

bildirilir. Kan tahlillerinin yanı sıra belirli aralıklarla başka kontrol muayenelerinin yaptırılması da önem taşımaktadır. Bunlar karaciğer naklinden sonra ortaya çıkabilecek özel, uzun süreli komplikasyonlara dayanmaktadır. İmmünsüpresif ilaçlar çok farklı yan etkiler gösterebilirler. Bunlarla ilgili örnekleri ve alınacak önlemleri bu bilgi broşürünün 3. ve 4. sayfasında yer alan genel bakış bölümünde bulabilirsiniz.

Günlük yaşamda davranış

Zamanla günlük yaşamınıza geri döneceksiniz. Ancak günlük yaşamda zayıflamış olan bağışıklık sistemine dikkat edilmesi gerekiyor. Bununla ilgili olarak Organ Nakli Merkeziniz elinize bir rehber verecektir. Enfeksiyonları önlemek için temel kural şudur: Dikkatli ve itinalı davranın, fakat korkmayın. Çalışırken ve beslenmenizde hijyene dikkat edin ve enfekte hastalar ile doğrudan temas etmekten kaçının. Başlangıçta büyük insan topluluklarından kaçınmanız iyi olur, ancak bu sürekli kendinizi geri çekip normal bir yaşamdan vazgeçmenize neden olmamalıdır. Emin olmadığınız durumlarda Organ Nakli Merkezine sorun ve örn. beslenme, ev hayvanları, ev çiçekleri veya bahçe işleri gibi konularda danışmanlık hizmeti alın. Uzun süreli kortizon kullanımını osteoporoz (kemik erimesi) neden olabilir. Bu sorun özellikle kadınlarda yaygındır. Bu nedenle, bol kalsiyumlu gıdalarla beslenin. Sportif faaliyetler ve jimnastik osteoporozun önlenmesi ve aynı zamanda genel sağlık durumunun stabilize edilmesi için en iyi yöntemlerdir. Bu konuyu doktorunuz veya jinekologunuz ile görüşün. Çocuk arzusu olan kadınlar, karaciğer naklinden sonra da hamileliğin mümkün olduğunu bilmelidir. Ancak daima merkeziniz tarafından danışmanlık hizmeti almanız ve takip edilmeniz gerekmektedir. Eğer seyahat etmek istiyorsanız, seyahatten önce seçeceğiniz ülkenin hijyenik standartlarını göz önünde bulundurun. Enfeksiyon riski aşırı yüksek olan ülkelerde dikkat

edilmelidir. "Rund um's Reisen nach Lebertransplantation" (karaciğer naklinden sonra seyahat hakkında bilgiler) adlı bilgi broşürünü de okuyun.

Kendine yardım

Her hastanın organ naklinden sonra ek bilgilere ihtiyacı vardır. Ortaya çıkan sorunlarda da daima birisi ile konuşma gereksinimi duyulmaktadır. Organ Nakli Merkezindeki tıbbi günlük yaşamda bu soruların bazılarının yanıtlanması mümkün değildir. Lebertransplantierte Deutschland e.V. (Karaciğer Nakli Yapılanlar Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği Almanya e.V.), yerel iletişim gruplarında sohbet etmek ve bilgi alışverişinde bulunmak için olanak sağlamaktadır. İkamet yerinizin yakınında bulunan muhataplarımız sorularınız olduğunda hizmetindedir. Aynı tecrübelere sahip insanlarla tanışmak ve günlük hayatınızda bundan faydalanma olanağından yararlanın. Hediye edilen hayat. Karaciğer naklinden sonra da kendi sağlığınıza dikkat etmeniz gerekiyor. Tabii ki ters reaksiyonlar ve kötü günler de olacaktır. Bunların hayrete değer olanları görmenizi engellemesine izin vermeyin: Hediye edilen yeni bir yaşam süresi.

Ulrich Kraus

Türkçe broşürler:

Karaciğer nakli sonrası laboratuvar değerleri, Canlı karaciğer bağıışı, Karaciğer nakli, MELD skoru, Karaciğer nakli öncesi bekleme süresi

 **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.de

8. Baskı · Haziran 2010

Organ nakli sonrası tedavi

Hastalar için bilgi Organ nakli sonrası tedavi

(Dtsch.: Transplantationsnachsorge)



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



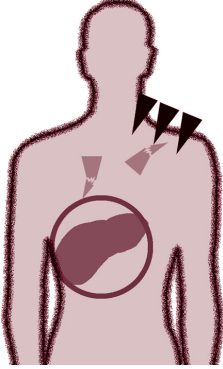
**Lebertransplantierte
Deutschland e.V.**

