

VESE- TRANSZPLANTÁCIÓ

A-tól Z-ig



Kedves Páciensünk!

Ez a betegtájékoztató kiadvány a vesetranszplantációra váró páciensek, illetve a már új vesével élők és családtagjaik számára nyújt hasznos tudnivalókat.

Krónikus vesebetegségének 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, hogy vigyázzon az új veséjére.

A szervátültetés élethosszig tartó orvos-beteg kapcsolatot jelent: mielőbbi gyógyulása érdekében és új veséje 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 tehát, hogy bizalommal forduljon bármilyen kérdéssel az Önt kezelő orvosokhoz.

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

Mielőbbi gyógyulást és hosszú, boldog életet kívánunk.

Ez a betegtájékoztató kiadvány a vesetranszplantációra váró felnőtt páciensek, illetve a már új vesével élők és családtagjaik számára nyújt hasznos tudnivalókat. 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 VESEÁTÜLTETÉSRE?	4
Veseelégtelenség	4
Kezelési lehetőségek	5
Élhetek teljes életet egy vesével is?	5
ALKALMAS VAGYOK-E A VESEÁTÜLTETÉSRE?	6
VÁRÓLISTA	7
VESEÁTÜLTETÉS ÉLŐ DONORBÓL	8
Ki lehet élő donor?	8
Az élő donoros veseátültetés előnyei	9
VESEÁTÜLTETÉS AGYHALOTT DONORBÓL	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
HÉTKÖZNAPI ÉLET A MŰTÉT UTÁN	16
Általános higiénia	16
Étrend, táplálkozás és folyadékfogyasztás	18
Testmozgás	19
ÉLETMÓDTANÁCSOK	20
Dohányzás	21
Gépjárművezetés	21
Háziállatok	21
Napozás	21
Pszichés támogatás	22
Szexuális aktivitás, gyermekvállalás	22
Utazás, pihenés	22
Védőoltások	23
A HOSSZÚ TÁVÚ GONDOZÁS ÉS A SZŰRŐVIZSGÁLATOK	24
AZ IMMUNSZUPPRESSZÍV KEZELÉS	24
Ismerje fel korán a kilöködés jeleit!	24
Mikor van szükség vesebiopsziára?	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 vesémre?	29
HASZNOS SZERVEZETEK	30
Transzplantációs központok	30
Betegszervezetek	30
Felhasznált irodalom és weboldalak	31

MIKOR VAN SZÜKSÉG VESEÁTÜLTETÉSRE?

A vesék a szervezet szűrőrendszerei, fontos szerepet játszanak testünk egészséges működésében. Folyamatosan, a nap 24 órájában dolgoznak, percenként 1 liter vér áramlik át rajtuk. A veseartériákon hozzájuk folyó vért megtisztítják a mérgező salakanyagoktól, és eltávolítják a felesleges vizet, egyensúlyban tartva a szervezet vízháztartását. A felhalmozódott folyadék- és a káros bomlástermékek, például a gyógyszerek jelentős része a vizelettel távozik.

A vesék ezeken kívül sokrétű szabályozó és kiválasztófeladatot is ellátnak.

Többek között:

- egyensúlyban tartják testünk elektrolit- és sóháztartását,
- részt vesznek a vérnyomás szabályozásában,
- serkentik a szervezetben az oxigént szállító vörösvértest-termelést,
- aktiválják a D-vitamint, amely az egészséges csontokhoz szükséges,
- szerepet játszanak a cukorháztartás szabályozásában.

A VESEELÉGTELENSÉGRŐL

A vese kóros működése esetén a vérben a salakanyagok és a mérgeanyagok felhalmozódnak, és a szervezetben folyadékfelesleg keletkezik. A veseelégtelenségnek két típusát különböztetjük meg.

Az akut veseelégtelenség során a vesék hirtelen betegednek meg – néhány óra vagy nap alatt –, ami gyors beavatkozást és kezelést igényel. A betegek egy részénél ez a folyamat visszafordítható, az is előfordulhat, hogy a terápiát követően akár a normál vese funkció is visszaállhat. Másoknál azonban végleges károsodásokhoz vezethet, emiatt ők életük végéig vesepótló kezelésre szorulnak.

Krónikus veseelégtelenség esetén a vesék hosszabb időn keresztül – akár évek alatt – visszafordíthatatlanul károsodtak. Ez az állapot az esetek kétharmadában cukorbetegség, illetve magas vérnyomás miatt alakul ki, de létrejöhet a vese hajszálérgomolyagjainak gyulladása, az immunrendszer betegsége miatt, vagy fertőzés, öröklött vesebetegség (pl. policisztás vesebetegség) következtében, vagy mert valamilyen vesekárosító gyógyszert hosszú éveken keresztül, rendszeresen szednek, illetve egyéb okok is felmerülhetnek. A krónikus vesebetegség előrehaladott stádiuma a végállapotú veseelégtelenség, ami vesepótló kezelést tesz szükségessé.

KEZELÉSI LEHETŐSÉGEK

A krónikus veseelégtelenség korai szakaszában a betegség lefolyását gyógyszeres kezeléssel és diétával lehet lassítani. Ez a konzervatív terápia sikeresen enyhítheti a betegség tüneteit. Végstádiumban azonban pótolni kell a vese kieső, illetve csökkenő funkcióit. **A vesepótló kezelés** egyik formája a **dialízis vagy művesekezelés**. A **hemodialízis** során a vért kivezetik az erekből, átfolyatják a dializálógépen, és megtisztítva visszavezetik. **A hasúri (peritoneális) dialízis** esetén a hasüregbe vezetett folyadék szabadítja meg a szervezetet a mérgeanyagoktól és a felesleges víztől.

A dialízis viszont nem végzi el a vese több más életfontosságú feladatát. Erre kínál komplex megoldást a vesepótló kezelés másik formája, a **vesetranszplantáció**, amelynek **egyértelmű az előnye a dialízishez képest mind az életminőség, mind a rehabilitáció, mind pedig az életkilátások tekintetében**.

A transzplantáció akár már a dialíziskezelés előtt elvégezhető. Ezt nevezzük megelőző – idegen szóval –, **preemptív veseátültetésnek**, amelynek a kilátásai még kedvezőbbek a beteg szempontjából. Tekintettel arra, hogy az élő donorból származó vese átültetése tervezhető, ezért nagyobb az esély a dialízis elkerülésére, vagy ha már dialízisprogramban van a beteg, az ott eltöltött idő jelentősen csökkenthető.

