

الحياة تستمر

معلومات للمريض لزرع الكلى

## مقدمة

كلاويك لا تعمل كما يجب : لهذا هقترح عليك زرع الكلية لعلاج مرضك

اكثر المرضى يتاملون في امكانية الزرع ولكن هذا يسبب لهم قلق زرع الكلاوى الان اصبح احسن علاج لمرضى الكلاوي كت يوم في جميع العالم زرع الكلاوي يعطى لمئات الاشخاص حياة جديدة مليئة بحيوية ونشاط

نجاح زرع الكلى كثر بالنسبة للماضى اليوم شكرا على تقدم الطب ولعلاج الحماية من الطرد الرفض ولطرق الجراحة اكثر المزروعين متفائلين بان وظائف الكلاى تعمل لسنين عديدة وطويلة

هذا الدليل يعطى معلومات تساعد في معرفة كل ما يلزم حسب تعليمات الطبيب المعالج يعطى اجوبة لكل سؤال وللاى قلق هو شك

هذا الدليل يعطى للمريض الامكانية بأن يكون عنده معلومات كافية ليساعده في الشفاء مع مساعدة الطبيب والممرضون الذين يعالجوه

## 2. الكلاوي

في جسم الانسان توجد كليتان موجودتان خلف الظهر الكلاوي هم فلترا لتصفية الجسم. ينقيان الدم الذي نصل من شرايين الكلوي لينظفوه من المواد السامة مثل لوريية (AZOTEMIA) وكرياتينين. طعامنا يحتوي على عدة انواع من الاملاح المعدنية ضرورية للصحة. مع هذا إن كمية هذه الاملاح التي تدخل وتفيد الجسم. الكلوي تقوم بتخليص الجسم من الكمية الزائدة بواسطة البول.

- للكلاوي توجد اهمية مهمة لحاجات أخرى فإنه تبرز هرمون الذي يونظم ضغط الدم.

- ينتج ERITROPOIETINA (هرمون الذي ينشط النخاع العظمي) والإنتاج كريات الدم الحمراء, مهمة لنقل الاكسجين.

- كما تنتج فيتامين "د" مهم للعظم.

## 3. عدم كفاءة عمل الكلاوي

المزمن مع مرور الوقت تؤذي الكلاوي وتسبب ضرر كبير بدون امكانية للشفاء.

توجد نوعان من قصر عمل الكلاوي.

- قصر عمل الكلاوي الحاضر يحصل بأصابة مفاجئة من الممكن ان يتوقفوا عن وظيفتهم لمدة قصيرة وبعد ذلك يعودوا للعمل بصورة جزئية او كاملة.\

- بالنسبة لقصر عمل الكلاوي المزمن يلحق ضرر بدون اي امكان للشفاء هذا مع مرور السنين. قد يكون السبب التهاب او من الجهاز الوبقائي, مرض السكري او من ضغط الدم المرتفع او من امراض وراثية.

- عندما لا تشتغل الكلاوي بصورة كاملة يتوقفوا عن عمل.

عوارض لقصر عمل الكلاوي

بعض الاشخاص يشعرون بهبوط. تعب من جهد قليل, لا يوجد عندهم رغبة للاكل وطعم للاكل مختلف. توجد عوارض أخرى مثل الحك. البول قليل وحاجة للتبول بالليل.

#### 4. زرع الكلاوي

عندما يكون ضروري زرع كلية جديدة يجب اقامة عدة فحوصات وتقدير امكانية الزرع. يوخذ اسم المريض مع كل فحوصاتة بهذا يدخل بقائمة انتظار الزرع في مدينة فاريزي. (البرنامج هذا هو من شمال إيطاليا).

مدة الانتظار قد يأخذ بين سنة او سنتين هذا يتوقف على امكانية المتطوعين وموافقتهم بين بعض. في هذه الفترة يجب عدم التدخين. نقص الوزن اذا كان الوزن مرتفع, مراجعة طبيب الاسنان.

#### A. الاستعداد للدخول المستشفى.

في فترة الإنتظار يجب عن يكون الشخص جاهز. باعطاء مركز زرع الكلاوي ارقام تلفون شخصي وبان يكون حاضر دائما التلفون مضوي شاغل.

يجب ان تعرفوا بان توافر الكلى تخبر باقل من 12 ساعة, خصوصا للدين يسكنون بعيد عن مدينة فاريزي, يجب ان تكون الحقيبة حاضرة مع كل الذى يلزم.

**B. عندما يتصل المستشفى بالتلفون, حالا عندما يجدوا عضو للزرع, يخبروا المريض مركز الزرع ويعطيه كل المعلومات الازمة عن ماذا يجب ان يعمل.**

ممنوع الأكل أو الشرب أو اخذ اي دواء غير دوائية المفروض اخذه . اي عارض مثل رشح , قحة , حم , او شيء اخر يجب ان يعلم الطبيب فوراً . في هذه الحالة يمكن ان تعطى الكلى لشخص اخر بأسرع وقت .

### C. تجهيز للعملية

يجب معرفة إذا كان توجد بعض الموانع , يجب الذهاب للمستشفى (مركز دياليزي قسم الزرع عندها تعطى له معلومات مهمة) هناك تجرى له عدة فحوصات التي تقرر نوعية الزرع . قبل العملية تقابل المريض مع الجراح والمخدر ليشرحوا كيف ستكون العملية والخطر منها . يطلب منه امضي على موافقته على العملية وعلى نقل الدم من شخص آخر . ايضاً يوافق على قبول عضو عليه خطر "ليس دائماً" وإذا وجد عدو متبرع به ملائم . في هذه الحالة يجب عن يوافق بإمضائه قبل العملية .

