

BÖBREK NAKLİ ÖNCESİ

SIKÇA SORULAN SORULAR



**ORGAN
NAKLİ
MERKEZİ**

HAYATI BAĞIŞLA

• **BÖBREK NAKLİ ÖNCESİ**

1-BÖBREKLERİN GÖREVLERİ NELERDİR?

Böbrekler, kan gibi vücut sıvılarının içeriğini ve dengesinin ayarlanmasında önemli rol oynar. Bunu başlıca vücutta üretilen atık maddeleri uzlaştırmak için idrar oluşturarak gerçekleştirir. İdrar sayesinde sıvı-elektrolit ve asit-baz dengesi korunur. Vucutta aşırı sıvı birikmesi önlenir.

2-KRONİK BÖBREK HASTALIĞI NEDİR, NEDENLERİ NELERDİR?

Kronik böbrek hastalığı, böbrek fonksiyonlarının uzun sürede geri dönüşümsüz olarak bozulmasıdır. En önemli nedenleri şeker hastalığı, hipertansiyon yani kan basıncı yüksekliği, böbrek iltihabı (nefrit), taş hastalığı ve özellikle çocuklarda mesaneden böbreğe geri kaçak yani reflü olmasıdır.

3-SON DÖNEM BÖBREK YETERSİZLİĞİNDE TEDAVİ SEÇENEKLERİ NELERDİR?

Böbrek fonksiyonlarının kalıcı olarak %15in altına düşmesine son dönem böbrek yetmezliği adı verilir. Bu dönemde hastalarda, hemodiyaliz ve karından uygulanan yani periton diyaliz şeklinde diyaliz yöntemleri ile böbrek fonksiyonlarının bir kısmı yerine konur. Bir diğer seçenekte böbrek naklidir.

4-HANGİ AŞAMADA DİYALİZ YA DA BÖBREK NAKLINE KARAR VERİLİR?

Böbrek fonksiyonları geçici kötüleştirici faktörlerin (araya giren enfeksiyon, sıvı kaybı, idrar yollarında tıkanıklık) olmadığı

durumlarda geri dönüşümsüz olarak %10'un altına indiğinde diyaliz tedavisine başlanmalıdır. Böbrek nakli ise böbreklerin GFR'si yani süzme gücü %15-20'lere düştüğünde düşünülmelidir.

5-BÖBREK NAKLİNİN DİYALİZE GÖRE AVANTAJLARI NELERDİR?

Böbrek nakli ile böbrek fonksiyonlarının hemen hemen tamamı hastaya sağlanır. Oysa diyaliz yöntemleri ile ancak %10-15lik bir kısmı karşılanabilir. Ayrıca böbrek naklinde yaşam kalitesi çok daha iyi olup yaşam süresi ise çok daha uzundur.

6-NAKLEDİLCEK ORGAN KİMLERDEN ALINABİLİR?

Böbrek nakli için canlı vericiler ve yoğun bakımda beyin ölümü gerçekleşmiş kadavra vericilerinden olmak üzere iki organ kaynağı vardır.

7-ORGAN TEMİNİNDE ÜLKEMİZDE SORUNLAR NELERDİR?

Organ naklinde ülkemizde en önemli sorun kadavradan naklin yetersizliğidir. Bu nedenle nakillerin büyük çoğunluğu canlı vericiden gerçekleştirilmektedir. Yoğun bakım yatak sayısı, bu birimlerde çalışan hekimlerin beyin ölümü ve organ tranplantasyonuna yaklaşımı büyük önem taşır. Beyin ölümü gerçekleştiğinde ölen kişinin yakınlarının, organ bağışına izin verme oranlarının artırılması gerekir.

8-KADAVRA BEKLEME LİSTESİ NEDİR, NASIL BAŞVURULUR?

Kadavra bekleme listesine girmek için organ nakil merkezlerine başvurmak gerekir. Burada hastalar nakil uygunluğu açısından değerlendirilir ve uygun ise bekleme listesine alınır.

9-DİYALİZ HASTALARI İÇİN KADAVRA BEKLEME LİSTESİNDE YER ALMANIN YARARLARI NELERDİR?

Kadavra bekleme listesindeki kronik böbrek hastalığı olan hastalar böbrek nakline uygunluk açısından değerlendirilirken hemen bütün organ ve sistemler ayrıntılı olarak incelenir. Hasta ayrıntılı bir sağlık kontrolünden geçmiş olur.

10- KİMLER CANLI BÖBREK VERİCİSİ OLABİLİR?

18 yaşımdan büyük, sağlık sorunu bulunmayan, akli dengesi yerinde olan, böbrek naklinin amacını anlayan ve yapılacak ameliyat konusunda kapsamlı olarak bilgilendirildikten sonra yazılı onay veren tüm kişiler böbrek vericisi olabilir.

11- CANLI VE KADAVRADAN BÖBREK NAKLİNE HASTA NASIL HAZIRLANIR?

Kadavra vericilerinden yapılan nakillerde kısa sürede ameliyatın yapılması zorunlu olduğundan, organ bekleyen hastaların tüm tetkikleri yapıp her an ameliyata alınacakmış gibi hazır olmaları önemlidir. Hem canlıdan hem kadavradan nakil hazırlığında hastaların ayrıntılı muayeneleri yapılarak gerekli laboratuvar incelemeleri istenir. Canlı verici hazırlık süreci 2 gün ile 1 hafta arasında değişir.

