivédésére. Egyes szedett gyógyszerek fényérzékenységet okozhatnak, ezért minden alkalommal védje bőrét a napsugárzástól:

- ne menjen a napra 11 és 15 óra között, mert a napsugárzás akkor a legerősebb;
- viseljen kalapot, védje bőrét ruhával, illetve magas faktorszámú (legalább 50-es) naptejjel;
- a napsugarak felhős időben is károsak, ilyenkor is gondoskodjon a fényvédelemről;
- ne járjon szoláriumba.

Figyeljen a bőrrák esetleges megjelenésére! Évente vegyen részt bőrgyógyászati szűrővizsgálaton! Ha azt veszi észre, hogy anyajegyének változik a színe, növekszik, viszketni kezd, vagy szabálytalanná válik a széle, azonnal értesítse erről kezelőorvosát.



SZEXUÁLIS AKTIVITÁS, GYERMEKVÁLLALÁS

Ha már elég jól érzi magát, nincs akadálya, hogy nemi életet éljen. A szexuális aktivitás néhány hónapon belül általában javul, a férfiak nagy többsége visszanyeri nemzőképességét is. A legtöbb nő normális havi ciklusa pár hónappal a műtét után visszatér. **Partnerével figyeljenek arra, hogy neki se legyen fertőzése, például herpesze.** Egyes gyógyszerek zavarhatják a szexuális működést, keresse fel kezelőorvosát, ha ilyen problémát tapasztal.

A fogamzásgátló tabletták hatékonyságát is befolyásolhatják egyes gyógyszerek, azokat kizárólag orvosi ellenőrzés mellett szedje. A spirál alkalmazása nem ajánlott, mivel megnöveli a fertőzésveszélyt. Az óvszer hatékony fogamzásgátló, és megakadályozza a fertőzések átvitelét is. Ha családot tervez, beszéljen erről előzetesen orvosával, de szívatültetés után a gyermekvállalás általában nem javasolt – az anya és a magzat egészségének védelme érdekében.



PIHENÉS, UTAZÁS BELFÖLDÖN ÉS KÜLFÖLDÖN

A műtétet követő hetekben, hónapokban orrszájmaszkot és cérnakesztyűt kell majd viselnie, ha elhagyja lakását. Ezeket addig kell használnia, ameddig a kezelőorvos szükségesnek tartja. Fokozatosan egyre többet tartózkodhat a szabadban, sétáljon, pihenjen, de kerülje a tömeget, a rendezvényeket, a tömegközlekedési eszközöket.

Ha külföldre akar utazni, kérjen tanácsot kezelőorvosától, és kerülje azokat a helyeket, ahol a víz és az élelmiszer fertőzött lehet. Mindig vigyen magával az utazás egész időtartamára elegendő gyógyszert. Ha repülőgéppel utazik, gyógyszereit kézipoggyászként vigye magával. Ne felejtse el, hogy **a gyógyszerek kereskedelmi neve országonként változik, ezért jegyezze meg és írja fel a hatóanyagukat is,** hogyha mégis elfogyna vagy elveszne, be tudja szerezni. Beszélje meg orvosával az utazási tervét, és kérjen tőle igazolást a szívtranszplantációról. Mindig hagyja meg a címet, ahol elérhető lesz. Gondoskodjon arról, hogy tudja, szükség esetén hová fordulhat segítségért nyaralása helyén.



PSZICHÉS TÁMOGATÁS

Az éveken át tartó betegeskedés, az új szervre várakozás izgalmi és maga a transzplantáció lelileg is megterhelő. Sok transzplantált beteg tapasztal szorongást, félelmet, időnként depressziót a műtét után. Sokan a kilökődés miatt aggódnak, elveszítik biztonságérzetüket; mások azért, hogy tudnak-e alkalmazkodni megváltozott életvitelükhöz. A szervátültetésen átesetteknek ambivalens érzéseik lehetnek, egyszerre érezhetik magukat tehernek és kiszolgáltatottnak. **A támogató családi környezet nélkülözhetetlen a felépülésben, de lehetőség van családterapeuta vagy tanácsadó szolgálatok segítségét is kérni** az események lelki feldolgozásához. Kérjen tanácsot orvosától, hogy hová fordulhat pszichés támogatásért.



