

OREGON
HEALTH
& SCIENCE
UNIVERSITY

Usted y su Nuevo riñón

*Un Manual para el
paciente de un trasplante
de riñón*

Este manual pertenece a _____

Dirección _____

Numero de teléfono _____

Fecha del trasplante de riñón _____

PERSONAL DEL EQUIPO DE TRASPLANTE

John Barry, M.D., Director Quirúrgico, Profesor de Cirugía: Presidente, División de Urología y Trasplantación de Riñón

Douglas Norman, M.D., Director Medico, Profesor de Medicina: Director, Medicina de Trasplante e Inmunogenética

SURGERY

John Barry, M.D., Profesor de Cirugía

Eugene Fuchs, M.D., Profesor de Cirugía

Michael Conlin, M.D., Profesor Auxiliar de Urología

MEDICINA DE TRASPLANTE Y NEFROLOGÍA

Douglas Norman, M.D., Profesor de Medicina

Ángelo de Mattos, M.D., Profesor Asociado de Medicina

Muralikrishna Golconda, M.D., Profesor Auxiliar de Medicina

Robert Mak, M.D., Profesor de Pediatría; Jefe, División de Nefrología Pediatra

Amira Al-Uzri, M.D., Profesor de Pediatría; Director Clínico., Nefrología Pediatra

David Rozansky, M.D., Profesor Asociado de Pediatría.

COORDINADORAS DE TRASPLANTE

Antes del Trasplante

Linda Cannard, R.N., B.S.N.

Regina Klein, R.N., B.S.N., C.C.T.C.

Sheila St. Clair, R.N., B.S.N., C.C.T.C.

Tammy Sebers, R.N., B.S.N., C.N.N.

Despues del Trasplante

Lisa Brice, R.N., B.S.N., C.N.N.

Gretchen Hickes, R.N., C.C.T.C.

Melissa Hamilton, R.N., B.S.N.

Irene Neuman, R.N., B.S.N.

Kate Oldaker, R.N., B.S.N.

Ursula White, R.N., B.S.N.

Pacreas y Riñón

Lori Hanson, R.N., B.S.N., C.N.N.

Pediatra

Debbie Whitehurst, R.N., B.S.N.

OTROS PERSONALES DE TRASPLANTE

Trabajadora Social – Para Adultos

Judy Schwarz, M.S.W., L.C.S.W.

Barbara Steele, M.A.

Trabajadora Social – Pediatra

Suzanne Billings, MSW

Farmacista de Trasplantación

Ali Olyaei, Pharm.D., B.C.P.S.

INFORMACIÓN DE CONTACTO CON EL PERSONAL DE TRASPLANTE

Mi coordinadora de trasplante (antes del trasplante) _____

Numero del teléfono local: (503) 494-_____

Numero del teléfono gratis: 800-452-1369 Numero de la extensión
privada _____

Mi coordinadora de trasplante (después del trasplante) _____

Numero del teléfono local: (503) 494-_____

Numero del teléfono gratis: 800-452-1369 Numero de la extensión
privada _____

Oficina de Trasplante

Numero de teléfono local: (503) 494-8472

De Lunes a Viernes de las 8:00 a.m.

de la mañana a las 4:00 p.m. de la tarde

puede llamar al la línea gratis de teléfono: 800-452-1369 x 8472

Enfermera de Trasplante de llamada

Numero de teléfono local: (503) 494-8311

Noches fines de semana y días de fiesta: Numero de teléfono gratis: 800-452-1369

Favor de decirle a la operadora de teléfono que usted es un paciente quien ha recibido un trasplante de riñón y necesita hablar con la enfermera de llamada para el departamento de trasplantes de riñón. Por favor recuerde que la enfermera esta de llamada solamente **para llamadas de emergencias.**

Farmacia de OHSU (503)-494-7993

Laboratorio de OHSU (503)-494-7383

Trabajadora Social (503)-494-5581

Dietista de OHSU (503)-494-8636

Farmacia local () _____

Doctor Principal de zona local () _____

Nefrólogo de zona local () _____

Laboratorio de zona local () _____

Dirección de OHSU: Oregon Health & Science University

Renal Transplant – CB569

3505 SW Veterans Hospital Road

Portland, Oregon 97239

INTRODUCCIÓN

Hay muchas cosas que aprender sobre el cuidado de su trasplante de riñón. Este folleto ha sido hecho para que le sirva de ayuda y para que aprenda como cuidar de su trasplante de riñón con la guía de su equipo medico. Le recomendamos que participe en su cuidado medico mientras este en le hospital y después de que haya salido del mismo. Su estado de salud es el tema más importante que usted tiene que reconocer mientras este aprendiendo esta información.