12-BÖBREK NAKLİ BEKLEYEN HASTALARA KAN VERİLMESİNİN SAKINCA-LARI VAR MIDIR?

Böbrek nakli yapılan hastalara gereksiz kan nakli yapılmamalıdır. Bu durumda nakil öncesi yapılan, bağışıklık sistemiyle ilgili tetkiklerde sorun ortaya çıkabilir ve hastaların yeni takılan böbreğe karşı reaksiyon verme tehlikesi ortaya çıkar. Bu da nakil sonrası takılan böbreklerin reddine neden olabilir. Hayati tehlike oluşturan ciddi kanama gibi durumlarda, mutlaka kan verilmesi gerekebilir. Bu gibi durumlarda da hastalara lökosit filtrelerinden geçirilmiş ya da ışınlanmış kan verilmesi tavsiye edilir.

13-PRA TESTİNİN ÖNEMİ NEDİR?

PRA testi nakil öncesi yapılan, bağışıklık sistemiyle ilgili önemli testlerden biridir. Bu test hastaların yeni takılan böbreğe karşı red reaksiyonu oluşturma yönünden taşıdıkları riski gösterir.

14-BÖBREK NAKLİNDE KAN GRUBU-NUN ÖNEMİ NEDİR; NASIL DEĞER-LENDİRİLİR?

Böbrek naklinde kan grubu uyumu önem taşımaktadır. Rh uyumu ise böbrek naklinde önem taşımaz yani Rh pozitif bir kişi Rh negatif gruba böbrek verebilir. Kan grupları için tüm gruplar kendi gruplarına böbrek verebilirken, 0 grubu her kan grubuna verebilirken AB grubunda her kann grubundan böbrek alabilir.

15-ÇAPRAZ NAKİL NEDİR, NE ZAMAN YAPILIR?

Canlı vericisi olan ancak kan grubu uyumsuzluğu veya immunolojik testlerin olumsuz olması nedeni ile böbrek nakli şansı bulamayan hastalara, aynı durumdaki başka çiftlerinden oluşturulmuş olan bir gruptan uygun verici adaylarının karşılıklı olarak takas edilmesi ile iki veya daha fazla çiftin nakil olabilmeye şansı yakalamasıdır.

16-DOKU UYUMSUZLUĞU BÖBREK NAKLİNE ENGEL MİDİR?

Günümüzde kullanılan ilaçlar sayesinde doku uyumu hiç olmadan da başarı ile böbrek nakli yapılabilmektedir.

17-ŞEKER HASTALIĞI BÖBREK NAKLİNE ENGEL MİDİR?

Şeker hastalarına da böbrek nakli yapılabilir. Bu hastaların damar yapılarında ciddi bozukluklar oluşabildiğinden, böbrek nakli öncesi özellikle kalp hastalığı yönünden detaylı araştırmaları gereklidir.

18- PANKREAS NAKLİ HANGİ ŞEKER HASTALARINA UYGULANABİLİR?

Pankreas nakli tip 1 diyabet olarak adlandırılan, daha çok çocukluk çağında ortaya çıkan, yaşamlarını insülin tedavisi ile sürdürmek zorunda olan şeker hastalarına uygulanabilir. Özellikle şeker hastalığına bağlı olarak böbrekleri de bozulmuş olan ve diyaliz tedavisine devam eden hastalar için aynı kadavra vericiden böbrek nakli ile birlikte pankreas nakli yapılması daha da uygundur. İleri yaşta ortaya çıkan Tip 2 diyabet hastalarında pankreas nakli yapılmamaktadır.

19- HEPATİT (SARILIK) BÖBREK NAKLİNE ENGEL MİDİR?

Hepatit hastalığı yani Hepatit B ve Hepatit C diyaliz hastalarında, sağlıklı insanlara göre daha sık görülmeyle birlikte genel inanın aksine, böbrek nakli için engel oluşturmaktadır. Hepatit B veya C'si olan hastalar nakille ilgilenen nefroloji ve gastroenteroloji uzmanları tarafından değerlendirilir.

20-KALP-DAMAR RAHATSIZLIKLARI BÖBREK NAKLİNE ENGEL MİDİR?

Kalp-damar rahatsızlıkları son dönem böbrek yetersizliği olan hastalarda ve diyaliz hastalarında oldukça sık görülmeyle birlikte, kalp-damar hastalıkları genel olarak böbrek nakline engel değildir. Kalp damar hastalığı bulunanlar böbrek nakline hazırlık sürecinde kardiyoloji uzmanları tarafından değerlendirilmektedir. Yapılan değerlendirme sonucunda hastanın kalp damarlarında tıkanıklık belirlenirse kalp damarına by-pass ameliyatı, kalp damarındaki tıkanıklığın balon ile açılması veya kalp damarına stent yerleştirilmesi gibi tedavi yöntemleri uygulanabilir. Bu tedavilerden herhangi birisi uygulanmış hastalar belirli bir süre beklemelidir.

21- KANSERLİ HASTAYA BÖBREK NAKLİ YAPILABİLİR Mİ?

Kanser hastalığı nakil için mutlak engel oluşturmamaktadır. Kanser hastalığı tedavi edilip hastalık kontrol altına alındıktan sonra bir süre (genelde 5 yıl) beklenerek böbrek nakli yapılabilir.

Kanser hastalığı uzmanı yani onkolog tarafından kanser hastalığı bulunmadığı raporu verildiğinde böbrek nakli yapılabilir.