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 bağışıklık reaksiyonu olarak reddetmeye çalışmaması için bağışıklık sisteminin baskılayan ilaçların (immünsüpresif ilaçlar) alınması gereklidir. Bunların hangi ilaçlar olduğunu Organ Nakli Merkezi doktorları sizin için özel olarak belirleyecektir. En önemli maddeler Siklosporin (örn. Sandimmun®), Takrolimus (Prograf®), Sirolimus (Rapamune®) Mikofenolat mofetil (Cell-Sept®) ve Azatioprin'dir (Imurek®, Azafalk®). Buna ek olarak özellikle tedavinin başlangıcında bağışıklık sisteminin savunma hücrelerine karşı antikor uygulanabilir. Ayrıca organ naklinden sonraki zamanda sıkça kortizon verilmektedir, ancak yan etkilerinden dolayı mümkün oldukça düşük dozlarda vermeye veya tamamen kesmeye çalışılmaktadır. Bu ilaçları güvenli bir şekilde zamanında alın. Kan düzeyinin, bağışıklık savunmasının baskılanması sağlanamayacak bir değerin altına düşmemesi için ilaçlar her 12 saatte bir alınmalıdır. Tabii ki ilaçların zamanında alınması bazen unutulabilir. Böyle bir durumda ilacı sonradan alın, biraz geç olsa da hiç almamaktan iyidir.



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

Diğer ilaçları – bitkisel ilaçlar da dahil olmak üzere – yalnızca doktorunuz, daha iyisi Organ Nakli Merkezi ile görüştüğünüzden sonra almalısınız. Çünkü bunlar bağışıklığın baskılanmasına olumsuz etki edebilirler. Bazı ilaçlar da gereksiz yere yeni karaciğeri rahatsız ettiklerinden, bunlardan kaçınılmalıdır.

Düzenli kontroller

Doktor tarafından yapılan kontrol muayenesi için randevuları kaçırmamaya dikkat edin. Klinikten çıktıktan sonraki ilk haftalarda genelde haftada iki kez kan tahlili yapılır. Daha sonra, aralıklar gitgide uzamaktadır. Zamanla muayeneler daha sık aile doktorları tarafından yapılır ve Organ Nakli Merkezinde kontroller artık altı ayda bir veya yılda bir ya-

pılır. Sürecin nasıl olduğunu merkezdeki doktorlar size açıklayacaklardır. Düzenli kontroller sayesinde, karaciğere hasar verebilecek reddetme reaksiyonlarının veya enfeksiyonların fark edilmemesi önlenmektedir. Böylece bazen ilaçların yan etkisi olarak ortaya çıkabilen hastalıklar da (örn. diyabet mellitus, yüksek tansiyon, kısıtlı böbrek fonksiyonu) zamanında fark edilmektedir. 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. Organ Nakli Merkezinin daima immünsüpresif ilaçların kan düzeyi hakkında bilgisi olması gerekir. Bu nedenle, ya oraya bir kan örneği gönderilir veya başka yerde tespit edilen değerler

İmmünsüpresyonun olası yan etkileri ve alınacak önlemler

Göz tansiyonu (glokom) Perde inmesi (katarakt)

Düzenli aralıklarla göz doktoru tarafından muayene

Yüksek tansiyon (hipertoni)

Düzenli aralıklarla kilo ve tansiyon kontrolü

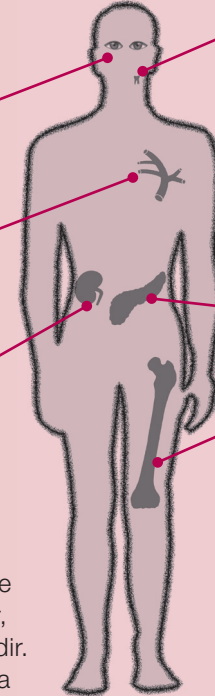
Kısıtlı böbrek fonksiyonu

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

Mantar oluşumu

Kendiniz kontrol edin
Düzenli aralıklarla jinekolojik muayene

Burada tarif edilen yan etkiler farklı sıklıkta ve kısmen sadece belirli ilaçlarda görülmektedir, meydana gelecekları hiçbir şekilde kesin değildir. İlaç kullanımını doktorunuzla görüşmeden asla değiştirmeyiniz!



Diş eti büyümesi

Düzenli aralıklarla diş hekimi tarafından muayene

Tümör riskinin artması – özellikle cilt için

Aşırı güneş ışınlarından kaçının, cilt doktorunda, üroloji ve kadın doktorunda kontrol muayeneleri, kalın bağırsak kanseri kontrol muayenesi

Şeker hastalığı (diyabet mellitus)

Kilo kontrolü, kan değerlerinin kontrolü

Kemik kırılabilirliği (osteoporoz)

Bol kalsiyumlu beslenme
Spor

Kilo artışı

Kilo kontrolü
Vücut kitle endeksi (VKI = kg olarak vücut ağırlığı m olarak boy uzunluğunun karesine bölünür) 25'in altında olmalıdır.