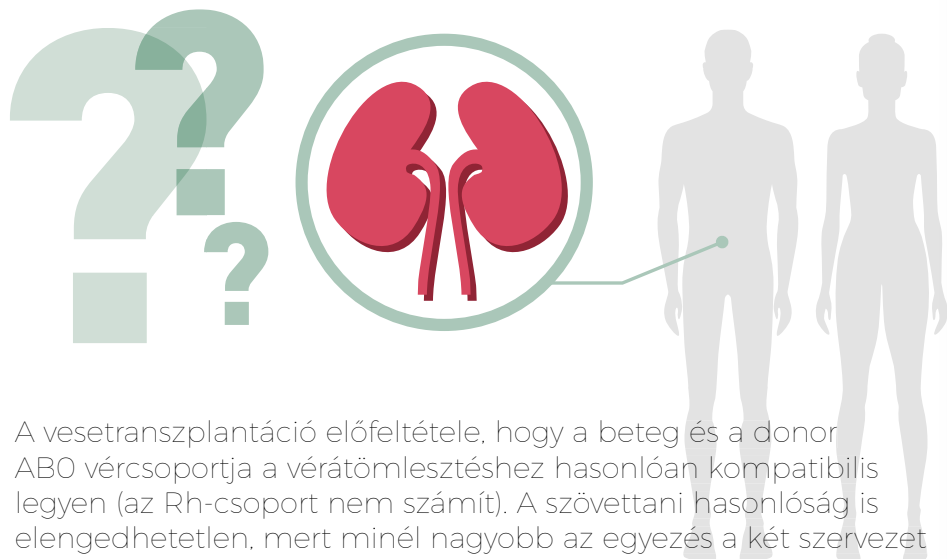
A vese elégtelen működése szinte valamennyi szerv, szervrendszer működését befolyásolja, ezért szükséges mindenképpen a mielőbbi megfelelő kezelés.

ÉLHETEK TELJES ÉLETET EGY VESÉVEL IS?

Igen, egyetlen egészséges vesével is teljes életet lehet élni, mivel az egyik jól működő szerv is képes elvégezni a vese feladatait.



ALKALMAS VAGYOK-E A VESEÁTÜLTETÉSRE?



A vesetranszplantáció előfeltétele, hogy a beteg és a donor ABO vércsoportja a vértömlesztéshez hasonlóan kompatibilis legyen (az Rh-csoport nem számít). A szövettani hasonlóság is elengedhetetlen, mert minél nagyobb az egyezés a két szervezet szövettípusa között, annál nagyobb az esély a sikeres átültetésre.

Alapfeltétel az is, hogy a beteg szervezete alkalmas legyen a műtetre. Komplex szakorvosi vizsgálatok állapítják meg, hogy a szervezetben van-e akut vagy krónikus ellenjavallatot képező eltérés. Az egyik legfontosabb feladat a szív- és érrendszer állapotának felmérése, mivel az elégtelen szív-működés éppúgy akadálya lehet a műtétnek, mint a kifejezetten elmeszesedett erek. Ki kell zárni a gyulladást, a fertőzéseket és a daganatokat, mivel a beültetéskor alkalmazott immungyengítő gyógyszeres kezelés ezeket az állapotokat ronthatja, és ennek súlyos esetben akár halálos szövődménye is lehet. A túlsúly, a jelentős hasfalzi zsírréteg növeli a műtét utáni szövődmények kialakulásának veszélyét.

Az átültetésre való alkalmasság azonban nemcsak általában szükséges, hanem a műtét időpontjában is. Hiába van a várólistán a beteg, nem végezhető el a műtét, ha a páciens aktuálisan alkalmatlan. Például baktérium vagy vírus okozta fertőzés esetén, illetve ha a gyomorban vagy a bélrendszerben vérzés keletkezik, stb. Ilyenkor a beteg a szervtranszplantációs várólistán marad ugyan, de szervtranszplantációs riadója nem lehet addig, ameddig meg nem gyógyul, azaz ismét „átültetésre alkalmas” állapotba nem kerül. Ekkor újra transzplantálható státuszú lesz, és ez a várólistán töltött időt nem befolyásolja.

VÁRÓLISTA

A transzplantációra való alkalmasság megállapításakor az illetékes regionális vagy országos hatáskörű Transzplantációs Bizottság a beteget egyedi azonosítóval (véletlenszerűen generált számkód) a transzplantációs várólistára helyezi; erről, a törléséről és minden egyéb, a várólistával kapcsolatos beteget érintő döntésről a beteget és kezelőorvosát írásban tájékoztatja. A vesetranszplantációs várólistáról az Országos Vérellátó Szolgálat (www.ovsz.hu) honlapján talál naprakész információkat. Itt ellenőrizheti azt is, hogy „transzplantálható” vagy „nem transzplantálható” státuszban van-e. Magyarországon a jogszabályi előírásoknak megfelelően lehet felkerülni a várólistára, ennek részleteiről nefrológus kezelőorvosától kérhet tájékoztatást. A betegek többsége a transzplantációt megelőzően dialíziskezelésre szorul.

A veseátültetésig a várakozás idő átlagosan 3-4 év, ami egyes esetekben ettől nagyon eltérő is lehet attól függően, hogy rendelkezésre áll-e a megfelelő beültetendő szerv. Magyarország 2013-ban csatlakozott az **Eurotransplant** nemzetközi szervezethez, amely a rendelkezésre álló donorszervek lehető legjobb felhasználását és elosztását segíti. A donorszervek elosztása a várólistán szereplő páciensek között orvosi és etikai szempontok figyelembevételével történik, melynek során négy fő alapelv érvényesül:

- **A TRANSZPLANTÁCIÓ VÁRHATÓ EREDMÉNYE**
- **A SÜRGŐSSÉG MÉRTÉKE**
- **MIÓTA VÁR SZERVRE A BETEG**
- **A RÉSZT VEVŐ ORSZÁGOK KÖZÖTTI EGYENSÚLY (A KIKÜLDÖTT ÉS FOGADOTT SZERVEK EGYENLEGE)**

A műtét időpontja nemcsak attól függ, hogy mennyi ideje vár a transzplantációra, hanem a páciens és az elérhető donorszerv közötti szöveti egyezőségtől is.

Az Országos Vérellátó Szolgálat működteti a **Szervkoordinációs Irodát**, amely a magyarországi szervkivételi riadó és az Eurotransplantból érkező szervfelajánlások központi szervezését végzi. Ennek hatékony biztosítására az iroda koordinátori hálózatot működtet. Az országos koordinátorok fogadják a hazai egészségügyi intézményekből érkező donorjelentéseket, továbbá az Eurotransplant szervfelajánlásait. A donorjelentő kórházakban a megbízott kórházi koordinátorok a transzplantációs központok munkatársaival szoros együttműködésben dolgoznak azért, hogy a szervátültetésre szoruló betegek közül minél többen kerüljenek transzplantációra. **Amint elérhetővé válik egy donorszerv, amelyik megfelelő lehet Önnek, a koordinátor telefonon felveszi a kapcsolatot Önnel.**

VESEÁTÜLTETÉS ÉLŐ DONORBÓL

A beültetendő vese származhat élő, valamint agyhalott donoroktól. Évente átlagosan háromszáz veseátültetést végeznek hazánkban, de ennél sokkal többen várnak új szervre. Mivel az elérhető vesék száma korlátozott, így a veseelégtelenség miatt kezelt várakozók száma és a várakozási idő folyamatosan emelkedik.