22-BÖBREĞE İDRAR GERİ KAÇIŞI (REFLÜ) VE NÖROJEN MESANE OLAN HASTAYA NAKİL YAPILIR MI?

Mesaneden böbreğe idrar geri kaçıışı olan ve nörojen mesanesi olan hastalarda böbrek nakli yapılabilir. Mesaneden böbreğe idrar geri kaçıışı olan hastalar için gerekli değerlendirmeler üroloji uzmanı ve nakil cerrahisi uzmanı tarafından yapıldıktan sonra hangi böbreğe mesanedan reflü yani geri kaçıış varsa ve ileri boyuttaysa o böbrek nakilden önce, nakil sırasında veya nakilden sonra alınmaktadır. Herhangi bir nedene bağılı nörojen mesanesi olan hastalarda da böbrek nakli yapılabilir, tabi uygun tedaviler eşliğinde.

23- HASTANIN KENDİ BÖBREKLERİ HANGİ DURUMLARDA ALINIR?

Böbrek nakli olacak hastalarda, polikistik yani birden çok kist bulunan böbrek hastalığına bağılı olarak böbrekler çok fazla büyümüşse, mesanedan böbreğe ileri seviyede idrar geri kaçıışı varsa, böbreklerde sık enfeksiyona yol açan taş mevcutsa hastanın kendi böbrekleri ameliyatla alınmaktadır.

24- BÖBREK VERİCİSİ OLMANIN RİSKİ VAR MIDIR?

Böbrek vericisi olmanın hiç riski yoktur denemez, ancak nakil merkezi tarafından gerekli tüm değerlendirmeler yapıldıktan

sonra riskler çok çok düşüktür. Böbrek verdikten sonra kişinin yarım insan olacağı inancı tamamen yanlıştır. Böbreğini veren kişi normal hayatına, işine ve aile yaşantısına yaşlıları gibi rahatlıkla devam edilebilmektedir. Böbrek vericilerinde de sağlıklı insanlarda yaşlanmayla oluşan hipertansiyon gelişme ve idrara protein kaçma, yani proteinüri riski olduğundan belirli aralıklarla kontrol yapılması gerekmektedir.

25-VERİCİ OLAN KİŞİLERİN OPERASYON SONRASI DÜZENLİ TAKİBİ GEREKİR Mİ?

Böbreğini veren kişilerin belirli aralıklarla, en az yılda bir kez organ nakli merkezi tarafından kontrolden geçirilmesi gereklidir. Bu kontrollerde hiçbir şikayeti olmasa da hastaya rutin olarak tansiyon ölçümü ile kan ve idrar tahlili yapılmalıdır.

26-BEKLEME LİSTESİNDEKİ HASTALARA NE TÜR AŞILAR YAPILMASI GEREKİR?

Bekleme listesindeki hastalara mutlaka hepatit B aşısı yapılması gerekmektedir. Hepatit B aşısı titresi, yani anti-HBS titresi 10 Ü/L altında olan hastalar tekrar aşılanmalıdır. Bekleme listesindeki hastalara mevsimsel grip ve zatürre aşısı yapılmasında önerilmelidir. Organ vericinin Hepatit B taşıyıcısı olması durumunda alıcı Hepatit B 'ye karşı aşıılırsa bu vericiden nakil yapılabilir.

BÖBREK NAKLİ HASTANE SÜRECİ

1- BÖBREK NAKLİ KARARINI VEREN EKİPTE HANGİ HEKİMLER YER ALIR?

Genel cerrahi-transplant cerrahi, nefroloji uzmanı, enfeksiyon hastalıkları uzmanı ana ekipte bulunurlar. Ayrıca gerekli görülmesi durumunda kardiyoloji, göğüs hastalıkları, psikiyatri, üroloji ve kadın hastalar için kadın hastalıkları ve doğum uzmanından görüş istenebilir.

2- BÖBREK NAKLİ AMELİYATLARI NE KADAR SÜRER?

Böbrek nakli ameliyatı alıcılar için normal koşullarda 2-3 saat kadar sürmektedir. Verici ameliyatları ise laparoskopik yöntemle yapılmakta olup, 45 dakika ile 1 saat arasında sürmektedir.

3-BÖBREK NAKLİ AMELİYATI İÇİN HASTANEDE NE KADAR SÜRE KALIN- MASI GEREKİR?

Böbrek nakli yapılan hastaların genel olarak ameliyattan sonra yaklaşık 5gün ile 10 gün arasında hastanede yatmaları gerekir. Böbrek vericilerde ise bu süre daha kısadır. Normal koşullarda ameliyattan sonra 2 ile 4 gün kadar hastanede yatarlar. Vericiler taburcu olduktan 2-3 gün sonra ilk kontrollerini yaptırarak şehirlerine dönebilirler. Alıcıların ise 3 hafta ile 3 ay arasında bir süre boyunca nakil merkezinin olduğu şehirde kalmaları önerilir.

4-VERİCİLERE UGULANACAK AÇIK YA DA KAPALI (LAPAROSKOPİK) AMELİ- YATLARIN AVANTAJ VE DEZAVANTA- JLARI NELERDİR?

Kapalı yani laparoskopik ameliyatlardan sonra böbrek vericisinin daha az ağrısı olur ve ameliyat yarası daha küçüktür. Kapalı ameliyatta verici hastaneden 2 gün içerisinde taburcu olup, sosyal ve iş hayatına daha erken dönebilir.