### D. العملية

العملية الجراحية تأخذ مدة 3 ساعات تقريباً . كلى الشخص لا تزال عادتها والكلى الجديدة تضع على اليمين او على اليسار في قسم البطن الاسفل . مكان الكلى الجديد يكون سطحي بهذه الصورة يمكن عن تلمس من فوق البطن وبهذة يكون سهل أخذ عينة للفحص .

### E. الفترة بعد العملية

عند الاستيقاظ من التخدير يكون الوضع :

- أنبوب في الوريد كما في كل عملية جراحية . هذا لاعطاء الادويه ضد الطرد (الرفض) و انتيبايوتك ولتبول . الخ .
- كاتيتير لسحب البول من المثانة (كيس البول) يجب عن يبق لعدة ايام لمراقبة كمية البول عدة مرات .

صوره 2

- الجرح طوله 20 سم ويكون بجانبه كاتيتير لصحب الماء .
- توجد زوندة أنفي معدي حتى تسحب حوامض المعدة ليريح الجهاز الهضمي تبقى الزوندة لمدة 24 ساعة .

حتى تراقب عمل الكلى كما يجب تقام فحوصات مثل إكوغرافية بعد العملية .

#### F. فحص عينة من الكلى

الاطباء قد تقرر فحص بأخذ عينة من الكلى الجديدة . هذا الفحص يسمى "بيوبسية" يوبيح إذا كان هناك إمكانية للطرد او مشاكل أخرى. هذا يتم في المستشفى: مع تخدير محلي باستعمال ابره دقيقة ويفحصه على المكبر.

بعد هذا الفحص المريض يبقى في السرير لمدة 8 ساعات.

#### G. بعض المرات قد يتعرقل الوضع مبكرا .

تكون من الجراحة: كدمات, نقة دم بالشريان, مجموعة من المصل, فقدان البول او عدوى.

في بعض الحالات تقام عملية جراحية .

وظيفة الكلى يمكن عن لا تبدأ للعمل حالا لعدة مشاكل. هذة المشاكل تدوم من 2-3 اسابيع لهذا تعمل الدياليزي.

#### H. الطرد ( الرفض )

من ناحية الجسم لا تقبل العضو الجديد لانه يعتبر "غريب" وهكذا يتم حالة الطرد العضو نفسه وفي هذى الحالة قد تظهر في اى وقت بعد الزرع .

يمكن التغلب عليها بعلاج خاص ضد الطرد. في حالات نادرة الطرد بدون اى علاج يجلب فقان العضو وإزالته .

#### I. مراجعة الطبيب

إذا لم تكن مشاكل يبقى المريض في المستشفى 12-20 يوم . بعدها تكونوا مربوتين بالمستشفى لكل صعوبة . في البداية تكون المراقبة في اوقات متقاربة يقام للمريض فحص بول ودم وتقام له صورة الشععة .

#### مهم جدا

- لا تأخذ ادوية ضد الطرد قبل ان تعملوا فحص الدم لانه يغير نتيجة الفحص.
- كل زيارة للمراجعة يجلبوا معكم قائمة الادوية لمتابعة العلاج.

## 5. يمكن حدوث تعرقل متأخر

### A. الطرد

الادوية تمنع طرد الكلى في اغلب الحالات بأعطاء كمية كبيرة من الادوية عن السابق.

أعراض الطرد

غالبا اعراض للكرد قليلة مثل الشعور بحالة ضعف. ارتفاع درجة الحرارة قليلا لكن تجد اعراض مهمة اكثر مثل

- ارتفاع الوزن خلال 24 ساعة
- ورم عظم الكعب
- تقل كمية البول في 24 ساعة
- رفع ضغط الدم
- صعوبة التنفس لاقل عمل او حركة
- وجع من ناحية الكلى المزروع

- درجة حرارة 38 او اكثر خصوصا في الصباح  
كل هذا يجب اخبار الطبيب حالا في قسم الزارع.

لا تخافوا: اكثر من 90% لهذه الحالة للطرد يسيطر عليه باعطاء ادوية  
والكلى ترجع لوظيفتها الطبيعي.  
اكتر الحالات لا تحتاج الى البقاء في المستشفى.

## .B. العدوى

يمكن بأن المريض عندة استعداد اكثر للعدوى بسبب دواى المنعة ضد  
الطرد.  
بعض العدوى يكون سببها من العضو المزروع (من المتبرع) قد تأتي من  
فايروس او من المكروبات التى تكون في الجسم تتحول الى التهاب او  
من المستشفى.  
بعد الزرع يعطى الانتبيوتك للوقاية من العدوة والالتهاب تعطى لمدة  
3 - 6 اشهر من تاريخ الزرع.



خلال المراجعة عند الطبيب تقام فحوصات روتينية (مثل فحص الدم وزرع البول) التي تعطي امكانية لاخذ ضد العدوة.

### .C مرض السكري

معروف بان مرض السكري يكون بارتفاع كمية السكر في الدم. بعض ادوية جهاز المناعة تسبب السكري. يجب بهذه الحالة اخبار الطبيب.

- الاحساس بالعطش
- التبول الكثير
- انزعاج في النظر
- عدم التركيز

إذا أصاب بالسكري يجب معالجته. يجب تخفيف الوزن. اتباع حماة خاصة وعمل رياضة مع امكانية استعمال الانسولين.

