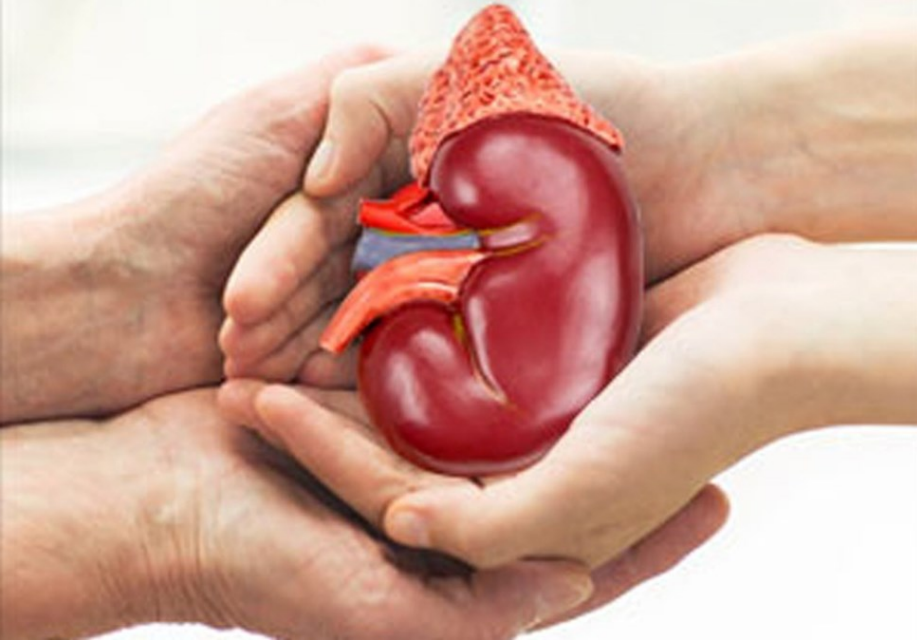


دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
بیمارستان شهید مدرس

مراقبت های پس از پیوند کلیه



کمیته آموزش به بیمار

در صورت داشتن هر گونه ابهام یا سوالی در هر
ساعت شبانه روز، با بخش پیوند تماس بگیرید تا
تیم پیوند شما را راهنمایی کند.

گردآورنده: نازنین علیپور
(سرپرستار بخش پیوند کلیه)

مددجوی محترم با سلام

اکنون که عمل پیوندتان انجام شده است باید متعهد به مراقبت از خود باشید و تیم پیوند را در حفظ و نگهداری کلیه پیوندی مساعدت کنید.

بعد از اتمام عمل جراحی، شما را برای چند ساعت در اتاق ریکاوری تحت نظر خواهند گرفت تا پس از ثابت شدن وضعیتتان به بخش پیوند منتقل شوید.

یکی از عوارض جراحی، عفونت ریه است که در اثر انباشته شدن ترشحات در ریه رخ می دهد. سرفه کردن و تنفس عمیق موجب خروج ترشحات از ریه ها و باز شدن بهتر راه های هوایی خواهد شد.

قبل از سرفه کردن بهتر از در حالی که در تخت خود نشسته اید کمی به جلو خم شوید، دست خود را روی کلیه پیوندی گذاشته و آرام سرفه کنید.

در صورت خارج شدن خلط پس از سرفه، آنرا داخل دستمال کاغذی ریخته و به سطل زباله بیندازید.

یکی از عوارض بستری شدن، ایجاد لخته شدن در پاهاست، چند بار قدم زدن در روز می تواند به کاهش این خطر کمک کند.

کاتتر فولی یک لوله ادراری است که برای بررسی و اندازه گیری دقیق ادرار در داخل مثانه گذاشته می شود. اکثر بیماران فوراً بعد از پیوند، ادرار می کنند، ولی در عده ای جریان ادرار بعد از گذشت مدت زمانی ایجاد می شود، ظاهر ادرار ممکن است صاف و روشن، خونی یا گاهی حاوی لخته باشد.

اقدامات لازم بعد از ترخیص از بیمارستان

از تماس با افراد در مکان های شلوغ (مهمانی، مراکز شهر، مساجد و ...) در سه ماه اول بعد از پیوند خودداری کنید. البته این به آن معنی نیست که شما باید کاملاً خصوصی و جدا از خانواده خود به سر ببرید، بلکه رعایت بهداشت فردی، تماس نداشتن با افراد بیمار و استفاده از ماسک در محل های آلوده کافی است.

حداقل تا ۴ هفته بعد از پیوند از رانندگی کردن اجتناب کنید.

حداقل هفته ای دوبار حمام کنید. از استحمام طولانی خودداری کنید. از نشستن در کف حمام و کیسه کشیدن با فشار روی شکم خودداری کنید.

تغذیه پس از پیوند

در بیماران تازه پیوند شده نیاز به پروتئین بیشتر از سایر افراد است. زیرا برای ساخت و ترمیم بافت های بدن ضروری می باشد. می توان از گوشت لخم بدون چربی، ماهی، مرغ، لبنیات، غلات و حبوبات استفاده کرد.

گوشت قرمز ۲ تا ۳ بار در هفته مصرف شود.

لبنیات کم چرب، مغزها به صورت خام و بدون نمک مصرف شود.

مصرف منظم و کافی میوه ها و سبزیجات، به جز گریپ فورت و انار (به دلیل تداخل با داروهای پیوند).

از غذاهای ناسالم، سبزیجات نشسته و فست فودها و غذاهای کنسروی، گوشت نپخته، لبنیات غیر پاستوره، تخم مرغ عسلی و نیم پز، انواع سس، نوشابه های گازدار گیاهان دارویی و دمنوش ها پرهیز شود.