VÉDŐOLTÁSOK

Célszerű, hogy még a szervátültetés előtt védettséget szerezzen egyes betegségekkel szemben, és megkapja a védőoltást például a fertőző májgyulladás (Hepatitis B), a bárányhimlő és a kanyaró ellen. A beteg számára is védelmet jelent a családtagok átoltottsága. Ezért javasoljuk, hogy például **az influenza ellen Ön és családtagjai is védőoltást kapjanak még a műtét előtt.**

A szervátültetés után nem kaphat olyan védőoltást, amelyik élő vagy gyengített kórokozót tartalmaz. Ilyen például a Sabin-csepp, a rubeola, illetve a sárgaláz elleni oltás. A nem élő vagy inaktivált kórokozóval történő védőoltások engedélyezettek, de csak egy évvel a transzplantáció után. Az oltás beadása előtt tájékoztassa kezelőorvosát vagy a transzplantációs központ orvosait. Ha bizonytalan abban, hogy bizonyos betegségekkel szemben védett-e, kérje meg orvosát, hogy végezzen serológiai vizsgálatot.

TUDTA?

A családtagok átoltottsága a beteg számára is védelmet jelent. A fészekimmunitás azt jelenti, hogy beoltott családtagokkal védjük meg a beteget a fertőző betegségektől.

A HOSSZÚ TÁVÚ GONDOZÁS ÉS A SZŰRŐVIZSGÁLATOK

AZ IMMUNSZUPPRESSZÍV KEZELÉS

A szervezet védekezőmechanizmusa, az immunrendszer felelős a szervezetünkbe kerülő baktériumok és vírusok elleni küzdelemért, valamint a megfelelő védekezés kialakításáért. Fő feladata, hogy megkülönböztesse a test saját és idegen anyagait, és ez utóbbiakat megsemmisítse. Az immunrendszer az új szervet is megtámadja, mivel idegen testként érzékeli. **Immunszuppresszív gyógyszerekre azért van szükség, hogy azok gyengítsék az „idegen” szerv elleni immunválaszt, és megakadályozzák, hogy a szervezet kilökje az új szívet.**

Ezek a gyógyszerek azonban gyengítik az egész immunrendszert, így **a szervátültetés után a betegek fokozott mértékben ki vannak téve a fertőzéseknek, egyes daganatos megbetegedéseknek,** és a betegségek lefolyása is súlyosabb. Ezért a kezelés során egyénre szabottan kell megtalálni az egyensúlyt, hogy megelőzzük a kilökődést, de a fertőzésekkel szemben is védekezzünk.

TARTSA ÉSZBEN!

Egyes immunszuppresszív gyógyszereket egész életében szednie kell, kezelőorvosa engedélye nélkül nem szabad kihagynia egyetlen adagot sem, és nem csökkentheti a szedett gyógyszer mennyiségét, különben elveszítheti a beültetett szervet, sőt az életét is veszélyeztetheti.

SZERVKILÖKÖDÉS

Az immunszuppresszív kezelés célja, hogy megakadályozza az új szív kilökődését. A műtétet követő első évben a szívtranszplantáltak 25%-ánál azonban így is megjelennek a kilökődés jelei. **Az enyhébb kilökődési epizódok általában tünetmentesek, vagy a panaszok nem mindig egyértelműek.**

A következő tünetek előfordulására azonban kiemelten figyeljen, mert a háttérükben kilökődés is állhat:

- nehézlégzés,
- kimerültség,
- nyugtalanság,
- szapora pulzus,
- hőemelkedés,
- láz,
- súlygyarapodás a vízvisszatartás miatt (vizesedés),
- csökkenő vizeletmennyiség,
- a vérnyomás emelkedése vagy csökkenése.