KI LEHET ÉLŐ DONOR?

Élő donor csak cselekvőképes, egészséges ember lehet. A hazai jogszabályok úgy rendelkeznek, hogy **donor alapesetben a szervátültetésre váró beteg vérrokona** lehet, azaz egyenes ági rokona (pl. szülője, gyermeke), testvére, egyenes ági rokonának testvére, testvérének egyenes ági rokona. Az úgynevezett **„érzelmi rokonság” (például házastársak, élettársak, közeli barátok) esetén is lehet szervet adományozni.** Ekkor a **donor és a beteg együttes kérelmét a kórház etikai bizottsága vizsgálja meg.** Az etikai bizottság akkor engedélyezi a szervkivételt, ha meggyőződött arról, hogy **a donor és a beteg között szoros az érzelmi kapcsolat, és az adományozás ellenérték nélkül, kényszerből, fenyegetéstől és megtévesztéstől mentesen, önkéntesen történik.**

Ha a donor és a beteg vérrokonok (genetikai a rokonság), nincs szükség az etikai bizottság engedélyére, elvégezhetők az előzetes orvosi vizsgálatok. Ha a vizsgálatok eredménye alapján nincs akadálya a veseátültetésnek élő donorból, akkor a **közjegyző okiratban rögzíti a felajánlás tényét.**

Ha Ön úgy dönt, hogy szeretné felajánlani az egyik veséjét rászoruló családtagjának, fontos, hogy az alábbi 10 ponttal tisztában legyen.

- A vizsgálatok elvégzése nem jelenti automatikusan azt, hogy Ön alkalmas lesz donornak. (Bármelyik vizsgálaton kiderülhet, hogy Ön nem adományozhat szervet.)
- A donor és a beteg – akár közvetlenül a műtét előtt is – minden következmény nélkül megváltoztathatja a döntését.
- 18 éves kor alatt nem adományozhat szervet, a donorok felső életkori határa változó, de a centrumok nagy többsége az idősebb donort is elfogadja.
- Az előzetes vizsgálatok kiterjednek több, a szervátültetéssel átadható fertőző betegségre is (pl. hepatitis, HIV).
- A vizsgálatok során addig ismeretlen, nem várt egészségügyi problémákra is fény derülhet.
- A vizsgálatok kellemetlenségekkel, esetenként szövődeményekkel járhatnak.
- Nincs garancia arra, hogy a beteg szervezete befogadja az új vesét.
- Az Ön egészségi állapotára vonatkozó információk bizalmas adatok.
- A műtétet követően a donor egészségi állapotát is figyelik, rendszeres kontrollra rendelik vissza.
- Egy vesével is teljes értékű, egészséges életet lehet élni.

Egy működő szerv felajánlása nemcsak nemes cselekedet, de komoly, életre szóló elhatározás is, ezért körültekintően kell dönteni róla.

AZ ÉLŐ DONOROS VESEÁTÜLTETÉS ELŐNYEI

- ▶ A bizonytalan, akár többéves várakozási idő lerövidül.
- ▶ A rövidebb várakozási idő kevesebb egészségügyi kockázattal jár.
- ▶ A műtét elvégezhető akkor is, ha a donor és a beteg vércsoportja nem egyezik, de kompatibilis.
- ▶ A beültetett vese (vesegraft) átlagos túlélési ideje 15-20 év, nem élő donorból származó átültetésnél átlagosan 8-9 év.
- ▶ Jobb a korai vesefunkció, a műtét után csak a betegek 10%-a szorul átmeneti dialízisre, míg halott donorból történő átültetésnél mintegy 25%-uk.
- ▶ Rokonok közötti élő donoros veseátültetés esetén, egyes esetekben kevésbé erélyes immun-suppressziós kezelés is elegendő.
- ▶ A műtét tervezhető és időzíthető, és a szervet nem kell szállítani.

A tapasztalatok szerint minél hosszabb ideig dializálnak valakit, annál rosszabb lehet a beültetett vese és a páciens hosszú távú túlélése. Az élő donoros veseátültetés akkor is jobb eredményt adhat, ha nem vérrokonok között történik, mint az immunológiailag egyező, de nem élő donorból származó vese.

Ha kérdése van az élő donoros veseátültetéssel kapcsolatban, forduljon bizalommal kezelőorvosához!

VESEÁTÜLTETÉS AGYHALOTT DONORBÓL

Az átültetett vesék többsége Magyarországon agyhalott donorból származik, ezeket kadáver vesének nevezzük. Az agyhalott donoroknál az agy működése egy hirtelen ok (általában baleset vagy agyi törtézés, szélütés) miatt véglegesen megszűnik, de a szív még képes önállóan dobogni, azonban a beteg már nem tud önállóan lélegezni. A mesterséges lélegeztetéssel a vérkeringés még fenntartható, és ezzel a többi szerv működése is biztosítható. Magyarországon az agyhalál beálltának megállapítása után akkor történhet szervkivétel, ha az elhunyt nem tett ez ellen tiltakozó nyilatkozatot még életében.

MIT JELENT A FELTÉTELEZETT BELEEGYEZÉS ELVE?

Azt, hogy ha valaki életében nem tiltakozott írásban vagy speciális esetekben a kezelőorvosánál szóban az ellen, hogy – halála esetén – szerveit szervátültetési célokra felhasználják, akkor azt kell feltételezni, hogy beleegyezett ebbe. Ezek alapján hazánkban a beleegyezés írásos kinyilvánítására nincs szükség. Nagykorú (cselekvőképes) donor esetén a hozzátartozókat sem kell bevonni a döntési folyamatba; ha a donor kiskorú vagy nem cselekvőképes, akkor a törvényes képviselő írásos hozzájárulása szükséges.

HOGYAN KÉSZÜLJEK FEL A MŰTÉTRE?



KÉSZEN ÁLL A VESEÁTÜLTETÉSRE?

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 várólistára, állandóan elérhetőnek kell lennie, hogy a transzplantációt végző központ azonnal kapcsolatba tudjon lépni Önnel, amint rendelkezésükre áll az új vese. Kérjük, adja meg a dialízisközpontnak azokat a telefonszámokat, amelyeken elérhető, és tájékoztassa őket hollétéről még akkor is, ha csak egy napra utazik 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 „riadótáskáját”, hogy ne veszítsen időt a csomagolással, ha indulnia kell a kórházba:

- pizsama, papucs, köntös
- elegendő fehérnemű
- kényelmes és az időjárásnak megfelelő cipő, ruházat
- fogkefe, fésű, borotva, kozmetikumok
- olvasnivaló, telefon
- orvosi dokumentáció, pontos és aktuális gyógyszerlista, leletek, zárójelentések

A műtét után átmenetileg az intenzív osztályra kerül, 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, hétvégén, ünnepnapon is.** Miután értesült a hírről, ne egyen és ne igyon semmit még amiatt sem, hogy izgalmát csökkentse. Kérje meg valamelyik családtagját, hogy vigye be a kórházba. Ha erre nincs lehetősége, a transzplantációs központ megszervezi a mentővel történő szállítást.