5-ORGAN VERİCİ KİŞİ ASKERE GİDEBİL- İR Mİ?

Organ nakli için böbrek vericisi olan kişiler askere gidemezler.

6- BÖBREK NAKLİ SONRASI ALICI VE VERİCİ İÇİN HASTANE SÜRECİNDE ZİYARETÇİ VE REFAKATÇİLERİN UYMASI GEREKEN KURALLAR NELER- DİR?

Böbrek nakil ameliyatı sonrasında enfeksiyon gibi bazı durumlara ilişkin risklerin artması söz konusudur. Bu nedenle organ nakli bölümlerinin hem ziyaretçiler hem de refakatçiler için koyduğu kurallara sıkı bir şekilde uyulması gerekmektedir.

7-BÖBREK NAKLİNDE ALICI-VERİCİ HASTANE MASRAFLARI NASIL KARŞILANIR?

Böbrek naklinde alıcı ve vericilerin tüm hastane masrafları SGK tarafından karşılanmaktadır.

BÖBREK NAKLİ SONRASI

BESLENME;

1- BÖBREK NAKLİ SONRASI DİYET GEREKİR Mİ?

Böbrek naklinden sonra belli kurallar çerçevesinde beslenmek gerekecektir. Burada asıl prensip ölçülü ve dengeli beslenmek, her besin türünden yeterli miktarda almaktır. Böbrek naklinden sonra yüksek tansiyon sık görülen bir problemdir ve bu nedenle hastalara nakil sonrasında tuzsuz veya az tuzlu beslenmeleri önerilir. Bağışıklık sistemini baskılayan ilaçlar ve şeker hastalığına eğilim yarattığından, aşırı miktarda şeker ve karbonhidrat alımından da kaçınılmalıdır. Bu ilaçlar bazı hastalarda potasyum yüksekliğine neden olabilir ve bu hastalardan potasyum içeren gıdaları almamaları istenebilir. Böbrek naklinden sonra kilo alınması sıkça görülen bir sorundur ve kilo almak yeni takılan böbreğin fonksiyonlarını olumsuz etkileyebilir. Böbrek naklinden sonra beslenmeyle ilgili en önemli öneri kilo almayacak şekilde ölçülü bir beslenme alışkanlığı edinilmesidir. Nakil sonrasında önemli bir konuda enfeksiyondan korunmak için çiğ et, çiğ balık ve çiğ yumurta içeren gıdaların tüketilmemesidir. Bu gıdaların tamamı pişirildikten sonra yenilebilir.

2-BÖBREK NAKLİ SONRASI İÇME SUYU OLARAK MUSLUK SUYU KULLANILABİLİR Mİ?

Böbrek nakli sonrasında tercihen şişelenmiş veya kaynatılmış su ya da arıtılmış temiz su kullanılmalıdır. Sadece içme suyu değil ayrıca kullanılan buzların da aynı tür su kaynaklarından hazırlanması önerilmektedir.

3-BÖBREK NAKLİ SONRASI SİGARA VE ALKOL KULLANIMININ ZARARLARI NELERDİR?

Böbrek nakli sonrasında sigara kesinlikle kullanılmamalıdır. Önerilen miktarların üzerinde alkol alınması da tansiyon yükselmesine neden olup böbreğe zarar verebilir. Alkol kullanımını haftada 1-2 gün ile sınırlamak da önerilen uygulamalardan birisidir.

GÜNLÜK YAŞAM;

1-BÖBREK NAKLİ SONRASINDA NORMAL SOSYAL YAŞAMA NE ZAMAN DÖNÜLEBİLİR?

Sorunsuz geçen bir böbrek nakli ameliyatından yaklaşık 4-7 gün sonra hasta taburcu edilir ve evine döner. Hastanın evine dönüşüyle beraber normal sosyal yaşama dönüş süreci de başlar. Ameliyat sonrası bu erken dönemde böbrek nakli olan kişinin hastanede sık kontrolleri olacaktır. Bu dönemde kullanılan ilaçlar da sayı ve doz açısından yüksektir ve zaman içinde azaltılacaktır.

2-BÖBREK NAKLİ SONRASI NE TÜR EGZERSİZLER YAPILABİLİR?

Böbrek naklinden sonra yeterli miktarda hareket etmek büyük önem taşır. Bunun yanında taburcu olduktan sonra da

böbreğin takıldığı ameliyat yerinde iyileşme devam eder. Ameliyat yerinde fıtık olmasını engelleyen katmaların iyileşmesi yaklaşık 6-8 hafta alır. Bu dönemde yük kaldırmak gibi ağır işler yapmak bu iyileşmeyi bozup fıtık oluşmasına sebep olabilir. Bu nedenle ameliyat sonrası yapılacak egzersiz ve hareketler ağır olmamalıdır. Yürüyüş yapmak ameliyat sonrası dönemde en çok önerilen egzersizdir. Ev içinde vücudu zorlamadan esneme hareketleri de yapılabilir.

3-BÖBREK NAKLİ YAPILAN HASTALAR NE ZAMAN ARABA KULLANABİLİR?

