

nelerinin yaptırılması da önem taşır (kansere erken tanı muayeneleri dâhil). Bunlar karaciğer naklini takiben ortaya çıkabilen özel, uzun vade komplikasyonlarına odaklanmaktadır. İmmünsüpresif ilaçlar farklı farklı yan etkiler gösterebilirler. Bunlara örnekleri ve alınacak önlemleri bu bilgi broşürünün 3. ve 4. sayfalarındaki şemada bulabilirsiniz.

Günlük yaşamda davranış

Zamanla günlük yaşamınıza geri döneceksiniz. Ancak, zayıflamış olan bağışıklık sistemine günlük yaşamda dikkat edilmesi gerekmektedir. Organ nakli merkeziniz size bununla ilgili kılavuz ilkeleri iletacaktır. Enfeksiyonları önlemek için temel kural şudur: Dikkatli ve itinalı davranın, fakat korkmayın. Çalışırken ve beslenmenizde hijyene özen gösterin ve enfeksiyonu olan hastalarla doğrudan temastan kaçının. Başlangıçta büyük insan topluluklarından kaçınmanız iyi olur, ancak bu sürekli kendinizi geri çekip normal bir yaşamdan vazgeçmenize neden olmamalıdır. Emin olmadığınız hususları organ nakli merkezine sorun, ör. beslenme, ev hayvanları, ev çiçekleri veya bahçe işleri gibi konuları danışın. Uzun süreli kortizon kullanımını osteoporoz (kemik erimesine) neden olabilir. Bu sorun özellikle kadınlarda yaygındır. Buna karşı kalsiyum bakımından zengin gıdalarla beslenin. Sportif etkinlikler ve jimnastik osteoporozun önlenmesi ve aynı zamanda dengeli bir sağlık için en iyi yöntemlerdir. Bu konuyu doktorunuz ile görüşün. Çocuk arzusu olan çiftler, hamileliğin/çocuk yapmanın karaciğer naklinden sonra da mümkün olduğunu bilmelidir. Ancak bu konuda daima ilkin organ nakli merkezine danışmanız ve sağlığınızın izlenmesi gerekmektedir. Organ nakledilenler yıl boyunca güneşten korunmaya dikkat etmelidir (güneş koruma faktörü en az 50, başlık / giyim). Seyahat etmek isterseniz seçiminizi gidilecek ülkenin hijyenik standartlarını da göz önünde bulundurup yapın. Enfeksiyon riski aşırı yüksek ülkelerde dikkatli olunmalıdır. "Rund um's Reisen nach Lebertransplantation" (karaciğer nakli sonrası seyahat) adlı bilgi broşürümüzü de okumanızı öneririz.

Yardımlaşma

Her hastanın organ naklinden sonra ek bilgilere ihtiyacı olur. Ortaya çıkan sorunlarda daima birisi ile konuşma gereksinimi duyulur. Organ nakli merkezindeki hekimlerin gündelik düzeninde her zaman bu sorulara vakit ayırlamayabilir. Lebertransplantierte Deutschland e.V. (Karaciğer Nakli Yapılanlar Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği Almanya e.V.), size yerel iletişim gruplarında veya bire bir sohbet etme ve bilgi alışverişinde bulunma olanağı sunmaktadır. Yaşadığınız yöredeki temsilcilerimiz sorularınız olduğunda hizmetindedir. Aynı tecrübelerle sahip insanlarla tanışma ve günlük hayatınızda bundan faydalanma olanağı elinizin altında. Karaciğer naklinden sonra da kendi sağlığınıza dikkat etmelisiniz. Elbette ki terslikler, sıkıntılı ve kötü günler de olacaktır. Fakat bunların harikulade bir şeyi görmenizi engellemesine izin vermeyin: yeni bir yaşam süresi hediyesini.

Ulrich Kraus / Jutta Riemer

Türkçe broşürler:

Karaciğer nakli sonrası laboratuvar değerleri, Canlıdan karaciğer bağıışı, Karaciğer nakli, MELD skoru, Karaciğer nakli öncesi bekleme süresi, Organ bağıışı. Sizinle bilgi paylaşmaktan mutluluk duyarız.

 **Lebertransplantierte
Deutschland e.V.**

Büro
Bebbelsdorf 121, 58454 Witten
E-posta: info@lebertransplantation.de
Web sitesi: www.lebertransplantation.eu

Organ nakli sonrası tedavi

Hastalar için bilgiler Organ nakli sonrası tedavi

(Dtsch.: Transplantationsnachsorge)

Karaciğer naklinden sonra neler yapılıyor?



**Karaciğer Nakli
Yapılanlar Yardımlaşma ve
Dayanışma Derneği
Almanya e.V.**



 **Lebertransplantierte
Deutschland e.V.**

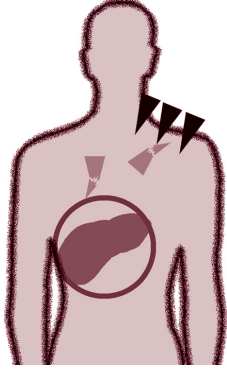
14. Baskı - Ekim 2023 - Vers.07

Organ nakli sonrası tedavi

Karaciğer nakli atlatıldı. Şimdi size bağışlanan karaciğeri korumak ve yeni karaciğerinizle olabilecek en sağlıklı koşullarda normal yaşama geri dönmek doktorlarınızla birlikte sizin de sorumluluğunuzda.