MI A TEENDŐ, HA ÉPPEBETEG?

Előfordulhat, hogy amikor lehetőség nyílna a veseátültetésre, Ön éppen lázas, nagyon náthás vagy valamilyen heveny betegségben szenved. Kérjük, ezt már a telefonban közölje a koordinátorral vagy az orvosokkal, hiszen előfordulhat, hogy Ön aktuálisan nem alkalmas a veseátültetésre. Az értékes donorszervet ekkor késedelem nélkül egy másik betegnek adják, Ön pedig továbbra is megtartja a helyét a várólistán.

AZ ÉRTESETÉS UTÁN:

- semmit se egyen vagy igyon
- ne dohányozzon
- a lehető leghamarabb induljon el a kórházba, vagy várjon a mentő megérkezésére a megbeszélt helyen
- a lehetőségekhez képest őrizze meg nyugalmát
- jól jön a segítség: ha lehet, kísérje 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

Miután megérkezett a kórházba, a műtét előtt el kell végezni néhány rutinvizsgálatot. Megméri a vérnyomását, a pulzusát, a testhőmérsékletét és a testsúlyát, vért vesznek, tenyésztéseket végeznek, mellkas-röntgenfelvételt és EKG-t készítenek. Az ügyeletes orvosok kikérdezik, megvizsgálják, illetve szükség esetén egyéb eszközös vizsgálatot is szerveznek. Lehetséges, hogy az operáció előtt dialízisre is szükség lesz. Ezután meg kell mosakodnia fertőtlenítő szappannal, majd leborotválták a műtéti területet.

A műtétet végző orvosok elmagyarázzák az operáció menetét és a lehetséges kockázatokat. Megkérik, írja alá az operációba beleegyezéséről szóló nyilatkozatot. A műtétet altatásban végzik, gyakran

szükséges, hogy kanült helyezzenek a nyak vagy a váll egyik vénájába, amelyen keresztül a műtét alatt, illetve a műtét után folyadékot és gyógyszereket lehet beadni.

A MŰTÉT MENETE

A veseátültetés az évtizedek alatt kidolgozott műtéti technikával történik, már sok ezer sikeres transzplantációt végeztek el Magyarországon is. Az operáció általában 2-3 órát vesz igénybe, ez alatt egy vesét ültetnek be, a beteg saját veséit pedig a helyükön hagyják. Az új vesét a hasüreg alsó részébe, a csípőlapát közelébe ültetik be. A veséket ellátó ereket a lábat ellátó erekhez, a húgyvezetékét pedig a saját húgyvezetékhez vagy a húgyhólyaghoz csatlakoztatják.

A sebész dréncsővet is helyezhet a beültetett vese mellé, ami a hasfalon át elvezeti a vese körül képződő folyadékot. A műtét elején hólyagkatétert helyeznek be a vizeletmennyiség pontos méréséhez, valamint a vizelet ürülésének biztosítása érdekében. A dréncsővet és a hólyagkatétert a műtétet követő néhány napon belül eltávolítják.

A MŰTÉT UTÁN

A műtét után **átmenetileg az intenzív osztályra kerülhet.** Ha minden rendben zajlik, egy napon belül visszaviszik az eredeti szobájába. Az operáció után néhány alkalommal még szüksége lehet dialízisre. Emiatt nem kell aggódnia: az új vesének szüksége lehet egy kis időre ahhoz, hogy ismét normálisan működjön. Az új vese működését, vérellátását az orvosok ultrahangvizsgálattal is ellenőrzik.

A műtét utáni napon általában még nem ehet és nem ihat, hogy az emésztőrendszer megnyugodjon. Szükség lehet beöntésre, hogy a bélműködés elinduljon. Ebben az időszakban a folyadékot és a tápanyagot egyaránt intravénásan kapja. Próbáljon minél hamarabb felkelni, hogy elkerülje a vérkeringéssel kapcsolatos problémákat.

A transzplantációs részleget jellemzően 10-14 nap után hagyhatja el, élő donoros transzplantáció esetén lehetséges, hogy már egy héten belül hazamehet. A lábadozási időszak alatt ellenőrzik, hogy nem jelentkeznek-e a vesekilökődés jelei, azaz hőemelkedés/láz, fájdalom vagy a vizeletképzés csökkenése. A műtét után intenzív fizikai és táplálási rehabilitáció segíti a felépülést. Aktív részvételével sokat tehet azért, hogy minél hamarabb felépüljön.



MIT KELL TENNEM A TRANSZPLANTÁCIÓT KÖVETŐEN?

A veseátültetés utáni felépülés hosszú folyamat, akkor lesz 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.

Minden szervátültetéskor számolnunk kell a donorszerv kilökődésének kockázatával. Az ezt megakadályozó kilökődésgátló gyógyszerek azonban legyengítik az immunrendszert, a transzplantáción átesettek sebezhetőbbé válnak bizonyos betegségekkel – különösen a fertőzésekkel és hosszú távon a daganatos megbetegedésekkel – szemben, ezért fokozottan kell figyelniük magukra. Amikor a transzplantáció utáni korai időszak eltelik, **a vesetranszplantált betegek nagy többsége visszatérhet munkájához, betegsége előtti életviteléhez, és aktív életet élhet.**

FONTOS

Figyeljen a fertőzésekre, illetve a szervkilökődés jeleire! Ezeket jelezheti hőemelkedés, láz, hidegrázás vagy fájdalom. Ha testhőmérséklete egy alkalommal 38 °C-nál magasabb, vagy egy teljes napon át 37,5 °C-nál magasabb, mindenképpen jelezze ezt kezelőorvosának vagy az ügyeletes orvosnak. Szükség esetén be is kell jönnie a klinikára, vagy a sürgősségi ambulancián kell megjelennie. Az orvos beleegyezése nélkül semmilyen gyógyszert nem szabad bevennie.

MIRE FIGYELJEK, MIUTÁN HAZATÉRTEM A KÓRHÁZBÓL?



TARTSA TISZTÁN A MŰTÉTI SEBET!

A sebet fertőtlenítő szappan segítségével tudja tisztán tartani. Ha bármi változást észlel, például bőrpírt, duzzadást vagy váladékozást, azonnal értesítse kezelőorvosát vagy az ügyeletes orvost.



MÉRJE TESTHŐMÉRSÉKLETÉT!

Ha lázasnak érzi magát, rázza a hideg vagy fájdalmai vannak, ellenőrizze testhőmérsékletét, ugyanis ezek egy kezdődő fertőzés vagy a kilökődés első jelei lehetnek.