### .D ضغط الدم المرتفع

- يجب على الشخص الذي زرع له عضو ان يأخذ ادوية لضغط الدم

- تغير مناخ الحياه
- تجنب القلق واخذ راحتك
- قلل من الملح
- عدم التدخين
- عمل رياضة منظمة
- اتباع الحمية الموضوعة من قبل الطبيب

## .E الاورام

الدوية جهاز المناعة مع مرور الوقت يزيدوا الامكانية من تنمية الاورام: في الخلايا الليفناوية والجلد نسبة الخطر قليلة (اقل من 3%) يجب على المريض عمل الفحوصات دائما. عندما تشعر بتغير بالصحة يجب ان تلجاء للطبيب باسرع وقت.

كما يجب ان تتجنب اشعة الشمس للحماية من سرطان الجلد.

بعض ادوية جهاز المناعة تسبب حالات عصبية دواء اسمه CICLOSPORINA و tacrolimus يسببوا قلق وكابوس واحيانا بغيرات في الحالة النفسية. يشعرون برعشة والنسيان وتنميل في الايدى والارجل. تقل هذه الازعاجات مع تخفيف كمية الدواء.

### مشاكل عقلية وعصبية

.G

بعد مرور الفترة الاولى من الفرحة تأتي بعدها فترة اكتئاب وقلق من خوفهم على حالتهم الصحية. بعض منهم يخاف مقابله اشخاص ويختبئوا لخوفهم من العدوا وبان يرجعوا لآخذ الدياليزي في هذه الحالة وايضا, لرجوعهم للعمل. الممرضات والاكباء قد يساعدوهم.

## 6. ادوية جهاز المناعة للطرد

الهدف لهذه العلاج المختص بالوقاية يمنع الطرد بأعطاء عادات عدة ادوية تأخذ بصورة منظمة بعضها طول الحياة وبعضها لمدة قصيرة او تزاح بعد الزرع.

### علاج الاستقراء

.A

#### BASILIXIMAB (SIMULECT®), TYMOGLOBULINE

تأخذ هذه الادوية مع ادوية جهاز المناعة مثل CICLOSPORINA و CORTICOSTEROIDI . تأثيرات جانبية مثل مشاكل في الجهاز الهضمي مثل الاسهال والقئ والتهاب الجرح.

### العلاج الوقائي

.B

(®CICLOSPORINA (SANDIMMUN®, NEORAL®), TRACROLIMUS (PROGRAF

Ciclosporina Tacrolimus هذه الادوية تعتبر ذات اهمية لتعالج جهاز المناعة تاخذ عاداتنا عن طريق الفم مع هذا الايام حالا بعد الزرع يمكن ان تاخذ هزة الادوية عن طريق الوريدات مريض يكون دائما تحت مراقبة نعمل فحوصات للدم والوقاية من العوارض الجانبية ciclosporina تكون ملائمة وتحسب حسب وزن الشخص كمية وحسب الفحوصات المختب

. يجب اخذ هذه الادوية مرتين في اليوم كل 12 ساعة تماما .  
يوم المراجعة عند الطبيب يجب اخذ الدواء ساعتين قبل فحص الدم .  
. يجب ان تجلبوا معكم كل الادوية لاخذها فورا بعد الفحص  
حبات الدواء يجب ان تبلع فورا بعد اخذها من العلبة وتشرب مع سائل . او عصير ليس عصير الكريب فوت

: تحذيرات

هذا الدواء ياثرب سلبيا مع اخذ ادوية اخرى عادية لهذا يجب اخبار  
Ciclosporina الطبيب دائما  
. عن اي دواء تقوم بتناوله

ايضا كمية الدواء تحسب حسب وزن الشخص وعلى تركيز الدواء في  
. الدم وحسب الحالة الصحية هذا يرجع لنتائج الفحوصات  
. وعلى وجود اي عوارض جانبية للدواء

الكمية اليومية يجب ان تاخذ مرتين كل 12 ساعة , يجب ان تاخذ حبة  
الدواء فورا من العلبة وبلعها حالا مع الكثير من الماء , الدواء  
يجب ان ياخذ بعيدا عن الاكل غلى الاقل ساعة قبل او بين 2-3 ساعات  
. بعد الاكل

يوم المراجعة عند الطبيب لا تاخذوا دواء

.tacrolimus

حتى بعد اخذ الدم يجب ان تحضروا معكم جميع الادوية . بعد الفحص  
. تاخذ الادوية

عوارض جانبية

عوارض مزعجة

Ciclosporina tacrolimus

ما العمل ؟

- . شعر على الجسم <-----> تصبغ او تزال
- . انتفاخ النيرة <-----> علاج الاسنان
- . ضغط عالي <-----> ادوية لخفض مستوى الضغط من قبل الطبيب
- . تسمم في الكلاوي <-----> مراقبة تركيز الدواء
- . رجة <-----> يخبر به الطبيب
- . سكري <-----> يعطى الانسولين

Corticosteroidi ,prednisone ,metilprednisolone (deltacortene (R) ,urbason (R) medrol (R)

تعطى هذه الادوية عادة مدى الحياة بقيمة خفيفة لمنع رفض العضو المزروع , اما الكمية الاكبر ( صفحة 13 ) تعطى لمدة قصيرة لنفس

الغاية الكورتيزون تعطى عادة مع دواء المناعة مثل

Ciclosporina tacrolimus

كمية الكورتيزون تحسب حسب وزن المريض وحسب المدة التي مرت على الزرع .