İlaçların alınması

Vücudun, karaciğeri yabancı bir cisim olarak görmemesi ve onu bir bağışıklık reaksiyonu olarak reddetmeye çalışmaması için bağışıklık sistemini baskılayan ilaçların (immünsüpresif ilaçlar) alınması gereklidir. Bunların tam olarak hangi ilaçlar olduğunu organ nakli merkezi doktorları sizin için özel olarak belirleyecektir. Başlıca maddeler Siklosporin (Sandimmun®) Takrolimus (Prograf® veya Advagraf®), Sirolimus (Rapamune®), Everolimus (Certican®) Mikofenolat mofetil (CellCept®) ve Azatioprin'dir (Imurek®, Azafalk®). Parantez içindeki ilaç isimleri örnek olarak verilmiştir. Buna ek olarak özellikle tedavinin başlangıcında bağışıklık sisteminin savunma hücrelerine karşı antikor uygulanabilir. Ayrıca organ naklini izleyen dönemde sıkça kortizon verilmektedir, ancak yan etkilerinden dolayı mümkün oldukça düşük dozlarda vermeye veya tamamen kesmeye çalışılmaktadır. İmmünsüpresif ilaçlarınızı aksatmadan, zamanında alın. Kan değerlerinin bağışıklığın baskılanması sağlanamayacak bir düzeyin altına düşmemesi için kimi ilaçların tam 12 ya da 24 saatte bir alınması gerekebilmektedir. Nakil merkezi bazı immünsüpresif ilaçlar için kişiye özel hedef kan değerleri belirlemektedir. Buradaki özen bir yandan vücudun organı reddini, diğer yandan da fazla ilaç alımı üzerine aşırı yan etkiler görülmesini engeller.



Bağışıklık sisteminin baskılanması karaciğeri korur, fakat enfeksiyon savunmasını da zayıflatır.

İlaç alma istisnai olarak unutulursa kısa süre sonra da yapılabilir. Ancak aynı gün iki kat doz alınmamalıdır! İmmünsüpresif tedavide değişiklik ancak nakil merkezi tarafından yapılabilir. Diğer ilaçları – bitkisel ilaçlar dâhil – doktorunuz, hatta organ nakli merkezi ile görüşmeden kullanmamalısınız. Çünkü bunlar ör. immünsüpresif ilaçların etki düzeyine olumsuz etki edebilir, yan etkileri arttırabilir ya da reddetme reaksiyonlarına neden olabilir.

Düzenli kontroller

Doktorunuzdaki kontrol muayenesi randevularınızı kaçırmamaya özen gösterin. Bu muayenelerin hangi sıklıkta ve nerede yapılacağını nakil merkezi belirler. Taburcu olduktan sonraki ilk haftalarda daha sık, daha sonraki süreçte daha seyrek olmaları beklenecektir.

Zamanla muayeneler gitgide aile doktorları tarafından yapılır ve organ nakli merkezindeki kontroller artık altı ayda bir veya yılda bir yapılır. Sürecin nasıl olduğunu organ nakli merkezindeki doktorlar size açıklayacaktır. Düzenli kontroller sayesinde, karaciğere hasar verebilecek reddetme reaksiyonlarının veya enfeksiyonların fark edilmemesi önlenmektedir. Böylece bazen ilaçların yan etkisi olarak ortaya çıkabilen hastalıklar da (ör. diyabet, yüksek tansiyon, böbrek işlevleri bozukluğu) zamanında fark edilebilir. Bunun dışında Siklosporin, Takrolimus veya Sirolimus alındığında, alınan miktarın bağışıklığın baskılanmasını sağlamak için yeterli olup olmadığı kontrol edilmektedir. Çünkü vücut tarafından ilaçların alınması ve atılması da değişebilir. Nakil merkezinin kandaki immünsüpresif ilaç değerleri hakkında sürekli bilgisi olmalıdır. Kan tahlillerinin yanı sıra düzenli aralıklarla başka kontrol muaye-

İmmünsüpresyonun olası yan etkileri ve alınacak önlemler

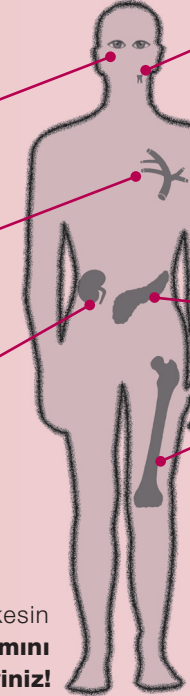
**Göz tansiyonu (glokom, karasu)
Perde inmesi (katarakt, aksu)**
Düzenli göz doktoru muayeneleri

Yüksek tansiyon (hipertoni)
Düzenli aralıklarla kilo ve tansiyon kontrolü

Böbrek işlev bozukluğu
Yeterli miktarda sıvı içilmesi (günde en az 2 ila 3 litre), kan değerleri kontrolü

Mantar oluşumu
Kendiniz kontrol edin
Düzenli aralıklarla jinekolojik muayene

Burada belirtilen yan etkiler farklı sıklıkta ve kısmen sadece belirli ilaçlarda görülmektedir, kesin görülecekler diye bir kaide yoktur. **İlaç kullanımını doktorunuzla görüşmeden asla değiştirmeyiniz!**



Diş eti büyümesi
Düzenli diş hekimi muayeneleri

Tümör riskinin artması – özellikle ciltte
Aşırı güneş ışınlarından kaçının, cilt doktorunda, ürologda ve kadın doktorunda kontrol muayeneleri, kalın bağırsak kanseri kontrol muayenesi

Şeker hastalığı (diyabet)
Kilo kontrolü, kan değerlerinin kontrolü

Kemik kırılabilirliği (osteoporoz)
Bol kalsiyumlu beslenme
Spor

Kilo artışı
Kilo kontrolü. Vücut kitle indeksi (VKİ, kişinin kg cinsinden vücut ağırlığının metre cinsinden boyunun karesine bölünmesi ile elde edilir) 25'in altında olmalıdır.