Antes de salir del hospital usted aprenderá los siguientes temas:

Medicinas

El nombre de la medicina, para que es la medicina, la cantidad de tomar, cuando hay que tomarla y los efectos que puedan causar.

Exámenes de Sangre

El nombre del examen, que significa los exámenes, que relación tienen a sus medicinas y a la función de su riñón, como arreglar estos exámenes después de que salga del hospital y como tiene que apuntarlos en su libro.

Temperatura, Peso y Presión Arterial

Como tomarse estas medidas y como debe apuntarlas en su libro, cuando debe de preocuparse por los resultados y que debe de hacer cuando ocurran cambios significantes.

Episodios de Rechazo

Que sucede durante un rechazo, cuales signos y síntomas debe de reconocer y como se trata un episodio de rechazo.

Instrucciones Dietitas

Restricciones especial de dieta y como prevenir aumento de peso excesivo.

Actividades

Planeo de ejercicio, restricciones en la cantidad de peso que se puede elevar, actividad sexual y regreso al trabajo.

Estado General de Salud

Cuidado dental, vacunas. Como prevenir constipación y infecciones. Que hacer cuando ocurra una infección. Consideraciones para mantener su sistema de salud por mucho tiempo.

Visitas A La Clínica

Cuando y donde debe de ir y que debe de hacer cuando llegue a la clínica. Como obtener nuevas recetas para las medicinas que toma.

No esperamos que usted aprenda toda esta información referente a su salud inmediatamente. Lea este folleto un par de veces, apunte cualquier pregunta que tenga y tenga una discusión sobre estas preguntas con el personal del equipo de trasplantes.

SIEMPRE tenga la libertad de pedir que todos los puntos sean clarificados hasta que usted tenga todos los puntos médicos clarificados. No tenga temor de hacer cualquier pregunta. *NUNCA* asuma nada que no haya entendido bien.

Haga el cuidado de su salud un tema de mucha importancia para usted. El equipo de trasplante esta aquí para ayudarle a que regrese a una vida activa, con su familia, en el trabajo y en sus pasatiempos también.

QUE HACER CUANDO REGRESE A SU CASA

El cuidado de su salud no termina cuando usted sale del hospital. Toda la información que aprendió cuando estaba en el hospital va a ser muy importante para el cuidado suyo cuando regrese a su casa. Usted será responsable de tomarse las siguientes medidas cuando este en su casa. Estas medidas ayudaran al equipo medico como evaluar su sistema general de salud y la función de su riñón.

Temperatura

Tome su temperatura por lo menos una vez al día y apúntelo en su libro (**use la hoja de los signos vitales**). Si su temperatura es 100 grados o mas, llame a la enfermera de trasplante. Si usted tiene escalofríos o fiebre, tome su temperatura mas seguido. Si usted tiene fiebre que mide más de 100 grados y han pasado más de tres meses después de su trasplante, llame a su doctor local y dígame que cual es su temperatura.

Estas son las medidas equivalentes entre Celsius y Fahrenheit:

$37^{\circ}\text{C} = 98.6^{\circ}\text{F}$
$38^{\circ}\text{C} = 100.4^{\circ}\text{F}$
$39^{\circ}\text{C} = 102.2^{\circ}\text{F}$
$40^{\circ}\text{C} = 104.0^{\circ}\text{F}$

Peso

Mida su peso todas las mañanas

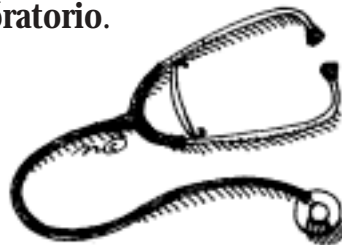
aproximadamente a la misma hora, con la misma ropa o ropa parecida y en la misma bascula. **Apunte su peso en la hoja de signos vitales.** Use su báscula como una guía para controlar el aumento de peso. Si usted aumenta dos libras en un día o cuatro libras sobre siete días, llame a la enfermera de trasplante para discutirlo.