MÉRJE VÉRNYOMÁSÁT ÉS A PULZUSÁT!

A kórházban megtanítják Önnek, hogyan kell megmérnie vérnyomását és pulzusát. Értesítse orvosát, ha a mért értékek a normál határértéken kívül esnek. A beültetett vese akkor tud hosszú időn át jól működni, ha vérnyomása a normális határértéken belül marad.



FIGYELJE TESTSÚLYÁNAK ALAKULÁSÁT ÉS VIZELETÉNEK MENNYISÉGÉT!

A vizelet mennyiségéből megállapítható, hogy új veséje megfelelően működik-e. A vizelet mennyiségén kívül a bevitt folyadékmennyiséget és testsúlyát is mérje naponta, utóbbit lehetőleg reggelizés előtt. Ha vizeletének mennyisége csökken, vagy reggeli testsúlya napi 1 kg-nál többel növekszik, azonnal vegye fel a kapcsolatot a transzplantációs központ orvosával vagy kezelőorvosával. Vizsgálja meg vizeletét mindennap. Közvetlenül a műtét után kis mennyiségű vér gyakran előfordul a vizeletben. Ha azonban több nap elteltével is vért lát vizeletében, vizelési nehézségei vannak, csíp a vizelete, vagy annak kellemetlen a szaga, értesítse orvosát.

HÉTKÖZNAPI ÉLET A MŰTÉT UTÁN

Annak érdekében, hogy az új veséjét ne lökje ki az immunrendszere, gyógyszeres immunszuppresszív kezelést kap. Ez azonban gyengíti a szervezet természetes védekezési mechanizmusait, ezáltal fogékonyabbá válik a fertőzésekre. Jó hír, hogy jelentősen csökkentheti a megfertőződés veszélyét, ha betartja a higiéniai szabályokat, egészségesen táplálkozik és figyel az életmódjára.

ÁLTALÁNOS HIGIÉNYIA

Fontos, hogy személyi higiéniajára nagy hangsúlyt fektessen, mert ezzel csökkenti a fertőzések veszélyét. Zuhanyozzon rendszeresen, használjon folyékony szappant a hagyományos helyett. Minden étkezés előtt és végehasználat után mosson kezet. Körömkefével alaposan tisztítsa meg a körmeit. Védekezzen a megfázás ellen, influenzaszegzen idején kerülje a zsúfolt helyeket.



BŐRÁPOLÁS

Egyes gyógyszerek pattanások (acne) képződését okozhatják arcán és 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, ne mossa szappannal az adott területeket egy ideig, és használjon testápolót.



NEM KÍVÁNT SZŐRNÖVEKEDÉS

Az immunszuppresszív kezelés mellékhatásaként szőrnövekedés alakulhat ki az arcon és néha más helyeken is. Ez zavaró lehet, de semmi esetre se változtassa meg vagy hagyja abba gyógyszereinek szedését. Többféle hatóanyagú módszer is van a felesleges szőr eltávolítására (krémek, gyantázás stb.).



SZÁJHIGIÉNYIA-FOGÁSZATI ELLÁTÁS

Puha fogkefét használjon, hogy ne sértse meg az ínyét. Mosson fogat közvetlenül étkezés után, használjon szájrvizet, szájoöblítőt. Ha műfogsora van, alaposan tisztítsa meg minden étkezés után.

Félévenként járjon fogászati vizsgálatra, hogy megelőzzék a fertőzéseket és a fogszuvasodást. A műtétet követő hat hónapon belül azonban kizárólag akkor menjen fogorvoshoz, ha súlyos fogászati problémája van. Függetlenül attól, hogy mennyi idővel korábban esett át a veseátültetésen, ha a tervezett fogászati beavatkozás (gyökérkezelés, foghúzás) vérzéssel jár, a kezelés előtt 24 órával kezdje el az antibiotikum szedését, és folytassa azt a beavatkozást követő 48 óráig. Kérje meg orvosát, hogy a transzplantációs központtal megbeszélte antibiotikumot írja fel.



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 elpusztítják a hüvely normális baktériumflóráját is, ami fokozott fertőzésveszélyhez vezet. A szappannal történő rendszeres mosakodás elegendő.



TAKARÍTÁS

Takarítsa rendszeresen a fürdőszobát és a konyhát, különös tekintettel a hűtőszekrényre. Cserélje gyakran ágyneműjét és törülközőit. Nem szükséges speciális tisztítószereket alkalmaznia, elegendő a hagyományos háztartási tisztítószer. Viseljen gumikesztyűt, ha kertészkedik.

ÉTREND, TÁPLÁLKOZÁS ÉS FOLYADÉKFOGYASZTÁS

A megfelelő táplálkozás nagyon fontos a gyógyulás szempontjából, az egészséges, kiegyensúlyozott étrend segít a felépülésben. Egyes gyógyszerek mellékhatása lehet a jelentős étvágynövekedés és az ezzel járó elhízás. A mértékletesség, a dietetikus által összeállított alacsony zsírszintű és cukortartalmú diéta segíthet kontroll alatt tartani testsúlyát és vércukorszintjét.



SZIGORÚ DIÉTA A VESEÁTÜLTETÉS UTÁN NEM SZÜKSÉGES, DE FIGYELJEN ARRRA, HOGY ÉTRENDJE TARTALMAZZA A KÖVETKEZŐKET:

- friss gyümölcs és zöldségfélék (alapos folyó vizes mosás után)
- teljes értékű gabonafélék és kenyerek
- alacsony zsírtartalmú tej és tejtermék
- sovány hús, hal, baromfi vagy egyéb fehérjeforrás
- fogyasszon napi 2-3 liter folyadékot (elsősorban vizet), illetve törekedjen napi 1,5-2 liter vizeletmennyiségre

TIPP

- Ha vízhajtó kezelést kap, a pontos sóbevitel mértékét egyeztesse a kezelőorvosával.
- Bizonyos esetekben veséje a káliumot a káliumnál jobban ürítheti. Káliumbevitelét is érdemes megbeszélnie a kezelőorvossal.

MIT NE EGYEN?

- Magas káliumtartalma miatt csak kevés banánt, spenótot.
- Grépfrútot vagy gránátalmát (vagy ezek levét), mert befolyásolhatják a kilökődésgátló szerek gyógyszer szintjét.
- Nem pasztörözött tejből készült vagy penésszel érlelt sajtot.
- Kerülje a nagyon csípős ételeket.
- Fontos, hogy csökkentse a sóbevitelt, kerülje a sós készételeket, csipszeket, konzervételeket!

ALKOHOL?



Kerülje az alkohol fogyasztását! Az alkohol a májban bomlik le, és a gyógyszerekkel együtt fokozottan májkárosító hatású.