A gyógyszerek dózisének emelésével vagy új szerek átmeneti alkalmazásával **a folyamat a legtöbb esetben visszafordítható,** csupán a betegek 1-2 százalékánál alakul ki befolyásolhatatlan kilökődési reakció. A kilökődés gyanújának igazolására általában biopsziát végeznek.

FONTOS

Ha a kilökődés azért következik be, mert a páciens nem tartja be a gyógyszeres terápiát, a következmények életveszélyesek lehetnek. Ezért nagyon fontos, hogy a szívtranszplantáltak pontosan kövessék a kezelőorvos utasításait.

Mikor van szükség szívbiopsziára?

A szív állapotának megítéléséhez szövettani vizsgálat céljából mintát vesznek az új szervből. Ez a mintavétel a biopszia, és az orvosok általában a kilökődés vagy más lehetséges problémák ellenőrzéseként végzik. A vizsgálat során a nyaki vénán keresztül katétert vezetnek a szív jobb kamrájába, amelyikből szövetmintát vesznek. A műtétet követő első évben rendszeresen kell biopsziát végezni, később ezek a mintavételek ritkulnak. A biopszia egynapos kórházi bentfekvéssel jár.

10 általános szabály a gyógyszereszedéssel kapcsolatban

- ✓ Gyógyszereit mindennap ugyanabban az időben próbálja meg bevenni.
- ✓ Ne csökkentse, ne hagyja abba gyógyszerének szedését saját döntése alapján még akkor sem, ha jobban érzi magát.
- ✓ Ha véletlenül az előírtnál nagyobb adagot vett be, azonnal értesítse kezelőorvosát.
- ✓ Ha elfelejtette bevenni orvosságát, a teendőkről konzultáljon kezelőorvosával.
- ✓ Ne szedjen semmilyen vény nélkül kapható gyógyszert vagy gyógynövénykészítményt orvosa beleegyezése nélkül.
- ✓ Az adott gyógyszert Önnek rendelték. Ne adjon belőle másnak.
- ✓ Ne vegyen be gyógyszert a lejáratú idő után. Fel nem használt gyógyszerét vigye vissza a gyógyszertárba.
- ✓ Értesítse kezelőorvosát, ha a gyógyszereszedés alatt bármilyen nemkívánatos eseményt tapasztal függetlenül attól, hogy azt a szedett gyógyszernek tulajdonítja-e.
- ✓ Ne tartsa gyógyszereit hűtőszekrényben, hacsak orvosa nem így rendelte.
- ✓ Ellenőrizze, hogy elegendő gyógyszere legyen a hétvégére és az ünnepnapokra. Ha megváltozott az előírt adag, ellenőrizze, hogy van-e elegendő gyógyszere az emelt dózisok biztosítására.

Miért fontosak a kontrollvizsgálatok?

Miután hazatért a kórházból, rendszeresen kell követéses vizitekre járnia. Mindig vegyen részt a kontrollvizsgálatokon, mert az orvosok így tudják nyomon követni állapota változását, az esetleges szövődményeket pedig még korai szakaszukban felismerik. Azért is létfontosságú, hogy a vizsgálatokat ne hanyagolja el, mert szervezete kilökheti az új szívet anélkül, hogy annak bármi jelét tapasztalná. **A kilöködést kizárólag a kontrollvizsgálatokon való rendszeres részvétellel lehet időben felismerni és kezelni.** A viziteken szükség esetén módosítják a gyógyszereszedését, és Ön is felteheti kérdéseit az életmóddal, valamint bármilyen egészségi problémával kapcsolatban.

A kontrollvizsgálatok célja eltérő lehet: vannak, amelyek során az általános egészségi állapotát ellenőrzik, vannak, amelyeken a kilöködés-gátló gyógyszerek szintjét vizsgálják, illetve léteznek célzott szűrővizsgálatok is.

