

Beslenme ve Diyet

Böbrek nakli sonrası aşırı kilo almaktan kaçınılmalıdır. Bunun için düzenli kilo takibi yapılmalıdır. Taburculuk sonrası özellikle erken dönemde şeker ve tuzdan uzak durulmalıdır. Günlük ortalama 3 litre sıvı alınmalıdır.

Egzersiz

Taburculuk sonrası erken dönemde tempolu yürüyüş başlanabilecek en uygun egzersiz yöntemidir. Bu dönemde ağır egzersizlerden kaçınmak gerekir. Sağlık durumunuz yerindeyse 6. aydan sonra yüzme gibi egzersizlere başlanabilir.

Araç Kullanmak

Taburculuk sonrası 1. aydan sonra araba kullanmanız daha uygun olacaktır.

Alkol

Böbrek naklinden sonra alkol kesinlikle yasaktır.

Sigara Kullanımı

Böbrek naklinden sonra sigara kesinlikle yasaktır.

Seyahat

Taburculuk sonrası yurtiçinde ya da yurtdışına seyahat etmenizi engelleyecek bir durum yoktur. Seyahatleriniz sırasında unutmamanız gereken en önemli şey yanınıza yeterince ilaç almak olacaktır.

Cinsel Faaliyet ve Üreme

Böbrek nakli sonrası 3. aydan itibaren cinsel faaliyetlere tekrar başlanabilir. Böbrek nakli sonrası ilk 1 yıl hamilelik önerilmez. Sonraki dönemlerde doktorunuzun takibi altında olmak şartıyla hamile kalabilirsiniz.

Aşılar

Canlı (Atenü) aşıların yapılması kesinlikle yasaktır.

Ev Hayvanları ve Bitkiler

Aşılı evcil hayvanlarla temas etmekte herhangi bir sakınca yoktur. Toprakla uğraşılırken mutlaka eldiven kullanılmalıdır.



BEYKENT ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ

f /beykenthastanesi @ /beykent.saglik t /beykenthastane Beykent Üniversitesi Hastanesi

Cumhuriyet Mah. Gürpınar Yolu Cad. Şafak Sok. E Blok No: 1/1
Büyükkçekmece / İstanbul - Faks: 0212 867 03 29
ozelbeykenthastanesi.com - info@ozelbeykenthastanesi.com

444 10 60



BEYKENT ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ

BÖBREK NAKLİ

BÖBREK NAKLİ NEDİR?

Böbrek nakli, hastanın fonksiyonlarını yitirmiş böbreklerinin yerinde bırakılarak vücutta başka bir bölgeye yeni bir böbrek yerleştirilmesi ameliyatıdır. Hastanın kendi böbrekleri ancak taş ve kistik hastalığa bağlı enfeksiyon riskinin arttığı durumlarda çıkarılmaktadır.

Böbrek yetmezliğinin bilinen en iyi tedavi şekli hiç şüphesiz böbrek naklidir. Böbrek nakli sonrası hastaların yaşam kalitesi ve konforu ileri derecede artmaktadır. Yine böbrek nakli yapılan hastalarda diğer tedavi yöntemlerine (hemodiyaliz ve periton diyalizine) göre hasta ömrünün üç kat fazla olduğu bilinmektedir. Böbrek naklinde organ beyin ölümü gerçekleşmiş kadavra vericiden ya da böbreğin birinin alındığı canlı vericiden temin edilmektedir.



Canlı Vericiden Böbrek Nakli

Tamamen sağlıklı 18 yaşından büyük bir kişinin kendi özgür iradesi ile gönüllü olup böbreğinin birinin alınması ile yapılmaktadır. Bu ameliyatın yapılabilmesi için alıcı ve verici hastalar arasında 4. dereceye kadar kan ve kayın akrabalığının olması, akraba dışı hastalarda ise il sağlık müdürlüklerinden etik kurul onayının alınması gerekmektedir.