Yara ve fıtığı engelleyen iç katmanların iyileşmesi ile hastalar tekrar araba kullanabilirler. Otomatik vitesli araba kullanırken bacağa kuvvet verilmesi gerekmediğinden 3-4 hafta sonra araba kullanılabilir. Düz vitesli arabalarda bacağa kuvvet verilmesi gerekli olduğundan tam iyileşmenin olduğu 6. haftadan sonra araba kullanılması uygun olacaktır. Bacak ve kol hareketlerini yaparken hastanın ağrı hissetmemesi, halsizlik ve uyku halinin olmaması da gereklidir. Hastanın ilk araba kullandığında yalnız olmaması ve bir yakınının hastaya eşlik etmesi önerilir.

4-BÖBREK NAKLİ SONRASI NE ZAMAN BANYO YAPILABİLİR?

Böbrek naklinden sonra hastalar hemen banyo yapabilirler. Hastanın dikişleri alınana kadar banyo yaparken eczane ve medikallerden temin edebilecekleri "banyo bantını" kullanmaları gerekir. Banyo bantları tek kullanımlıktır, bu yüzden her banyoda yenisinin kullanılması gerekir.

5-BÖBREK NAKLİ YAPILMIŞ HASTALAR DENİZE GİREBİLİR VE GÜNEŞLENEBİLİR Mİ?

Böbrek nakilli hastalar için yüzme yapılabilecek en yararlı sporlardan biridir. Ameliyattan üç ay sonra hastalar denize girebilir ve yüzebilirler ancak hiçbir şekilde hastaların ıslak mayo ile kalmaları ve güneşlenmeleri önerilmez. Direkt maruz kalınan güneş ışığı hastalarda deri kanserleri gelişme riskini yükselttiğinden, güneşlenme nakil hastaları için uygun değildir. Hastalara güneşe çıktıklarında güneş gören vücut bölgelerine en az 30 koruma faktörlü güneş kremi sürmeleri tavsiye edilir. Organ vericileri için böyle bir kısıtlama yoktur.

6-BÖBREK NAKLİ YAPILMIŞ HASTALAR HAMAM VEYA KAPLICA GİBİ ORTAMLARA GİREBİLİR Mİ?

Böbrek nakilli hastaların hamam veya kaplica gibi ortamlara girmesi, kalabalık ve mikrop üremesine uygun ortamlar oldukları için önerilmez. Temiz olan, aile banyosu gibi ortamların kullanılmasında ise sakınca yoktur.

7-BÖBREK NAKLİ YAPILMIŞ HASTALAR EVCİL HAYVAN BESLEYEBİLİR Mİ?

Böbrek nakli yapılmış hastaların evlerinde evcil hayvan beslemesi önerilmez. Ancak daha önce evde bir evcil hayvan varsa ve alıcı bu hayvandan ayrılmak istemiyorsa nakil sonrası veteriner kontrollerine götürülmesi ve temizlik kurallarına uyulması şartıyla evcil hayvan beslenebilir.

8-BÖBREK NAKLİ SONRASI BAHÇE İŞİ YAPILABİLİR Mİ?

Böbrek nakli yapılmış hastalara topraktan daha kolay hastalık bulaşabilir. Bu nedenle hasta nakil ameliyatında sonra ilk 1 yıl içinde bahçe ve toptak işleriyle uğraşmamalıdır.

EVDE BAKIM VE TAKİP;

1-BÖBREK NAKLİ SONRASI EVDE NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR?

Böbrek naklinin amacı; hastayı böbrek yetersizliği ve hemodiyalizin olumsuz etkilerinden en kısa sürede kurtarmak olduğundan eve döndükten sonra en kısa zamanda normal ev yaşantısına dönmek esastır. Taburcu olduktan sonraki erken dönemde en önemli konu, yeterince hareket edilmesidir. Hastaneden çıktıktan sonra evde de sürekli yatmaya devam edilirse, bacaklarda oluşabilecek pıhtılar hayati tehlike yaratan problemlere neden olabilir. Solunum egezersizlerine evde de devam etmek önemlidir. Takılan böbreğin yeterli düzeyde çalışmasını sağlamak için günde 2 ile 3 litre arasında su içmek gereklidir. Sıcak havalarda bu miktarı daha da artırmak gerekebilir. Hastaneden çıktığınızda evde sizi ziyarete gelecek yakınlarınız olacaktır. Hasta ziyaretinin en iyisi en kısa olanıdır. Bu kural çerçevesinde ziyaretçi kabul edilmelidir. Evde hastanın kendini bir oda ile sınırlayıp aile fertlerinden izole etmesi gerekli değildir.

2-DÜZENLİ OLARAK KONTROLLERE GİDİLMESİ NEDEN ÖNEMLİDİR?

Hem nakledilen böbrekle ilgili hem de diğer sistemlerle ilgili sorunların erken teşhis ve tedavisi için hastaların düzenli

olarak hekime görünmeleri ve tetkikleri yaptırması büyük önem taşır. Erken teşhis edilen durumların tedavi edilmesi daha kolaydır ve bu sayede daha önemli sorunların ortaya çıkması önlenebilir.

3-BÖBREK NAKLİ SONRASINDA NE TÜR DURUMLARDA ACİL OLARAK DOKTORA BAŞVURULMALIDIR?

Böbrek nakli sonrası bazı durumlarda acil olarak nakil merkezi ya da hekimle temasa geçilmelidir. Hastaneden taburcu olurken hekim bu konuda bilgi verecektir.