Mivel bizonyos immun-suppresszív kezelések mellékhatásaként megnő a cukorbetegség, a magas vérnyomás vagy a csontritkulás kialakulásának veszélye, valamint a szervezet természetes védekezőrendszerének visszaszorítása miatt a daganatos betegségek kialakulásának lehetősége is magasabb, járjon rendszeresen szűrővizsgálatokra. A rákbetegségek gyógyításában kulcsszerepe van a korai felismerésnek. Félévente érdemes fogorvoshoz is elmennie, hogy elkerülje a fertőzések, a fogszuvasodás kialakulását.

FONTOS

**A betegségek megelőzése jóval egyszerűbb, mint a kezelésük.
Tegyen egészsége megőrzéséért, vegyen részt rendszeresen a szűrővizsgálatokon!**

Miért fontos a gyógyszereszedés-monitorozás?

Az immun-suppresszív kezelések célja, hogy a gyógyszerek koncentrációját mindig optimális szinten tartsák a szervezetben: megakadályozzák az új szerv kilöködését, de ne gyengítsék le túlzottan az immunrendszert. Ezt a gyógyszer-koncentráció gyakori mérésével lehet ellenőrizni. Az állandó gyógyszereszedés fenntartásához kevés, ha állandó dózisban szedi a gyógyszereit, hiszen a gyógyszereszedés még azonos adagok szedésekor is ingadozhat. **Az optimális gyógyszereszedést az egyéni tulajdonságok figyelembevételével kell beállítani, személyre szabottan,** mivel mindannyiunk szervezete eltérő módon veszi fel és üríti ki a gyógyszereket. A rendszeres monitorozással nyomon követhető, hogy az előírások szerint szedi-e a gyógyszereit, és kimutathatók az esetleges gyógyszerkölcsönhatások is.

FONTOS

- **Ne vegye be kilöködés-gátló gyógyszereit a kontrollvizsgálat előtt, mert azok befolyásolják az eredményt! Bizonyos gyógyszerek szedése mellett – melyről kezelőorvosa fog bővebb tájékoztatást adni – a vérvétel optimálisan a következő dózis pontos bevételi idejét közvetlenül megelőzően történik.**
- **Hozza magával a gyógyszereit, hogy közvetlenül a vérvételt követően be tudja venni őket.**
- **Hozza magával ambuláns lapját és utolsó klinikai zárójelentését.**

ÁLTALÁNOS MELLÉKHATÁSOK

Az immunszuppresszív gyógyszerek is okozhatnak mellékhatásokat, de számukat csökkenteni lehet egyes szerek kombinációjával úgy, hogy az immunszuppresszió optimális szintjét is fenntartsuk. Az egyes gyógyszerekre minden beteg másképp reagál, kezelését az Ön speciális szükségleteihez igazítják. Kezelőorvosa tájékoztatja az alkalmazott gyógyszerekről, azok alkalmazási szabályairól és az esetleges mellékhatásokról.

FONTOS

Ha bármilyen nemkívánatos tünetet tapasztal – függetlenül attól, hogy azt a szedett gyógyszernek tulajdonítja, vagy sem –, azonnal jelezze kezelőorvosának!



VIGYÁZZON MAGÁRA!

Az új szívvel együtt esélyt kapott egy új életre is. Ebben a folyamatban lehetnek nehéz pillanatok: meg kell tanulnia együtt élni azzal, hogy mindennap gyógyszert kell szednie, és rendszeresen orvosi ellenőrzésre kell járnia. A család, a barátok nagyon sokat segíthetnek felépülésében, de a legnagyobb feladat Önre vár: vigyáznia kell magára.

Vezessen betegnaplót, a kontrollvizsgálatokra vigye magával feljegyzéseit. Tájékoztassa az Önt kezelő egészségügyi szakembereket arról, hogy átültetett szívvel él, és folyamatosan gyógyszert szed.