Kadavra Vericiden Böbrek Nakli

Beyin ölümü gerçekleşmiş bir hastanın ailesinin organları bağışlaması ile yapılmaktadır.

BÖBREK NAKLİ KİMLERE YAPILIR?

BÖBREK NAKLİ ALICI ADAYI SEÇİM KRİTERLERİ

Böbrek nakli son dönem böbrek yetmezliği nedeniyle halen diyaliz tedavisi gören ya da henüz diyaliz tedavisi başlanmamış hastalara uygulanabilir.

Preemptif böbrek nakli hastanın diyalize girmeden yapılan böbrek naklidir. Hesaplanan Gromeruler Filtrasyon Hızı 20 ml/dk' nın altında ve son 6-12 aylık takip süresinde böbrek fonksiyonlarında ilerleyici bozukluk olması durumunda yapılabilir.

Akla takılan en büyük soru hangi hastalarda böbrek nakli sonrası sorun yaşanma ihtimalinin yüksek olduğudur. Örneğin;

İleri yaş hastalara böbrek nakli yapılması kesin bir kontrendikasyon değildir. Hastanın kronolojik yaşından ziyade fizyolojik yaşı ve performansı önem arz etmektedir.

Yine Vücut kitle indeksi (BMI) 35 kg/m²'nin üzerinde olan hastalara yapılan böbrek nakli sonrası takılan organda fonksiyon görmede gecikme olabileceği unutulmamalıdır. Bu yüzden obez olan hastalara nakil öncesi kilo vermeleri önerilmektedir.

Son dönem böbrek yetmezliğine yol açan şeker ve tansiyon hastalığı gibi sistemik hastalıklar genellikle böbrek nakline engel teşkil etmezler. Böbrek dışı hastalıklar karar vermede daha önemlidirler.

Alıcı adayının viral, bakteriyel veya fungal kaynaklı aktif bir enfeksiyonu olmamalıdır. Kanseri öyküsü olan hastalar ancak başarılı bir kanser tedavisi sonrası literatürde belirtilen kansersiz geçirilmiş bir zaman sonrası nakil olabilirler. Bu süre kanserin tipine bağlı olarak değişmektedir.

Çok ileri evre akciğer hastalığı, kalp hastalığı ve diğer sistemik hastalıkları olan hastalara ancak böbrek nakli önerilmez. ya da böbreğin birinin alındığı canlı vericiden temin edilmektedir.



BÖBREK NAKLİNDE KİMLER VERİCİ OLAMAZ?

- ABO kan grubu uygun olmayanlar
- 18 yaşından küçükler
- Gönüllü verici olmayanlar
- Aşırı kilolular
- Psikiyatrik bozukluğu olanlar
- Alkolizm ve madde bağımlılığı olanlar
- Kanseri tanısı olanlar
- AIDS hastaları
- Kalp ve akciğer hastalığı olanlar
- Diyabet tanısı olanlar
- Gromeruler Filtrasyon Hızı çok düşük olanlar
- İleri derece idrarda protein kaçağı olanlar
- Nörolojik hastalığı olanlar
- Gebelik

TABURCULUK SONRASI HAYAT

Başarılı bir böbrek nakli sonrası hastaların çoğu 8 ile 12 hafta arasında hastalık öncesi yaşamlarına geri dönerler. Hastalar ilerleyen dönemlerde sorun yaşamamak için yaşam tarzlarında önerilen değişiklikleri mutlaka yapmalıdır.

İlaç Kullanımı

Size başlanan ve vücudunuzun böbreği reddetmesini engelleyen immünsüpresif ilaçları önerilen dozda, hergün aynı saatte ve aynı şekilde kullanınız.

Temizlik ve Hijyen

Böbrek nakli olan hastalar bağışıklık sistemini baskılayıcı ilaçlar kullandıkları için özellikle kişisel hijyenlerine dikkat etmek zorundadırlar. Düzenli duş alma, el ve vücut temizliğine özen gösterme ve dış fırçalama son derece önemlidir. Kalabalık ortamlarda maske takılması önerilmektedir.