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 a testmozgást lépcsőzéssel, de ne erőltesse túl magát, pihenjen, ha elfáradt. A műtét után **három hónapig kerülnie kell a hasizmot igénybe vevő testmozgást**, hogy elkerülje a hasfali sérv kialakulását. Kezdetben javasolt a kerékpározás, az úszás és a hosszabb séták, majd ha már megerősödött, és javul a kondíciója, három hónap után más sportokat is elkezdhet, mint például a tenisz vagy a futás. A kontaktsportok (pl. labdarúgás, küzdősportok) azonban később sem javasoltak. **A rendszeres testmozgás, sport az Ön egészségét szolgálja.**

FONTOS

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

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

TUDTA?

A transzplantáltaknak saját olimpiájuk és nemzetközi sportversenyeik is vannak.

ÉLETMÓDTANÁCSOK



DOHÁNYZÁS

Ha eddig dohányzott, hagyja abba! A vesebetegek fokozottan hajlamosak a szív- és érrendszeri megbetegedésre, ezért a dohányzás az átlagosnál is károsabb hatással van rájuk. A dohányzás jelentős szerepet játszik a többi daganatos betegség kialakulásában is.



GÉPJÁRMŰVEZETÉS

A műtétet követően – egyéntől függően – hosszabb-rövidebb ideig nem javasolt autót vezetnie. Beszélje meg kezelőorvosával, hogy mikor ülhet vissza a volán mögé! A biztonsági öv használata nem zavarja az új veséjét, ezért mindig kösse be magát!



HÁZIÁLLATOK

A szervátültetésen átesett betegek fogékonyabbak a fertőzésekre, és ez igaz a házi kedvencekkel kapcsolatban is. Bizonyos szabályok betartásával azonban a fertőzésveszély minimalizálható. Alacsonyabb a fertőzésveszély a díszhalak, hörcsögök, lakásban tartott macskák tartása esetén. Kutyát is tarthat, DE a hullók, a kígyók, a teknősök, a kalitkában tartott madarak nem javasoltak. Mindig viseljen gumikesztyűt, ha az állatok almát, terráriumát, akváriumát tisztítja, de a legjobb, ha ezt más végzi el Ön helyett. Az alomtálca ne legyen a konyhában! Tartsa háziállata tárgyait is tisztán, és lehetőleg minél távolabb az Ön 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 kivédeni a bőrön áthatoló ultraibolya sugarak által okozott károsodásokat. Egyes szedett gyógyszerek fényérzékenységet okozhatnak, ezért minden alkalommal védje bőrét a napsugárzástól.

- Ne menjen a napra 11 és 15 óra között, amikor a napsugárzás a legerősebb!
- Viseljen kalapot, védje bőrét ruhával, illetve magas faktorszámú (legalább 50-es) naptejjel!
- A napsugarak még felhős időben is károsak lehetnek, ilyenkor is gondoskodjon bőre védelméről!
- Ne járjon szoláriumba!

Figyeljen a bőrrák esetleges megjelenésére! Ha azt veszi észre, hogy anyajegyének változik a színe, növekszik, viszketni kezd, vagy a széle szabálytalaná válik, mutassa meg kezelőorvosának. Évente – vagy az orvos által meghatározott egyéni javaslat alapján – menjen el bőrgyógyászati szűrővizsgálatra akkor is, ha nincs panasza!

PSZICHÉS TÁMOGATÁS

Az éveken át tartó betegeskedés, a várakozás izgalmai az új szervre és maga a transzplantáció lelkileg 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 a megváltozott életvitelükhöz. A szervátültetésen átesetteknek ambivalens érzéseik lehetnek, egyszerre érezhetik magukat tehernek és kiszolgáltatottnak. A támogató családi környezet nélkülözhetetlen a felépülésben, de családterapeuta vagy a tanácsadó szolgálatok segítségét is lehet kérni az események lelki feldolgozásához. Kérjen tanácsot orvosától, hogy hová fordulhat pszichés támogatásért.

SZEXUÁLIS AKTIVITÁS, GYERMEKVÁLLALÁS

Amint 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. 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, ezeket csak 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, előzetesen beszéljen erről orvosával. Fontos, hogy **a gyermekvállalás mindig tervezetten történjen**, hiszen szükségessé válhat a szedett gyógyszereinek átállítása is. **Vesetranszplantáció után sok férfinak és nőnek született már egészséges gyermeke.** A legtöbb nő normális havi ciklusa pár hónappal a műtét után visszatér, de a teherbe eséssel legalább egy évet érdemes várni.

UTAZÁS, PIHENÉS

Nyarláskor kerülje azokat a helyeket, ahol a víz és az élelmiszer fertőzött lehet. Idegen helyen inkább palackozott (ásvány)vizet fogyasszon. Mindig vigyen magával az utazás egész időtartamára elegendő gyógyszert, sőt tartalékot is arra az esetre, ha távolléte valami miatt hosszabb lesz. 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, hogy ha mégis elfogyna vagy elveszne, be tudja szerezni. Beszélje meg orvosával utazási tervét, és kérjen tőle igazolást arról, hogy transzplantált veséje van, emiatt Önnek nagy(obb) mennyiségű gyógyszerre van szüksége. Vigye magával legfrissebb ambuláns lapját, zárójelentését, hogy kellő információval szolgálhasson, ha szükséges lenne. Hagyja meg a címet, telefonszámot, ahol elérhetik. Gondoskodjon arról, hogy tudja, szükség esetén hová fordulhat segítségért nyaralása helyszínén.



VÉDŐOLTÁSOK

Célszerű, hogy még a szervátültetés előtt védelemet 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, javasoljuk tehát, hogy még **a műtét előtt az influenza ellen Ön és családtagjai is kapjanak védőoltást.**

A szervátültetés után nem kaphat olyan védőoltást, amely 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 beadásuk előtt tájékoztassa orvosát vagy a transzplantációs központ orvosait. Ha bizonytalan abban, hogy bizonyos betegségekkel szemben védett-e, kérje meg orvosát, hogy végezzen szerológiai 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, vírusok és egyéb kórokozók 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 vesét.**

Ezek a gyógyszerek azonban az immunrendszert összességében gyengítik, és nem csak a kilökődést gátolják. Emiatt a szervátültetés után a betegek fokozott mértékben ki vannak téve a fertőzéseknek, egyes daganatos megbetegedéseknek, és a szív- és érrendszeri szövődmények kockázata is nagyobb. Ezért a kezelés során **egyénre szabottan kell megtalálni az egyensúlyt**, hogy megelőzzük a kilökődést, de a fertőzésekkel szemben is védekezzünk.

A betegségeket jóval egyszerűbb megelőzni, mint kezelni őket. Tegyen egészsége megőrzéséért, vegyen részt rendszeresen a szűrővizsgálatokon!

TARTSA ÉSZBEN!