Acil hekime başvurulması gereken durumlar arasında;

- 37,5 derecenin üzerinde ateş yükselmesi,
- Böbreğin üzerinde geçmeyen ve uzun süren ağrı ve hassasiyet,
- İdrar miktarında ani azalma,
- Hızlı bir şekilde sabahları göz etrafında, akşama doğru bacak ve ayak bileklerinde şişlik ve kilo alımı,
- Nefes darlığı,
- Beklenmedik şekilde ortaya çıkan yüksek veya düşük tansiyon,
- İdrar yaparken yanma,
- Tekrarlayıcı kusmalar,
- Üç günü geçen inatçı ishal,
- Öksürük ile birlikte yeşil-sarı balgam çıkarma,
- Nakil ilaçlarının bitmesi veya kaybolması,
- Sosyal güvencenin kaybedilmesi,
- Herhangi bir cerrahi işlem yapılmasının gerekmesi sayılabilir.

CİNSEL YAŞAM VE DOĞUM;

1-BÖBREK NAKLİ SONRASINDA NORMAL BİR CİNSEL YAŞAM MÜMKÜN MÜDÜR?

Böbrek nakli sonrası diyalize göre çok daha sağlıklı bir cinsel yaşam mümkündür. Hasta nakil sonrası kendini ne zaman sağlıklı ve zinde hissederse cinsel yaşamına geri dönebilir. Genellikle hastalara ameliyat yaraları iyileşene dek beklmeleri tavsiye edilir. Bu süre genellikle 3-4 hafta kadardır. Ancak ameliyattan hemen sonra bile hastaların sevdikleri ile öpüşmeleri ve bir arada yatmalarının önünde bir engel yoktur.

Kadın hastaların birçoğu diyaliz tedavisi esnasında adet görmezler. Nakil sonrası genellikle birkaç ay içinde hastalar düzenli bir şekilde adet görmeye başlarlar. Bu arada mutlaka doğum kontrol önlemleri alınmalıdır.

2-BÖBREK VERİCİSİ NE ZAMAN HAMİLE KALABİLİR?

Böbrek vericilerinin hamile kalmalarında hiçbir problem yoktur. İdeal olarak böbrek ameliyatının ardından hamile kalmadan önce 6 ay beklenmesi önerilir. Genellikle vericilerin hamilelikleri normal hamileliklerden farksız geçer. Bazen hamilelik esnasında tansiyon yükselmeleri, idrarda protein atılımı görülebilmekle birlikte, ideal şekilde hamilelik kontrollerinin ayda bir düzenli şekilde yapılması ile bu sorunlar kolayca çözümlenebilir.

3-BÖBREK ALICISI NE ZAMAN ÇOCUK SAHİBİ OLABİLİR?

Erkek böbrek alıcılarının baba olmaları için herhangi bir kısıtlama yoktur. Ameliyat sonrası kendilerini hazır hissettikleri zaman baba olabilirler. Kadın böbrek alıcılarının anne olabilmeleri ise bazı şartların yerine gelmesine bağlıdır. Öncelikle anne ve baba adaylarının hekime çocuk yapma kararını birlikte gelip bildirmeleri, ürolojik ve kadın doğum değerlendirmelerinden geçtikten sonra bazı ilaç ayarlamaları ve hastane kontrollerinin sıklaştırılması gibi planlamalar yapılması gerekmektedir.

Böbrekleri başarılı bir şekilde çalışan, idrarda protein atılımı belirli bir miktarın altında olan ve naklin üzerinden en az 1 yıl, ideal olarak 2 yıl geçmiş olan adaylar hekim kontrolü ve tavsiyeleri altında hamile kalabilirler.

Emzirme döneminde de hekimin belirttiği ilaç kısıtlamalarına uyulur. Ancak çocuk memeden kesilince yine hekim kontrolünde yeni ilaç düzenlemeleri yapılır.

İŞ VE OKUL;

1-BÖBREK NAKLİ YAPILMIŞ BİR HASTA NE ZAMAN İŞE DÖNEBİLİR?

Birçok nakil hastası ameliyattan 6 hafta sonra işlerine dönebilir. Bu süre işin zorluğuna göre değişiklik gösterebilir. Daha az stresli ve hafif işleri olanlar daha erken çalışmaya başlayabilirken, işleri stresli ve zor olanlar 3 ay kadar dinlenebilir.

2-VERİCİ NORMAL HAYATINA NE ZAMAN DÖNER?

Böbrek vericisi olan kişiler genellikle 4-6 hafta içinde normal hayatlarına dönebilirler.

3-ORGAN ALICI VE VERİCİ KİŞİYE NE KADAR SÜRE İSTİRAHAT RAPORU VERİLİR?

Genel olarak organ vericisi olan kişilere ameliyattan sonra ortalama olarak 45 gün, organ nakli yapılan kişilere de 90 gün süreli istirahat raporu verilir.

TEDAVİ;

1-BÖBREK NAKLİ SONRASI NE TÜR İLAÇLAR KULLANILIR?

Böbrek naklinden sonra hastanın bazı ilaçlar alması gereklidir. Nakil yapılan böbreğin reddini önlemek için bağışıklık sistemini baskılayan ilaçlar, bulaşıcı hastalıkların olmaması için koruyucu antibiyotikler, mide koruyucu ilaçlar ve gerektiğinde tansiyon düşürücü, kolesterol düşürücü ilaçlar da kullanılır. Ayrıca nakilden sonra tıbbi sorunlar görülürse, tedavi için başka ilaçların eklenmesi de gerekebilir.

2-BÖBREK NAKLİ SONRASI BAŞLANAN İLAÇLAR NE SÜREYLE KULLANILMALIDIR?