A szervátültetésen átesett betegek többsége életminőségének jelentős javulását tapasztalja a transzplantáció után. Az új szívvel Ön is lehetőséget kapott egy hosszú, aktív életre. Éljen vele!

Hogyan vigyázzak magamra és az új szívemre?

- **Mindig vegyen részt a kontrollvizsgálatokon.**
- **A gyógyszereit mindig pontosan szedje, az előírt adagot ne változtassa meg, ne hagyjon ki egyetlen dózist sem.**
- **Kezelőorvosa utasításait mindig kövesse pontosan.**
- **A higiéniai tanácsokat tartsa be, próbálja elkerülni a fertőzéseket.**
- **Járjon rendszeresen szűrővizsgálatokra, fogászati kezelésre.**
- **Táplálkozzon egészséges(ebb)en, kerülje a túlzott só- és cukorbevitelt.**
- **Ne igyon alkoholt, ne dohányozzon.**
- **Mozogjon, sportoljon rendszeresen, ügyeljen a testsúlyára.**
- **Ha betegség, fertőzés vagy a kilökődés jeleit veszi észre magán, haladéktalanul értesítse orvosát.**

HASZNOS SZERVEZETEK

SZERV DONÁCIÓS KÖZPONTOK

Országos Vérellátó Szolgálat Szervkoordinációs Iroda

www.ovsz.hu

Eurotransplant

www.eurotransplant.org/cms/index.php?page=pat_hungary

TRANSZPLANTÁCIÓS KÖZPONTOK

Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinika

vszek.semmelweis.hu/bevezeto

Gottsegen György Országos Kardiológiai Intézet

www.kardio.hu

EGÉSZSÉGÜGYI SZERVEZET

Szív a Szívért Alapítvány

www.szivaszivert.hu

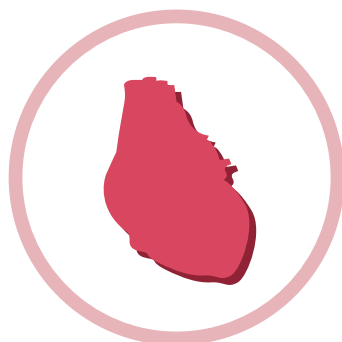
BETEGSZERVEZETEK

Magyar Szervátültetettek Szövetsége (MSZSZ)

www.trapilap.hu

Transzplantációs Alapítvány a Megújított Életekért

transalap.hu



Felhasznált irodalom és weboldalak

Betegtájékoztató a szívatültetésről. Semmelweis Egyetem Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinika

<http://vszek.semmelweis.hu/>

Országos Vérellátó Szolgálat Szervkoordinációs Iroda

www.ovsz.hu

Eurotransplant

https://www.eurotransplant.org/cms/index.php?page=pat_hungary

<https://stanfordhealthcare.org/medical-treatments/h/heart-transplant/>

<http://www.transplant-observatory.org/>

<http://www.mnsza.hu/szivbeteg/kezel/szivatultetes.php>

www.nhs.uk/conditions/heart-transplant/

<https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/heart-transplant/about/pac-20384750>

<https://www.who.int/cancer/prevention/en/>

<https://medlineplus.gov/ency/article/003967.htm>

<https://www.cdc.gov/healthypets/specific-groups/organ-transplant-patients.html>

<https://www.skincancer.org/prevention/are-you-at-risk/transplants>

Tájékoztató kiadvány szervátültetett és szervre váró embereknek (kiadta: Magyar Szervátültetettek Szövetsége)

<https://labtestsonline.hu/tests/gyogyszerszint-monitorozas>

American Journal of Transplantation 2009; 9 [Suppl 3]: S14–S15 Table2

TX_2021_0019_HBR

Lezárás dátuma: 2021. 10. 28.

A kiadvány létrejöttét
az Astellas Pharma Kft.
támogatta.



Astellas Pharma Kft.

1124 Budapest, Csörsz u. 43.
Telefon: (1) 577 8200
Fax: (1) 577 8210