اخذ الحبوب خلال وجبة الاكل : هذا اذا كان تاخذه مرة في اليوم , افضل تناوله مع الفطور

ما العمل ؟

تأثيرات غير مرغوبة

- ارتفاع الوزن مع توزيع الشحم على الجسم بطريقة غريبة
- . حماة قليلة ملح وقليل سكر
- وذمة وانتفاخ الاطراف
- . قليل من الملح
- حرقة بالمعدة
- دواء ضد الحموضة وضد جرح

. المعدة

زيادة الشهية للطعام

. نصيحة للمعدة

حبوب وحب الشباب

. علاج جلدي

تطور نفسي وقلق

. ادوية مهدئة من قبل الطبيب

تأثيرات جانبية

تأثيرات جانبية تأتي مع الوقت

. ضعف في العظم وفي العضل\*

. زيادة في الوزن\*

. ارتفاع ضغط الدم\*

. الجلد يتغير ويصيبه كدمات\*

. ازعاج معدة وامعاء مثل حرقة وجرح\*

. مرض سكري\*

. كثرات العين\*

\*ظهور حبوب على الوجه وشعر .

الكمية للدواء تحسب حسب الوزن والحاله الطبيه وحسب الوقت الذي

. مضى للزرع

يمكن اخذ الدواء في اي وقت خلال اليوم ولكنه ينصح بان يتعود

. المريض على تناوله في نفس الموعد

تعطى ( ACIDO MICOFENOLECE (cell-cept (R) Micofenolato mofetile

.من المستشفى هذه الادوية بمناسبه زيارة المراجعه

ينصح بان توخذ هذه الادوية على الاقل ساعة قبل الاكل وبين 2-3 ساعات

. بعد الاكل

: تأثيرات جانبية

. تنقص الكريات الدم البيضاء في الدم

. تظهر علامات فقر الدم

. تساقط الشعر

. ترتفع درجة الحرارة

. الم في المفاصل

. تغير في وظيفة الكبد

خلال فترة المرض هناك شعور باللعي في المعدة و الاسهال

. هذه العوارض تخف مع تقليل كمية الدواء

مفيدة كثيرة لمناعة الرفض (RAPAMUS (R) SIROLIMUS (R) RAPIMICINA

بدون ان تؤذي الكلى نفسها ولكنه توجد تاثيرات جانبية اخرى مثل :

ارتفاع الكوليسترول

نقص الصفائح الدموية

اسهال

وجع في المفاصل

. الجروح تحتاج لوقت طويل حتى وصول مرحلة الشفاء

فعالية هذا الدواء تشابه (CERTICAN (R) EVEROLIMUS

حتى الان يستعمل على شكل كبسولة SIROLIMUS TACROSPERINA الدواء

cicloporima وياخذ بنفس الوقت مع

كل 12 ساعة والتاثيرات مشابهه لل Sirolimus

. جرب ان تاخذ الادوية كل يوم في نفس الموعد

لا تغير ولا تنسى ان تاخذ الدواء حتى الشعور بالتحسن

اذا حدث هناك خطأ في كمية الدواء في اليوم ذاته يجب اخبار الطبيب

فورا

اذا نسيت تناول الدواء يفضل اخذه حال تذكر بذلك

افحص دائما تاريخ التسويق المكتوب على علبة التسويق

اخبار الطبيب حال وجود اعراض غريبة وجديدة حال حدوثها

حظر استعمال ادوية خارج قائمة الادويه المتبعة

حفظ الادوية بعيدا عن متناول يد الاطفال

لا يجب وضع الادوية في البراد الا في حال وصف الطبيب او الصيدلي

بذلك

التأكد دائما بوجود كيمة الدواء الكافية وخصوصا في العطلة

انتبه من الموافقة بين الادوية

لأنها لا تتلائم مع antibiotic استشر طبيب الزرع عند اخذ اي دواء مثل دواء الرفض بذلك تزيد امكانية الرفض وتجلب اعراض جانبية لا تشرب عصير الجريب فروت او اكله لأنه يمنع امتصاص الادوية تجنب من اخذ اباريكو او عشبة القديس جوفاني لأنه لا يتوافق مع الادوية

كما احذر من ادوية هوموبيتشيا او من وصفات الاعشاب

#### **. قواعد هامة طبية بعد ترك المستشفى 7 .**

جماعة الاطباء والممرضات لمركز الزرع ياخذون على مسؤوليتهم العناية بالمريض بطريقة مستمرة في مدة البقاء في المستشفى لهذا الشخص الذي زرع له عضو يجب ان يكون مسؤول عن صحته . وبان مركز الزرع دائما موجود لمساعدته

#### **A علاج جرح العملية .**

. حافظ على نظافة الجرح باستعمال صابون خصوصي اذا لاحظت اي تغيير على الجرح مثل ورم او احمرار او اي سائل يخرج . من الجرح يجب اخبار الطبيب حالا

**B قم بقياس درجة الحرارة كل يوم لمدة شهرين وكل مرة لطرده , اذا . وصلت الحرارة ل 38 يجب ان تذهب الى الطبيب الزرع , لا تاخذ علاج من اي طبيب خارج مركز الزرع**



### **c ضغط الدم والنبض.**

تقوم الممرضة بإرشاد حول طريقة استخدام جهاز قياس الضغط والنبض . من المهم ان يعرف المريض قيمة القياس الطبيعي للنبض

### **Dمراقبة البول والوزن.**

كمية البول التي تعمل في اليوم عندما تقدر قيمة حتى يحدد مدى فعالية الكلى .  
يجب ان تقيس وزنك كل يوم في الصباح قبل وجبة الافطار

صوره 4

إذا تبين ان كمية البول اقل والوزن ارتفع 1 كغم في اليوم او 2 كغم في الاسبوع , يجب الاتصال بالطبيب حالا .  
ضروري فحص البول باستمرار , في بعض الاحيان توجد في البول كمية صغيرة من الدم بعد العملية اذا استمر هذا الوضع اي وجود الدم بالاضافة الى الرائحة الكريهة يجب اخبار الطبيب