Presión Arterial

Usted tiene que tomarse la presión arterial todos los días cerca de la misma hora y debe **de apuntar los resultados en la hoja de los signos vitales.** Antes de salir del hospital usted debe de saber cual es la presión arterial que ha tenido en el hospital. Nunca se tome la presión arterial en el brazo donde tenga la cánula para diálisis. Recuerde que la presión arterial que este muy alta o muy baja puede causar daño a su trasplante de riñón.

Exámenes de Sangre

Usted se tendrá que hacer exámenes de sangre todas las mañanas en los lunes, miércoles y viernes por varias semanas. Mientras la función de su riñón se estabiliza, la frecuencia de los exámenes de sangre será menos. Por favor lea la sección de este folleto que se refiere a **los exámenes de laboratorio.**



SÍNTOMAS DE RECHAZO

El rechazo puede ocurrir en cualquier momento, pero normalmente suele ocurrir durante los primeros tres meses después del trasplante. El rechazo es un evento en el cual su sistema inmune esta reconociendo su trasplante de riñón como algo extraño en su cuerpo y trata de atacarlo o destruirlo. La mayoría de episodios de rechazo pueden ser tratados con medicinas. Los síntomas de rechazo que su cuerpo le demuestra son muy importantes de que usted pueda reconocer. Si usted nota cualquiera de estos síntomas, llame a la enfermera de trasplante inmediatamente.

Fiebre

Una temperatura de 100 grados Fahrenheit o más. Este síntoma puede significar rechazo o una infección.

Aumento de Peso

Aumento de peso de dos libras en un día o cuatro libras sobre siete días.

Cantidad de orina que disminuye

Pueda que usted orine menos veces u orine cantidades más pequeñas.

Sensibilidad o dolor en el riñón trasplantado

El riñón pueda que lo sienta hinchado o que tenga una sensación de dolor cuando ponga presión sobre el riñón con la mano.

Aumento en valor de laboratorio de la creatinina

De vez en cuando, este cambio en el valor de laboratorio de la creatinina pueda que sea el único síntoma que tenga. Es esencial de que usted se presente al laboratorio para sus exámenes de sangre en los días y las fechas indicadas para poder detectar los síntomas de rechazo temprano.

**RECUERDE, SI USTED NOTA
ALGUNOS DE ESTOS CAMBIOS POR
FAVOR LLAME A SU ENFERMERA
INMEDIATAMENTE.**

RECHAZO AGUDO Y CRONICO

El **rechazo agudo** es un tipo de rechazo rápido que normalmente es reversible con medicinas. Suele ocurrir durante los primeros tres meses después del trasplante, pero también puede ocurrir después de este tiempo.

Rechazo crónico es un tipo de rechazo más lento y que puede ocurrir sobre varios meses o sobre varios años. Una biopsia es normalmente necesaria para poder averiguar que clase de rechazo es el que usted pueda tener.

TRATAMIENTO PARA EL RECHAZO

Las nuevas medicinas que usted esta tomando ayudan a prevenir episodios de rechazo. Si usted sospecha que esta pasando por un episodio de rechazo, la enfermera de trasplante le dirá que es lo que tiene que hacer. Pueda que usted necesite lo siguiente:

- *Un ultrasonido o biopsia del riñón*
- *Exámenes de sangre mas frecuentes*
- *Una reexaminación hecha por el doctor*

Hay muchos tratamientos para los episodios de rechazo. El equipo medico de trasplantes decidirá cual tratamiento es el mejor para usted. Pueda que lo readmitan al hospital y que el doctor le haga una biopsia de riñón. Si el episodio de rechazo es severo, pueda que usted necesite un tratamiento de diálisis.