Nakledilen böbrek çalıştığı sürece ilaç kullanılması gereklidir. Ancak verilen ilaçların sayısı ve miktarları zaman içinde azaltılır.

3-BU İLAÇLARIN NE GİBİ YAN ETKİLERİ GÖRÜLEBİLİR?

Tüm ilaçların bazı yan etkileri olabilir. Ancak alınan ilaçların sağladığı yararlar genel olarak yan etkilerin yaratabileceği sıkıntılardan çok daha fazladır. Bağışıklık sistemini baskılayan ilaçlar ilk aylarda bulaşıcı enfeksiyon hastalıklarına karşı eğilimi artırır, ilerleyen yıllarda ise kanser riskini biraz artırabilir. Bunun dışında kullanılan çeşitli ilaçlarda kemik erimesi, tansiyon yüksekliği, kıllanma artışı, diş eti büyümesi, iştah artışı, şişmanlama, şeker yükselmesi, kan yağlarının artışı, kansızlık, diğer kan hücrelerinin düşmesi, karaciğer testlerinin yükselmesi, ishal, sivilce, ağızda ülserler, mide şikayetleri gibi çeşitli yan etkiler görülebilir. Verilen ilaçlar ile ilgili olarak ne tür yan etkiler görülebileceği mutlaka nakli yapan ekipteki doktorlara sorulmalıdır.

4-BÖBREK NAKLİNDEN SONRA VERİLEN İLAÇLARIN DÜZENLİ KULLANILMASI NEDEN GEREKLİDİR?

Böbrek naklinden sonra verilen ilaçların doktorların önerdiği şekilde düzenli ve sürekli kullanılması naklin başarısı açısından çok önemlidir. Nakilden sonra ne zaman olursa olsun, ister erken dönemde ister yıllar sonra, ilaçların bırakılması böbreğin reddine neden olur ve genellikle böbreğin kaybedilmesine yol açar.

5-NAKİL HASTALARINDA NAKİL İLAÇLARI DIŞINDAKİ İLAÇLARIN KULLANIMINDA NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR?

Hiçbir ilaç nakli yapan ekibin doktorları-

na danışılmadan kullanılmamalıdır. Özellikle non-steroid olarak adlandırılan ağrı kesici ilaçlar nakil hastaları tarafından kesinlikle alınmamalıdır. Bu ilaçlar kan basıncında artışa, idrarda protein atılımı ile birlikte vücutta şişmeye ve böbrek yetersizliğine neden olabilir. Ağrı kesici olarak ve grip ilacı olarak parasetamol türevleri tercih edilmelidir.

Antibiyotik olarak böbreğe toksik olabilecek ya da kullanılan ilaçların kan düzeylerini değiştirebilecek damardan veya kalçadan yapılan bazı ilaçlardan uzak durulmalıdır. Kas içi (IM) enjeksiyonlardan genel olarak abse riski nedeni ile kaçınılmalıdır.

Hastaların yapabilecekleri en iyi şey hekimleri tarafından kendilerine verilen ilaç takip çizelgelerine uymak ve başka bir hekim tarafından verilen farklı bir ilacı nakil hekimlerinin onayını almadan kullanmamaktır. Kulaktan dolma bilgilerle veya yetkisiz kişilerin tavsiyeleriyle ilaç kullanmak nakledilen organın ve belki de yaşamın kaybına yol açabilir.

ENFEKSİYON VE AŞILAR;

1-BÖBREK NAKLİ SONRASI ENFEKSİYON RİSKİ YÜKSELİR Mİ, ENFEKSİYONA KARŞI KORUMA NASIL YAPILIR VE MASKE TAKILMASI GEREKLİ MİDİR?

Böbrek naklinden sonra, takılan böbreğin reddini engellemek için verilen ilaçlar, vücudun bağışıklık sistemini baskılar. Asıl görevi bakteri ve virüslerle savaşmak olan bağışıklık sisteminin baskılanması, bazı enfeksiyonların görülme riskini yükseltir. Hekim nakil

yapılan hastaya bu dönemde enfeksiyonları engelleyecek bazı ilaçlar önerebilir. Hastaların da temel hijyen kurallarına uyması önemlidir, bunların içinde sabunla el yıkama ve diş fırçalama başta gelir. Böbrek naklinden sonra belli bir süre veya sürekli maske takılmasının gerekli olup olmadığı konusunda görüş birliği yoktur. Ancak üst solunum yolu salgını riski olan kış mevsiminde toplu ortamlarda takılması tavsiye edilir. Hasta tüm bunların yanında enfeksiyonlar açısından dikkatli olmalı, yüksek ateş veya ishal gibi durumlarda hemen nakil olduğu sağlık kuruluşuna başvurmalıdır.

2-BÖBREK NAKLİ YAPILMIŞ HASTALAR HANGİ AŞILARI YAPTIRMALIDIR?

Nakilden sonraki ilk üç ay, yüksek dozda kullanılan ve bağışıklık sistemini baskılayan ilaçlar nedeniyle aşılama uygun değildir. Suçiçeği aşısı gibi canlı aşılar nakil hastalarına kesinlikle yapılmamalıdır.