### **E.العناية بالاسنان**

تنظف الاسنان فورا بعد الاكل واستعمال مطهر خصوصي للفقم خصوصا اذا كنت تضع شدة الاسنان .  
مهم بان تفحص اسنانك عند الطبيب كل ستة اشهر اذا كانت هناك حاجة .  
اذا كان هناك حاجة بتناول الانتبيوتك اتصل بعيادة الزرع

### **F نظافة جسمك.**

مهم جدا ان تعتني بنظافة الجسم حتى تقل العدوى .  
اتبع هذه المعلومات الاتية :  
اغسل يداك جيدا\*  
قص اظافرك واغسلهم بالفرشاة\*  
لا تستعمل صابون قاس , فقط من سائل موجود في زجاجة , لا تقوم\*  
بتعبئته عند انتهائه

غير المناشف يوميا وخصوصا التي قمت باستعمالها والتي تعود الى\*  
. شخص واحد فقط

خلال فترة العادة الشهرية غير النشافة خارجي او اذا كان داخلي\*  
بطريقة مستمرة , لان الدم سريع انتقال للبكتيريا , لا تستعملي  
. صابون مطهر للنظافة الشخصية للمهبل لانها تقضي على خلايا المناعة  
. يكفي استعمال صابون سائل ذات ماء و وسط معتدل للحموضة  
. اعتني ب ارجلك وارتدي حذاء مريح

## **G العناية بالجلد والشعر.**

في بداية الفترة بعد الزرع قد تظهر حبوب صغيرة على الوجه ,  
. الرقبة ,مثل حب الشباب  
اغلب المرات للحالة تسببها الكورتيزون ,طبيب القسم ينصحك بالذهاب  
. ل طبيب الجلد  
. يجب استعمال كريم مطري حتى تحافظ على تغذية الجلد  
الكورتيزون من الممكن ان يشوه منظر الشعر , الصبغة او الكوي او  
. الصبغة لتفتيح لون الشعر , قد يضعف الشعر

## **H. نمو الشعيرات على الجلد**

. ادوية المناعة الرفض قد تسبب نمو شعر على الوجه  
مما يزعج المرأة والطفل , يمكن ان تستعمل كريم لازالة الشعر او  
. استعمال الاكسجين تتشيرة  
او استعمال السكر (العقيدة ) او اي واسطة لازالة الشعر , استشارة  
. الطبيب بنصيحة

## **I. الجلوس في الشمس**

امتنعي عن الجلوس تحت الشمس بين الساعة 10 الى الساعة 15 بعد  
. الظهر , اي عندما تكون اشعة الشمس ساطعة  
قومي بوضع القبعة على الراس والبسي ثياب ذات كم طويل حتى تحتمي\*  
من الشمس  
استعملي كريم للحماية من الشمس قوة 15 % في الربيع والصيف .  
ضعي الكريم على كل الجسم الذي يكون معرض للشمس خصوصا الوجه

- \*تذكري دائما ان الشمس مؤذية ,حتى اذا كانت السماء مغطية بالغيوم\*
- . لان شعاع الشمس يعكس على الجسم من الرمل والثلج
- . لا تاخذي اشعة السولاريم للاسمرار\*
- قومي بمراقبة الشامة اذا تغير شكلها ,حجمها ولونها , التجئي\*
- . للطبيب في مركز الزرع حالا

### **I. غسل الايدي**

- غسل الايدي يمثل شئ بسيط ولكنه مهم جدا , ليمنع العدوى , اتبعو
- : هذه النصائح
- . قبل وضع الايدي على الفم\*
- . قبل بعد الاكل\*
- . قبل اخذ العلاج في الفم\*
- قبل غسل الاسنان والحلق\*
- . بعد الدخول للمرحاض\*
- بعد ان تكونو قد مسكتو اشياء قذرة مثل الجريدة , النقود ,\*
- . الاحذية او اي شئ غير نظيف
- . قبل وبعد تغير الحفاض في حالة اطفال\*
- . بعد ان تمسكو الحيوانات , بيتهم , اكلهم , نفاياتهم\*
- . بعد ان تزرعو وتقومو ب مسك التراب , الازهار\*
- .... بعدتنظيف الانف , او بعد القحة الخ\*
- اذا لم تكون امكانية الغسل بالماء , يجب ان تكون معكم دائما\*
- علبة فوط مبلولة بالكحول ضد الميكروبات في حالة الطوارئ . قم
- . بشرائها من الصيدلية

### **M.: دمامل و جروحات في الشرايين**

- بما ان جرح الفتحة لغسل الكلاوي لا تستعمل , يجب ان تخبروا الطبيب
- اذا رايتم ان هذه الفتحة قد احمرت ,تعطي رائحة كريهة وقد كبر
- . حجمها

بعد مرور شهر من الزرع يمكن ان للجرح ان يغلق وهذا يساعد على المنظر الخارجي للزرع ويقلل من عمل القلب

## الحياة بعد الزرع : 8

العودة للبيت بعد الزرع تعطي الشعور بالفرح ولكنه هذه الفرحة قد ترافقها قلق واكتئاب في بعض الاحيان في اول اسبوع مهم جدا بان تتذكروا بان العودة الحياة الطبيعية يحتاج لعدة اسابيع واشهر , يجب ان تتعلمو العيش مع الكلى المزروع , هذا يحتاج الى وقت . عندما يمر هذا الوقت الحساس لاشهر الاولى , الاشخاص المزروعين يكونون بفرح ويحاولون استرجاع الحياة الطبيعية . وخصوصا اذ كان لديهم اولاد فيلعبوا معهم ويرجعو للحياة الطبيعية