El rechazo puede ser tratado con uno o más de los siguientes tratamientos:

Dosis Muy Alta de la Medicina Prednisona.

La cantidad de predisona puede ser aumentada de cinco a nueve días. El equipo medico de trasplante le dirá cual es la cantidad que usted debe tomar.

Normalmente este tratamiento no requiere que usted sea admitido al hospital. Es muy importante de que usted tome sus medicinas para el antiácido entre medio de sus comidas para prevenir ulceras o agruras durante este tiempo. Acuérdesse de no tomar los antiácidos al mismo tiempo que tome su prednisona.

OKT3 (Orthoclone)

Esta medicina solamente se puede dar por medio de las venas y de manera rápida por un curso de diez días. Usted debe de estar hospitalizado por los primeros dos o tres días de este tratamiento, después de estas dosis puede recibir el resto del tratamiento por medio de la clínica.

Thymoglobulin

Esta medicina solamente se puede dar por medio de las venas durante cuatro horas. El tratamiento es por siete días. Usted debe de estar hospitalizado por la primera y segunda dosis. Usted también necesitara exámenes de laboratorio mas frecuentes mientras este recibiendo este tratamiento.



EXAMENES DIAGNOSTICOS

¿Que es un examen renal por medio nuclear?

Un examen renal por medio nuclear es un procedimiento que es hecho en el departamento de Medicina Nuclear. Una cantidad muy pequeña y de poco riesgo de materia radioactiva es inyectada dentro de una vena. La energía que es parte de esta materia radioactiva hace una fotografía del riñón, la cual ayuda a los doctores a determinar si ha habido cambios en el fluido de sangre que va al nuevo riñón.

¿Que es un ultrasonido?

El ultrasonido es un procedimiento que usa sondas sonicas para determinar el tamaño del órgano, la presencia de liquido alrededor del órgano, o si hay un bloqueo urinario.

Este procedimiento es normalmente hecho después de haber recibido un trasplante de riñón.

¿Qué es una biopsia?

La biopsia es un procedimiento usado para diagnosticar el rechazo. El doctor le pondrá anestesia local en la piel para poder introducir una aguja especial dentro del riñón. Por medio de esta aguja el doctor podrá obtener una pequeña muestra del riñón. Después de la biopsia, una bolsa con arena será colocada sobre el área donde fue introducida la aguja, esto ayuda a evitar que usted sangre de este lugar. Los resultados de la biopsia serán disponibles 36 horas después de la biopsia.

ALERTO MEDICO

Usted recibirá una aplicación para una pulsera o collar llamado Alerto Medico. Le recomendamos que obtenga uno de los dos. El collar o pulsera debe informar que usted ha recibido un trasplante de riñón. También debe de tener información sobre

cualquier alergia que usted tenga o cualquier otro problema medico que usted tenga, como por ejemplo: diabetes, problemas del corazón, etc.

EMERGENCIAS DE TRASPLANTE

EMERGENCIAS

CUANDO TIENE QUE LLAMAR A LA ENFERMERA DE TRASPLANTE

Llame si tiene los síntomas de rechazo

- Aumento de peso de dos libras en un día o cuatro libras en una semana
- Temperatura sobre 100 grados Fahrenheit
- Dolor o sensibilidad sobre el riñón
- Disminución de orina
- Aumento en creatinina

Llame si tiene los síntomas de infección

- Temperatura sobre 100 grados fahrenheit
- Expectorando flema con color
- Problemas respirando- respiros cortos, no poder respirar fácilmente, dolor cuando respire o problemas con su respiración cuando se acuesta en la cama.
- Zona de la herida- aumento en dolor en esta área, sensibilidad, hinchazón, coloración de la piel sobre la herida o drenaje de líquido de la herida.
- Síntomas Urinarios- dolor, quemazón o sensibilidad cuando orina, tener que orinar mas seguido de lo normal, orina opaca o de muy mal olor

Otras razones por las cuales debe de llamar

- Nausea o vomito- que le hacer arrojar las medicinas
- Dolor que no se mejora
- Sangrar
- Diarrea que no para
- Incomodidad del pecho
-Para dolor en el pecho, llame al numero de emergencia 911
- Aturdido o mareado
-si se desmaya, llame al numero de emergencia 911
- Presión arterial muy baja o muy alta
- Cualquier otra cosa que le preocupe que usted piense necesite el consejo del doctor o que no pueda esperar hasta que usted regrese a la clínica.