Egyes immunszuppresszív gyógyszereket egész életében szednie kell, kezelőorvosa engedélye nélkül nem szabad kihagynia egy adagot sem, és nem csökkentheti a szedett gyógyszer mennyiségét, különben elveszítheti a beültetett szervet, sőt az életét is veszélyeztetheti. A műtét után – bizonyos idő elteltével – kevesebb gyógyszerre lesz szüksége, de ennek beállítása kezelőorvosának a feladata.

ISMERJE FEL KORÁN A KILÖKÖDÉS JELEIT!

Az immunszuppresszív kezelés célja, hogy megakadályozza az új vese kilökődését. A transzplantáció után bármikor, de a műtétet követő első nyolc hétben gyakr(abb)an fordulnak elő enyhe vagy középsúlyos kilökődési epizódok. A gyógyszerek dózisének emelésével vagy új szerek átmeneti alkalmazásával azonban **a folyamat megállítható, sőt vissza is lehet fordítani**. Ha a kilökődés jeleit tapasztalja, haladéktalanul értesítse orvosát, mert a kezelést a lehető leghamarabb el kell kezdeni.

A kilökődésre utaló első jelek nem mindig egyértelműek, a következő tünetekre kiemelten figyeljen:

- gyengeség, levertség, rossz közérzet
- fájdalom, nyomásérzékenység a beültetett vese tájékán
- csökkenő vizeletmennyiség
- 38 °C feletti láz
- vérnyomás-emelkedés
- súlynövekedés, lábdagadás

A hatékony immunszuppresszív szereknek köszönhetően a betegek mindössze 1-2 százalékánál alakul ki befolyásolhatatlan kilökődési reakció.

FONTOS

Ha időben felismerik, a legtöbb kilökődési folyamat sikeresen visszafordítható.

Mikor van szükség vesebiopsziára?

A vese állapotának megítéléséhez szövettani vizsgálat céljából mintát vehetnek az új szervből (biopszia), amit az orvosok általában a kilökődés vagy más lehetséges problémák ellenőrzéseként végeznek. Érzéstelenítés után egy speciális nagyon vékony tűt juttatnak a vesébe, amelyet ultrahang vezérel. A kiemelt veseszövetet mikroszkóppal vizsgálják meg. A beavatkozás után legalább négy órán át ágyban kell maradnia.

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, akkor a teendőkről olvassa el a betegtájékoztatót vagy 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 orvosságát 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 hétvégékre, az ünnepnapokra és elutazás esetére. Ha megváltozott az előírt adag, ellenőrizze, hogy van-e elegendő gyógyszer az emelt dózisok biztosítására.

Miért fontosak a kontrollvizsgálatok?

Miután hazatért a kórházból, az első 3 hónapban hetente (szükség esetén gyakrabban) követéses vizitekre kell járnia a transzplantációs ambulanciára. **Mindig vegyen részt a kontrollvizsgálatokon**, mert az orvosok így tudják nyomon követni állapotát változását, az esetleges szövődményeket pedig még a korai szakaszban felismerik. Megvizsgálják vesefunkcióit és ellenőrzik, hogy nincs-e fertőzése. Megméri bizonyos kilökődésgátló gyógyszereinek maradék vérszintjét (reggeli gyógyszerbevitel előtti szint). Szükség esetén módosítják a gyógyszerelését is. A vizitekre mindig vigye magával az aktuálisan szedett gyógyszereinek listáját pontos adagolással feltüntetve.

A kontrollvizsgálatok célja eltérő lehet: vannak, amelyeken az általános egészségi állapotát ellenőrzik, vannak, amelyeken a kilökődésgátló gyógyszerek szintjét vizsgálják, illetve léteznek célzott szűrővizsgálatok is. (A legtöbb ellenőrzéskor vért vesznek és megméri kilökődésgátló gyógyszereinek maradék vérszintjét.)

Mivel bizonyos immunszuppresszív kezelés mellékhatásaként megnő a cukorbetegség, a magas vérnyomás vagy a csonttrikulás 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

Mivel a kilökődésgátló gyógyszerek befolyásolhatják a laborvizsgálat eredményét, fontos, hogy a vérvételt a napi gyógyszerbevitel fix időpontja elé időzítsse. (Példa: ha mindennap 9-kor veszi be gyógyszerét, akkor 8-ra menjen laborvizsgálatra.)

Miért fontos a gyógyszer szint-monitorozás?

Az immunszuppresszív kezelések célja, hogy a gyógyszerek koncentrációját mindig optimális szinten tartsák a szervezetben: megakadályozzák az új szerv kilökődését, de ne gyengítsék le túlzottan az immunrendszert. Ezt a gyógyszer-koncentráció gyakori mérésével lehet ellenőrizni. Az állandó gyógyszer szint fenntartásához nem elég, ha a beteg állandó dózisban szedi a gyógyszereit, hiszen a gyógyszer szint még azonos adagolásakor is ingadozhat. **Az optimális gyógyszer szintet az egyéni tulajdonságok figyelembevételével – személyre szabottan – kell beállítani**, mivel mindnyájunk 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 gyógyszerkölsönhatások is.

FONTOS

A nem megfelelő gyógyszereszedés és az orvosi tanácsok figyelmen kívül hagyása a szerv kilökődéséhez vezethet.

ÁLTALÁNOS MELLÉKHATÁSOK

A kilökődésgátló (immunszuppresszív) gyógyszerek is okozhatnak mellékhatásokat, de számukat csökkenteni lehet egyes gyógyszerek kombinációjával úgy, hogy közben az immunszuppresszió optimális szintjét is fenntartjuk. Mivel a egyes gyógyszerekre minden beteg másképp reagál, kezelését az Ön speciális igényeire szabják. Kezelőorvosa tájékoztatja majd az előírt gyógyszerekről, azok alkalmazási szabályairól és esetleges mellékhatásairól.

FONTOS

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

VIGYÁZZON MAGÁRA!