## A. التأقلم مع الحياة العائلية

لا يلزم انتباهات خاصة اذا احد افراد العائلة شعر برشح , وجع حلق , قحة يجب ان يكون بعيد على الاقل مترين عن المريض . ان لا تقومو القحة او العطس عند وعود المزروع , ضعوا حاجز الماسكرة على الفم اذا قربتم منه . يجب تغير الماسكرة كل مرة تكون مبلولة والاقامة بتهوية البيئة

## B. البيت

. يجب تنظيف البيت خصوصا الحمام والمطبخ والبراد  
استعملو سائل عادي للتنظيف . باقي الغرف تنظف عادة , دائما قوموا  
. بتغيير هواء البيت

ايضا شراشف السرير , يجب ان تغير اذا وجد الة لتبريد الهواء يجب  
. ان تنظف دائما فلتر  
. لا يجب ان تكون رطوبة او اوساخ على الجدران في البيت  
. لا تبقوا في مكان رطب ضعوا المسكرة الكمام للحماية  
يجب غسل الفراش والباس في غسالة للمناشف والشراشف والباس الداخلي  
في درجة حراره مرتفعة للماء 60° لا يلزم فصل لباس افراد العائلة

## C. خارج البيت

في البدايه يجب تجنب اماكن مزدحمة او في الاسواق مثل السوبر ماركت  
مكاتب سيارات نقل مقاهي سينما او مسرح . في هذه الحالة ينصح بوضع  
كمامة وايضا في المستشفى  
. دائما البسي الكمامة عندما تاتي الى المستشفى للمراجعة\*

امتنع القرب ( واحفظ مسافة متر واحد ) من الاشخاص عندهم انفلونزا\*  
. امتنع اذا امكن ان تبقى بعيد عن مكان للبناء اين يحفرون

#### **.D نظافة شخصية**

من المهم الاعتناء الدقيق بالنظافة الشخصية ,خصوصا الايدي والنظافة  
. الشخصية والفم والاسنان

#### **.E الحماية الغذائية**

صوره 6

- . ضروري اتباع حمية غذائية صحية متوازنة
- مع الاسف احدعوارض دواء الكورتيزول تزيد شهية الاكل وارتفاع الوزن
- . لهذا تكون مشكلة للاشخاص المزروعين
- . يجب ان تتبع حمية فقيرة من الدسمة والسكر
- الوجبات الغذائية تحتوي على فاكهة ( بعض منها الموز تحتوي على
- البوتاسيوم لا يجب ان تاكله بكثرة ) ,خضرة , حبوب , خبز , حليب
- خالى من الدسمة , اجبان غنية من الكلس , اللحمة بدون دهن , سمك ,
- . دجاج واكل ويحتوي بروتين
- نصائح اخرى
- . يجب ان تزين نفسك كل يوم\*
- لا تاكل كعك وبسكوت واشياء مالحة بين الوجبات اذا كنت تشعر\*
- . بالجوع من الافضل تناول الخضرة والفواكة
- جرب ان تشرب 2 ليتر من الماء او سوائل ماء معدنية بدون صوديوم ,\*
- . اشرب شاي الاعشاب
- بعض الطعام قد يسبب التهاب للمريض يجب المحافظة على طريقة الطبخ\*
- . واخذ هذه الاطعمة
- . قبل الطبخ اغسلي الايدي\*
- قشروا الفاكهة والخضرة وغسلها جيدا , ايضا تغسل كل الخضرة\*
- والفاكهة اذا كانت مغسولة من السوق وحتى اذا كانت
- ( بيولوجي ) طبيعية
- . لا تاكلوا اجبان غير مبسترة مثل اللبن والحليب\*

( والاجبان مع خضرة ) العفن

- لا تاكلوا بيض ني او غير مستوي جيدا وكل الطعام الذي فيه زيوت\*
- . واشياء اخرى مثل مركبات الصلصة مثل الميونيز وكيوتش
- لا تاكلوا لحمة نية او غير مطبوخة جيدا مثل لحم البقر والدجاج\*
- وباقى اللحوم
- لا تاكلوا بعض انواع الاسماك مثل الكلماري والقريديس غير مطبوخة\*
- . وكل جميع الاصداف خصوصا الغير مطبوخة
- . لاتاكلوا نبات البراعم نية\*
- . لا تشربوا ماء من الينابيع غير مراقبة\*
- لا تاكلوا مكابيس ومربيات مصنوعة في البيت مثل ( الفاكهة\*
- . ) والخضرة
- . لا تاكلوا طعام غير سليم ( طازة ) او بعد تاريخ التخزين
- . استعملي صحن وادوات مطبخ نظيفة ونظفوا المطبخ دائما\*
- . خشبة اللحمة يجب ان تغسل بصابون وماء حار بعد الاستعمال\*
- يجب ان يكون الطعام مطبوخ جيدا وعلى درجة عالية على النار وفرن\*
- . الميكرو
- لا تشربوا شاي الاعشاب من محلات العلاج الطبيعي بدون استشارة الطبيب\*
- عن اي نوع

## الملح

. يجب ان تستعملوا الملح بكمية قليلة جدا

- . استعملوا قليل من الملح للطبخ\*
- . جربوا ان لا تضيفوا ملح على الطعام المطبوخ\*
- . لا تاكلوا طعام مالح ومكابيس مثل شيبس\*
- . امتنعوا من اكل المعلبات\*

## البوتاسيوم

للبيوتاس في بعض الحالات الكلى قد تواجه صعوبة تنظيم مقدار  
. البوتاسيوم

. ينصح بعدم التدخين وشرب الكحول  
مهم : لا تتناولوا عصير الكريب فروت فقد يزيد تركز الادوية في  
. الدم , وتسبب اعراض سلبية