Hepatit B aşısı ideal olarak nakil öncesi tüm hastalara yapılmalıdır. Eğer hastaların Hepatit B aşılması yapılmamışsa, naklin 6. ayından sonra çift doz Hepatit B aşılması programı uygulanmalıdır. Nakil sonrası "yıllık" yapılan kontrollerde Hepatit B aşı titresinin 10'un altına düşmesi durumunda da bir kerelik çift doz aşılama yapılmalıdır.

Grip aşısı yapılması tüm nakil hastalarına her yılın Ekim-Kasım aylarında önerilmektedir. Yine tüm nakil hastalarına zatürre aşısı yapılması ve her 5 yılda bir tekrarlanması tavsiye edilmektedir. Difteri ve tetanoz aşılarının yapılmasında bir sakınca yoktur ve tetanoz aşısı her 5

yılda bir, difteri ise her 10 yılda bir tekrarlanmalıdır. Yaygın görülen yöresel bir hastalığın bulunduğu alanlara seyahat ve hac gibi durumlarda önerilen menenjit, meningoensefalit, inaktive ensefalit ve inaktive salmonella tifo gibi aşıların "canlı aşı olmamak kaydıyla" yapılmasında sakınca yoktur.

KOMPLİKASYONLAR

1-BÖBREK NAKLİ SONRASI NE TÜR SORUNLAR GÖRÜLEBİLİR?

Böbrek naklinin de diğer tüm ameliyatlara gibi riskleri vardır ve nakil sonrasında bazı sorunlar görülebilir. Ameliyattan sonraki erken dönemde, cerrahi problemlerle karşılaşılabilir. Takılan böbreğin damarlarında veya idrarı taşıyan kanalda oluşabilecek problemler bu dönemde görülebilir ve bu problemleri düzeltmek için taburcu olmadan tekrar bir ameliyat gerekebilir. Nakledilen böbrek etrafında lenf sıvısı birikmesi de sık görülen sorunlardandır ve bu sıvıların boşaltılması gerekebilir. Ameliyat süresinde ve ameliyat sonrasında kalple ilgili problemlerde ortaya çıkabilir. Ameliyat hazırlığı döneminde kalple ilgili yapılacak değerlendirmeler ve tedaviler bu riski azaltır. Ameliyattan sonra anesteziye bağlı problemlerde bu dönemde ortaya çıkar. Takılan böbreğin hafif veya şiddetli şekilde reddedilmesi de yine bu dönemde görülebilecek sorunlardandır ve bunun için ek tedaviler gerekebilir.

2-BÖBREK REDDİ NEDİR VE NASIL TEDAVİ EDİLİR?

Böbrek naklinden sonraki süreçte, nakledilen böbreğin vücut tarafından reddedilmesi riski vardır. Böbrek reddi, vücudun bağışıklık sisteminin sebep olduğu bir süreç ile gerçekleşir. Bağışıklık sistemi normalde bakteri ve virüs gibi yabancı maddelerden vücudumuzu korur. Vücut yabancı doku olduğunu hissettiği yeni böbreğe karşı çeşitli mekanizmalar ile saldırır ve böbreğin çalışmasını bozabilir. Böbrek reddi bir anda gerçekleşmez ve böbreğin tüm fonksiyonunu bir anda kaybetmesine neden olmaz. Bağışıklık sistemini baskılayan ilaçlara rağmen, çeşitli seviyelerde böbrek reddi gerçekleşebilir. Böbrek naklinden sonraki dönemde böbrek reddi olursa, hekim kullanılan ilaçları değiştirerek reddi tedavi edebilir. Böbrek redlerinin de kendi içinde farklı türleri olduğundan bunu anlamak için nakledilen böbrekten biyopsi yapmak yani küçük bir parça almak gerekebilir. Alınan bu parça incelenir ve oluşan reddin türüne göre kullanılacak yeni ilaçlar seçilir. Bazen reddin tedavisi için, hemodiyaliz makinasına benzeyen bir cihazla kanın temizlenmesi ve bunun bir süre tekrar edilmesi gerekebilir. Böbrek redleri bu yöntemlerle büyük oranda başarıyla tedavi edilebilir.

DIŞ SAĞLIĞI

1-BÖBREK NAKLİ YAPILMIŞ BİR HASTA DIŞ ÇEKTİRİRKEN VE DIŞ İMPLANTI YAPTIRIRKEN NELERE DİKKAT ETMELİDİR?

İdeal olan nakil yapılmadan önce bir dış hekiminin kontrolünden geçerek dış çürükleri veya hastalıklarının tedavi

ettirilmesidir.

Diş sağlığı açısından nakil sonrası günde en az 2 kez dişlerin fırçalanması şarttır.

Nakilden sonra acil bir gereksinim yoksa 6 ay dişlerle ilgili müdahalede bulunulmamalıdır. Ancak ağrı ve benzeri ciddi problemlerde mutlaka uygun antibiyotikler kullanılarak diş hekimi müdahalesi yapılabilir. Uyuşturma için kullanılan anestetik maddeler normal insanlardan farklılık göstermez. Ağrı kesici olarak sadece parasetamol türevi ağrı kesiciler tercih edilmelidir.

Nakilden en az 6 ay sonra olmak ve enfeksiyondan korunma prensiplerine tam olarak uyulmak koşuluyla hastaların diş implantı yaptırmalarında sakınca yoktur.

**YAŞAMAK GÜZEL
YAŞATMAKDA...**

BÖBREK NAKLİ ÖNCESİ

SIKÇA SORULAN SORULAR



**ORGAN
NAKLİ
MERKEZİ**

HAYATI BAĞIŞLA