

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 beslen-menizde 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 osteoporoza (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 veya jinekoloğunuz ile görüşün. Çocuk arzusu olan çiftler, hamileliğin / çocuk yapmanın karaciğer naklinden sonra da mümkün olduğunu bilmelidir. Ancak bu konuda daima ilkin organ nakli merkezimize 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 sohbet etme ve bilgi alışverişinde bulunma olanağı sunmaktadır. Yaşadığınız yöredeki temsilcilerimiz sorularınız olduğunda hizmetinizdedir. 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 diğer broşürler:

**Ciddi engellilik,
Karaciğer nakli,**

**Karaciğer nakli sonrası laboratuvar değerleri.
Sizinle bilgi paylaşmaktan mutluluk duyarız.**

 **Lebertransplantierte
Deutschland e.V.**

Jutta Riemer (Başkan)
Maiblumenstr. 12 · 74626 Bretzfeld
Tel. 0 79 46/94 01 87 · Faks 0 79 46/94 01 86
E-posta: info@lebertransplantation.de
Web sayfası: www.lebertransplantation.eu

13. Baskı · Ağustos 2019 · Vers.06

Organ nakli sonrası tedavi

Hastalar için bilgi Organ nakli sonrası tedavi

(Dtsch.: Transplantationsnachsorge)



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

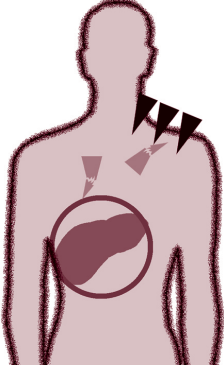
 **Lebertransplantierte
Deutschland e.V.**

Organ nakli sonrası tedavi

Karaciğer nakli atlatıldı. Şimdi sağlığını uzun süre korumak sizin sorumluluğunuzda. Doktorlarınız size bunda yalnızca yardımcı olabilirler.

İlaçların alınması

Vücudun, karaciğeri yabancı bir cisim olarak görmemesi ve bir bağı-şiklik reaksiyonu olarak reddetmeye çalışmaması için bağı-şiklik sistemini baskı-layan ilaçların (immünsüp-resif ilaçlar) alınması gereklidir. Bunların tam olarak hangi ilaçlar olduğunu organ nakli merkezi doktorları sizin için özel olarak belirleyecektir. En önemli maddeler Siklos porin (ör. Sandimmun®), Takrolimus (Prograf®), Sirolimus (Rapamune®), Everolimus (Certican®) Mikofenolat mofetil (CellCept®) ve



Bağı-şiklik sisteminin baskılanması karaciğeri korur, fakat enfeksiyon savunmasını da azaltır.

Azatioprin'dir (Imurek®, Azafalk®). Buna ek olarak özellikle tedavinin başlangıcında bağı-şiklik 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 çalışılmak-tadır. Bu ilaçları aksatmadan ve zamanında alın. Kan değerlerinin bağı-şiklığın baskılanması sağlanamayacak bir düzeyin altına düşmemesi için kimi ilaçların 12 saatte bir alınması gerekebilmektedir. Tabii ki ilaçların zamanında alınması bazen unutulabilir. Bu durumda ilacı biraz geç de olsa almak almaktan kaçınılmalıdır!

Diğer ilaçları – bitkisel ilaçlar dâhil – doktorunuz, hatta organ nakli merkezi ile görüşmeden almamalı-

sınız. Çünkü bunlar bağı-şiklığın baskılanmasına olumsuz etki edebilirler. Bazı ilaçlar da yeni karaciğere gereksiz bir yük yükleyebilir, dolayısıyla bunlardan da kaçınılmalıdır.

Düzenli kontroller

Doktorunuzdaki kontrol muayenesi randevularınızı kaçırmamaya özen gösterin. Klinikten çıktıktan sonraki ilk haftalarda genelde haftada iki kez kan tahlili yapılır. Daha sonra, tahlil aralıkları yavaş yavaş uzar. 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 verebi-

lecek 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 bağı-şiklığın baskılanmasını sağlamak için yeterli olup olmadığı kontrol edilmektedir. Çünkü vücut tarafından ilaçların alınması ve atılması da değişebilir. Organ nakli merkezinin kandaki immünsüpresif ilaç değerleri hakkında sürekli bilgisi olmalıdır. Bu nedenle, ya oraya bir kan örneği gönderilir ya da bir başka yerde tespit edilmiş olan değerler organ nakli merkeziyle paylaşılır.

Kan tahlillerinin yanı sıra belirli aralıklarla başka kontrol muayenelerinin yapılması da önem taşır (kansere erken tanı muayeneleri dâhil). Bunlar karaciğere

İmmünsüpresyonun olası yan etkileri ve alınacak önlemler

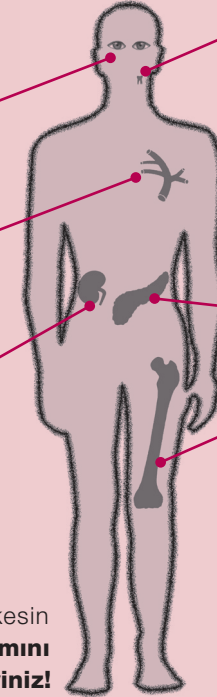
**Göz tansiyonu (glokom, karasu)
Perde inmesi (katarakt, aksu)**
Düzenli göz doktoru muayeneleri

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.