### F. ممارسة الرياضة

يلزم ممارسة الرياضة بشكل منتظم , الرجوع للرياضة بعد الزرع  
. خصوصا للذين يمارسونها من قبل يكون اسهل  
تذكروا بان تبادوا الرياضة بشكل خفيف , بدون جهد حتى تقوا عضلاتكم  
... احسن رياضه هي المش السريع , الدراجة الخ  
. لا تنصح ممارسة البوكس ركبي والتسلق على الجبال لانها تضر الكلاوي

### G. العمل

يجب بعد الزرع عمل رياضة خصوصية لتحسن وضع الجسم مضت 3 اشهر من  
. الزرع يجب الرجوع للعمل  
بعض الاعمال مع ( الجمهور مع المرضى , اطباء حيوانات مربى حيوانات  
الخ .. ) من الافضل ان تناقش هذا الوضع مع طبيب القسم , لا تعمل خلال  
( الفترة بعد الزرع (خصوصا الاشهر في العلاج ضد الطرد

### H. سياقة السيارة

. ممنوع سياقة السيارة خلال 4 اسابيع بعد الزرع

### I. العلاقة الجنسية

. المجامعة الجنسية عادة بعد مرور بعض الاشهر تقدر ان تعود  
, عندما تشعر بصحة جيدة , اغلب الرجال يعودون الى قوتهم الجنسية

. مع هذا بعض منهم مع مشاكل صعبة يبقوا عاجز جنسيا  
. اطلبو مساعدة من الطبيب اذا كان عندكم مشاكل



بعض الادوية للمناعة يمكن ان تاتر على دواء منع الحمل , لا ينصح بتناول حبوب منع الحمل لانه يزيد خطر العدوى من الافضل استعمال عازل ذكري واقى واذا استعمال مع دهون او رغووة قاتلة للعطاء المهبلي النسائي هي طريقة تانية يجب استشارة طبيب نساء

### . الخصب

. كثير من الرجال اصبحوا ابا بعد عملية الزرع اغلب النساء تعود لهن العادة الشهرية بعد مرور بعض الاشهر للزرع وكثير من النساء خلفوا اطفال بصحة جيدة . ويجب على النساء مشاورة الطبيب على رغبتهن بتكوين عائلة . لكن يجب عليهن ان ينتظروا سنة قبل البقاء بالحمل , حتى يقدرن على العلاج خلال الحمل , مع اخذ كمية بسيطة من دواء المناعة اذا كانت المريضة حامل او تقوم بالترضيع , علاج المناعة يجب ان ( يدرس من ناحية الطبيب ) الخطر على الام والجنين . يجب ان تستشيروا الطبيب حالا اذا كان عندكم شك بالحمل

### .I. الفرصة

. من الافضل ان لا تبتعدوا عن مركز الزرع لايام كثيرة في البداية اخبروا الطبيب , وخذو معكم كفاية من الحبوب واحفظوها . في حقيبة اليد , للخوف بان الحقيبة تمكن ان تضيع او لاي سبب اخر اذا السفر الطويل ويوجد اختلاف التوقيت يجب انتاخذ الادوية حسب توقيت البلد اين توجدون دون اعتبار توقيت البلد الاتيين منها . يجب اخذ دائما ماء معدنية في زجاجة او قنينة مغلقة لا تستعملوا الثلج او كثرة الماء عند غسل الجسم (مثل الدوش , غسل ... الاسنان الخ

. كونو مطعمين حسب البلاد التي تقومون بزيارتها . كونوا على اتصال مع الدائرة الصحية ضد الفيروس والزرع

صوره 9

### .M. التطعيم

خلال المراجعة قبل الزرع طبيب العدوى في مركز الزرع يقوم ارشادك . على اي تطعيم ملائم للوقاية به بعد عملية الزرع

كل سنة المزرع وافراد عائلته يجب ان يطعموا ضد الانفلونزا او اي  
. تطعيم يقرره الطبيب

## **N. حيوانات بيتية**

الحيوانات مثل الكلاب والقطط يستطيعون ان يكونو في نفس بيت  
المزرع ولكن يجب ان يكونوا تحت مراقبة طبيب الحيوانات  
يجب اخبار مركز الزرع لان كثير من الحيوانات مثل الببغاء  
.... والعصافير والسحفاء والارنب والسنجاب الخ  
في بداية الزرع المريض لا يقدر ان يعتني بالقفس فقط بعد مرور بعض  
الاشهر يجب ان يلبس كفوف تستعمل لمرة واحدة وغسل الايدي  
. يجب تجنب الحيوانات اذا كان عندهم اسهال  
. يجب اخبار الطبيب في حال حدوث قرصة , عضة او خرمشة من الحيوان  
يجب الابتعاد عن اخراج الحيوانات لمثل الحصان والبعد عن الزبل يجب  
. لبس الكمامة  
. عند تنظيف ماء السمك يجب لبس كفوف  
. ابتعدو عن الحية , البطة , زغاليل وحيوانات غريبة

صوره 9

## **O. زراعة الحدائق والاعتناء**

دائما يجب ان تلبس كفوف عندما تعتني ب الحدائق مع غسل الايدي  
. دائما  
. لا تعطي تغذية او زبل او اخراج الخيل

## **P. هوايات ونوعية الحياة**

لا تدخن و ابتعد عن تدخين الاخرين , لانه يزيد خطر العدوى ميكروبات  
. الفيروس  
. لا تقوم بعمل التاتو  
. امتنع عن دخول مغارات فيها بقاية اخراج عصافير او حيوانات اخرى

لا تسبحوا او تدخلوا بمياه غير نظيفة او قليلة وفيها بقايا اوساخ  
العصافير .