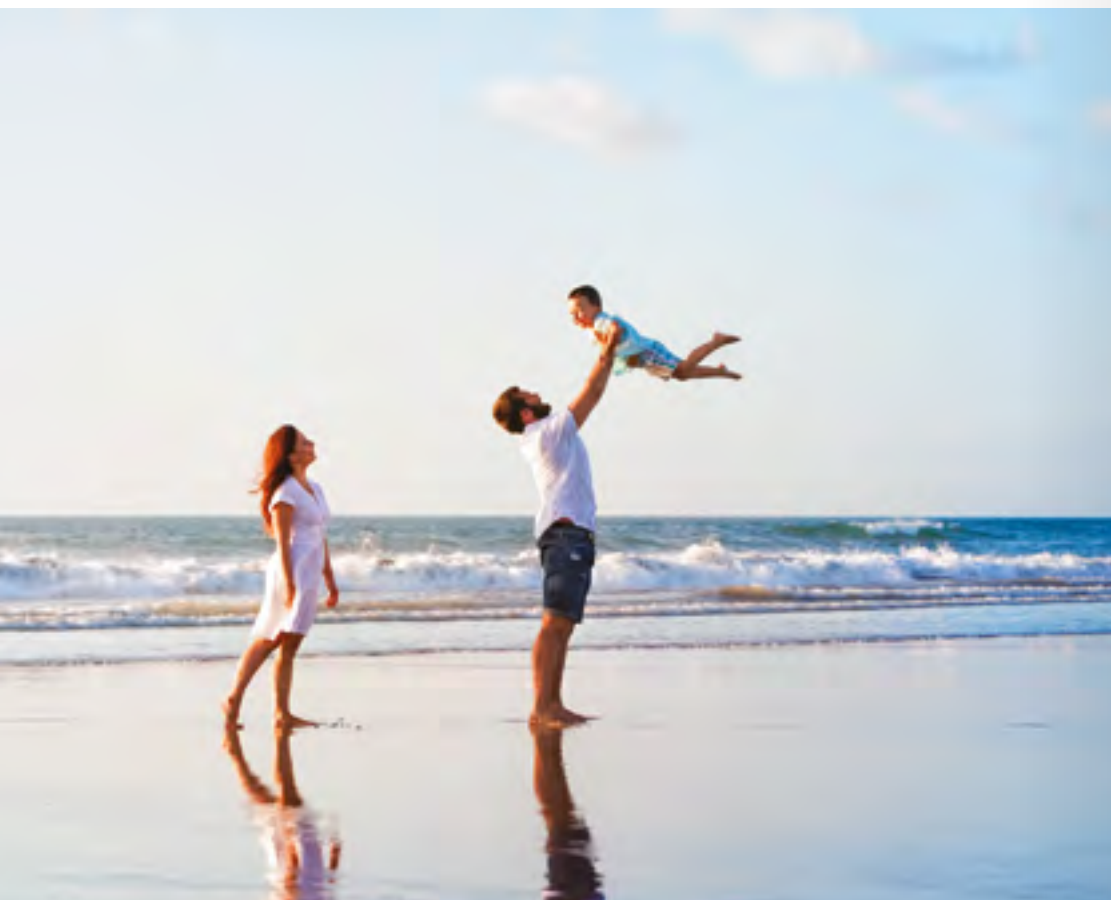
Új veséjével egy új életre kapott esélyt. Ebben a folyamatban lehetnek nehéz pillanatok: meg kell tanulnia együtt élni azzal, hogy mindennap gyógyszert kell szednie, és orvosi ellenőrzésre kell rendszeresen járnia. A család, a barátok nagyon sokat segíthetnek a felépülésben, de a legnagyobb feladat Önre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

Vezessen betegnaplót, készítsen feljegyzéseket naprakészen a következőkről: vérnyomás, pulzus, testsúly, vizelet mennyisége, változás a gyógyszerekben vagy azok dóziséban, apróbb fertőzések, új tünetek vagy mellékhatások. Felmerülő kérdéseit írja le, nehogy elfelejtse őket. A kontrollvizsgálatokra vigye magával a feljegyzéseket. Tájékoztassa az Önt kezelő egészségügyi szakembereket arról, hogy vesetranszplantált, és folyamatosan gyógyszert szed.

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

Hogyan vigyázzak magamra és az új vesémre?

- Mindig vegyen részt a kontrollvizsgálatokon.**
- Figyeljen magára, ellenőrizze testhőmérsékletét, vérnyomását, testsúlyát, vizeletének mennyiségét.**
- Gyógyszereit mindig pontosan szedje, az előírt mennyiséget ne változtassa meg magától, ne hagyjon ki egyetlen adagot sem.**
- Kezelőorvosa utasításait kövesse mindig pontosan.**
- A higiéniai tanácsokat tartsa be, próbálja elkerülni a fertőzéseket.**
- Járjon rendszeresen szűrővizsgálatokra.**
- Táplálkozzon egészségesen, kerülje a túlzott só- és cukorbevittelt. Igyon megfelelő mennyiségű folyadékot.**
- 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

Transzplantációs és Sebészeti Klinika

Semmelweis Egyetem Általános Orvostudományi Kar

www.semmelweis.hu/transzplant/

Sebészeti Intézet Vesetranszplantációs Központ

Debreceni Egyetem – Klinikai Központ, Sebészeti Klinika

<http://sebeszet.med.unideb.hu/hu/sebeszeti-intezet-vesetranszplantacios-kozpont>

Transzplantációs Osztály

Klinikai Központ Sebészeti Klinika

Pécsi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Kar

<http://aok.pte.hu/hu/egyseg/index/280>

Sebészeti Klinika

Szegedi Transzplantációs Centrum

Szegedi Tudományegyetem

<http://www.surg.szote.u-szeged.hu/szegedi-transzplantacios-centrum/>

BETEGSZERVEZETEK

Magyar Szervátültetettek Szövetsége (MSZSZ)

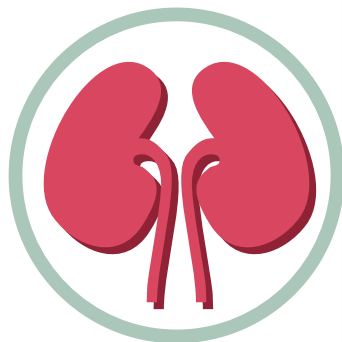
www.trapilap.hu

Transzplantációs Alapítvány a Megújított Életekért

transalap.hu

Újraszervezés Alapítvány

www.ujraszervezes.hu



Felhasznált irodalom és weboldalak

Dr. Makó János – Dr. Szöllősy Gyula: Tanácsok vesebetegeknek, Springer Hungarica Kiadó Kft., 2000, www.vitalitas.hu

Betegtájékoztató a veseátültetésről. Semmelweis Egyetem ÁOK Transzplantációs és Sebészeti Klinika

www.semmelweis.hu/transzplant

Országos Vérellátó Szolgálat Szervkoordinációs Iroda

www.ovsz.hu

Eurotransplant

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

Dr. Andy, Stein – Janet, Wild: Veseelégtelenség, dialízis, transzplantáció. SpringMed Kiadó. 2014

<https://www.nephrocare.hu/betegeinknek/a-vese-es-a-veseelegtelenseg/tudnivalok-a-veserol.html>

<http://www.vitalitas.hu/konyvek/ve>

<http://www.vesebetseg.hu/terapiak/>

http://www.vesebetseg.hu/page.php?aid=veseatultetes_elo_donorokbot&path=terapiak/transzplantacio

<http://semmelweis.hu/transzplant/szervatultetes/tajekoztato-vesetranszplantalt-betegek-szamara/>

<https://www.dartmouth-hitchcock.org/transplantation/after-kidney-transplant.html>

<https://www.kidney.org/atoz/content/foods-avoid-after-transplantation>

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

<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. Magyar Szervátültetettek Szövetsége, Budapest

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

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

Steiner, R. et al: Steroids in kidney transplant patients, Semin Immunopathol. 2011 Mar; 33(2): 157–167. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3082701/>

TX_2021_0021_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