

Zalecenia dla pacjenta po przeszczepieniu nerki

Informacje ważne przy wypisie ze szpitala: numery telefonu do lekarzy zespołu transplantacyjnego, na kiedy i gdzie jest zaplanowana wizyta kontrolna (potrzebne będzie skierowanie), jakie leki o jakim czasie należy przyjmować. Warto upewnić się, że treść zaleceń w karcie wypisowej jest całkowicie zrozumiała. Leki wypisane na receptce powinno się wykupić w najbliższej aptece.

Zalecane jest prowadzenie w domu dzienniczka samokontroli, w którym zapisywane są pomiary ciśnienia tętniczego i tętna, masa ciała mierzona rano i dobowy zbiórka moczu.

Ogólnie dostępne środki czystości są wystarczające do regularnego sprzątania pomieszczeń w domu.

Przez około 3 miesiące należy unikać miejsc, gdzie przebywa dużo ludzi, ze względu na możliwość infekcji. Po 3 miesiącach ryzyko zakażenia zmniejsza się, ale nadal warto zachować ostrożność i unikać bezpośredniego kontaktu z osobami zainfekowanymi.

Zalecany jest w miarę szybki powrót do pracy zawodowej lub przerwanej nauki. Najczęściej jest to możliwe po upływie 2–4 miesięcy po transplantacji, w zależności od rodzaju wykonywanej pracy i stanu zdrowia.

Dieta jest mniej restrykcyjna niż podczas dializoterapii. Należy wypijać około 2 litrów płynów, unikać soli, chyba że lekarz zaleci inaczej.

Aktywność seksualna u osób po przeszczepieniu nerki powraca przeważnie do poziomu sprzed choroby. Pierwszy stosunek seksualny można odbyć po zagojeniu rany.

Jeżeli czynność nerki jest stabilna przez pierwszy rok po transplantacji, kobieta może zająć ciążę i urodzić zdrowe dziecko. Decyzja o macierzyństwie wymaga konsultacji z lekarzem, gdyż przed zajściem w ciążę najczęściej należy zmienić leczenie immunosupresyjne.

Każdy mężczyzna po przeszczepieniu nerki może zostać ojcem. Należy omówić z lekarzem wskazania do modyfikacji leczenia immunosupresyjnego.

Zalecane jest coroczne szczepienie przeciw grypie.

Możesz podróżować i wyjeżdżać za granicę na urlop. Należy unikać regionów świata o niskim standardzie higienicznym i pamiętać o zabraniu wystarczającej ilości leków immunosupresyjnych.

Należy dbać o czystość i higienę zwierząt domowych oraz unikać kontaktu z ich odchodami.

Do prac ogrodniczych zalecane jest zakładanie rękawiczek a nawet maseczki chirurgicznej ze względu na ryzyko zakażenia bakteriami glebowymi.