مسموح البحر في البحر وفي برك السباحة بدون بلع الماء , اذا  
جرحتم في السباحة اغسلوا بماء نظيفة حالا , لا تذهبوا لينابيع  
معدنية , واد ومساج

## Q. نوعية الحياة

يجب ان تتقبلو التغير في حياتكم , مثل اخذ الادوية كل يوم او  
ذهابكم للمستشفى للمراجعة كل فترة . اكثر الاشخاص يجد حياته جيدة  
واحسن من قبل

## 9

### : الاتصال والعلاقات مع الاطباء

. هذه هي اكبر مسؤولية

مهم جدا الاتصال والعلاقة مع الاطباء الكلاوي , جراحين , طبيب الامراض  
المعدية , طبيب العائلة , طبيب الاسنان والصيدلي  
كل هذه الاشخاص يجب ان يعرفوا بان عندك كلوية مزروعة وبانك تاخذ  
ادوية .

يجب ان يكون لديك معلومات عن حالتك الصحية الحالية مثل ضغط  
الدم , النبض , كمية البول , الوزن الشخصي , كل تغيير من الدواء  
او الكمية

. التهاب او عدوة وطريقة علاجهم , احساس جديد من دواء

تذكر بان تجلب معك كل الادوية عندما تذهب الى العطلة او الى اي  
مكان بعيد عن البيت لمدة قصيرة او طويلة

### : الاتصالات

: الجراح العام وعنوانه

0039 0332 393506

0039 0332 278879

: عيادة طبيب الكلاوي

0039 0332 278449

: قسم الكلاوي

0039 0332 278316

: قسم الامراض المعدية والزرع

0039 0332 393378

: امراض معدية - نقطة فحص الدم

0039 0332 393085

: قسم الامراض المعدية

0039 0332 278446

. لتصبح مريض مزروع له قد يعطي تغيير في الحياة  
. الطب الحديث اعطى للمريض الزرع امكانية حياة طويلة ونشطة  
. خذ بالك على كليتك , انه عطاء ثمين  
. مرفق رقم 1

### نظام احتياطي

**Endocardite . المعدية**

**نشر 2007:1754-1736:116**

### عملية في الفم والحلق

لكل ساعة للعملية يوخذ

عن طريق الفم لعملية معقدة خذ ايضا قبل ساعة اعمل حقن في العضل

AMOXICILLINA 2G

. (80 mg) GENTAMICINA

للمرضى الذين عندهم حساسية على البنسلين ( فقط للفم وجهاز

التنفس ) اصف 30 دقيقة للمعالجة

Clindamicina (600 mg) o claritromicina (0, 5)

. عن طريق البلع او بالشرب , قبل نصف ساعة من العلاج

### نظام واخذ احتياطي للمرضى الذين عندهم خطر عند معالجة لجهاز الهضم

والامعاء والمسالك البولية والتناسلية

دقيقة للمعالجة 30

AMPICILLINA (2g) . حقنة في العضل او في الوريد

GENTAMICINA (1,5g/KG ) . في العضل او في الوريد

AMOXICILLINA (1,5 g) . بالشرب او بلع

, ساعات بعد العلاج 6

Amoxicilina (1,5 g) بطريقة الشرب

مرضى عندهم حساسية للبنسلين 1 ساعة قبل العلاج , ) في الوريد او

Vancomicina (1g) في الوريد

Gentamicina في الوريد في العضل

. (1,5mg /kg

## . مرفق رقم 2

### . احذر من حالات معينة

الفحوصات ضد العدوى قبل الزرع يعطي امكانية لتقدير حالة المريض

. اذا كان عنده اي عدوى

اذا كان الفحص سلبي ل حالة مصل الدم في السيتوبلازم يجب ان تحاول

ان تتجنب من اخذ عدوى بعد الزرع مهم جدا ان المريض معافى من

Toxoplasma. بان يكون حريص في البيت على النظافة وعلى الاكل

: بعض التحذيرات ( التنبهات ) مبينة قبل الزرع

نظام الحفاظ والانتباه للطعام ليمنع من العدوى من

.Toxoplasma gondii

. لا تاكلوا لحمة او سلامة نية او غير مطبوخة جيدا\*

. اللحمية تحتاج الى ( 60 درجة مئوية ) للطبخ

قشروا و اغسلوا جيدا الخضرة والفاكهة قبل اكلها , خصوصا الخضرة\*

يمكن ان تكون ملوثة بالخروج القلط ( مثل السلطة والفراولة الخ

... ) .

اغسلوا ادوات الطبخ والصحن بعناية جيدة بالصابون وخصوصا خشبة\*

. قطع اللحمية النية

. لا تشربوا حليب غير مبستر خصوصا حليب الغنم\*

, لا تشربوا من الينابيع غير مراقبة للشرب\*

( خصوصا من البلاد غير المتقدمة )

- \* امتنعوا من غسل طاحه القط دائما استعملوا كفوف التي تستخدم لمره\*
- . واحده , لهذا اغسلوا ايديكم , غيروا رمل القطط كل يوم
- استعملوا كفوف بالحديقه وعند عنايتكم بالارض يمكن ان يكون ملوث\*
- . اغسلوا ايديكم بعد قلع الكفوف
- . ابقوا القطط بالببيت ولا تقتربوا من الحيوانات\*
- . غذوا القط بطعام من السوق جاهز ومطبوخ جيدا\*
- . لاي شك او سؤال اتصلوا بمركز قسم العدوى للزرع