Si usted ya ha sido referido a su doctor local, por favor llame ha este doctor primero, antes de llamar al doctor de trasplante.

Las horas de oficina del departamento de trasplante son de las 8:00 a.m. a las 4:00 p.m., de lunes a viernes. La oficina esta cerrada todos los fines de semana y durante todos los días de fiesta principales. Por favor llame durante estas horas si usted tiene un problema después de que haya regresado a su casa. **Para EMERGENCIAS en los fines de semana, días de fiestas o después de que la oficina este cerrada, llame a la coordinadora de trasplantes que esta de llamada.** (Mire la página número 3 para los números de teléfono). Si usted necesita ver a un doctor, una cita en la clínica puede ser obtenida por medio de la oficina. Si usted necesita ser visto por un doctor inmediatamente, será enviado a una sala de emergencia.

INFORMACIÓN MEDICA GENERAL

Después de que usted haya recibido un trasplante de riñón, usted tendrá que tomar una combinación de medicinas cada día por el resto de la vida del riñón. Estas medicinas son esenciales para prevenir el rechazo del riñón. Usted nunca puede dejar de tomar estas medicinas u olvidar de tomarles, porque arriesgara rechazar el riñón. También será necesario que usted tome otras medicinas.

Aproximadamente, tres días después de su trasplante de riñón, su enfermera o el farmacista le explicara el sistema de medicación propia y que es lo que usted tiene que hacer. Nosotros queremos que usted participe en su cuidado medico cuando este en el hospital y que se haga responsable por sus medicinas. Las medicinas, la tarjeta de medicinas y la hoja de trabajo serán colocadas al lado de su cama. Usted aprenderá como son las medicinas, que cantidad debe de tomar, para que son las medicinas y que efectos pueden causar. Su enfermera dentro del hospital **SIEMPRE** tiene que chequear sus medicinas después de que usted las haya arreglado y antes de tomarlas.

La oficina de trasplante siempre maneja sus medicinas inmunosupresoras. Si su doctor local quiere hacer cambios ha estas medicinas, por favor pida que llame a las oficinas de trasplante antes de hacer algún cambio.

La dosis de sus medicinas cambiara frecuentemente. Cuando usted regrese a su casa, los cambios de medicinas serán llamados a su casa por medio telefónico. Este seguro de apuntar todos los cambios de medicinas en su tarjeta de medicinas. Siempre tome sus medicinas de acuerdo a las instrucciones que tiene en su hoja de

medicinas. Destruya las hojas de medicinas viejas después de que haya recibido nuevas hojas.

Es extremadamente muy importante de que usted tome todas sus medicinas a las horas correctas cada día. Usted puede hacer su programa de medicinas alrededor de las comidas y la hora de dormir. Es muy fácil de olvidar si usted se tomo todas sus píldoras cada día. Usted puede usar las páginas de medicinas de este folleto para ayudarse a acordar si se tomo todas sus medicinas o usted puede diseñar un sistema propio que le ayude a no olvidar.

Descripciones de las medicinas que usted tomara están escritas en las páginas siguientes. Es muy importante de que usted tenga un buen conocimiento de los efectos secundarios más comunes que suelen suceder por tomar estas medicinas. También es muy importante de que usted entienda que no todos los efectos secundarios o problemas que pueden suceder por tomar estas medicinas están escritos en este folleto. Solo los efectos que son más comunes en los pacientes de trasplantes han sido mencionados. También es importante entender que no todos los efectos mencionados tienen que suceder. Favor de llamar a la oficina de trasplante si usted quiere discutir cualquier problema que tenga relacionado a cualquiera de las medicinas que esta tomando.

**NUNCA CAMBIE LA DOSIS DE SU
MEDICINAS INMUNOSUPRESORAS
SIN ANTES HABER HABLADO CON
EL EQUIPO MEDICO DE
TRANPLANTE.**

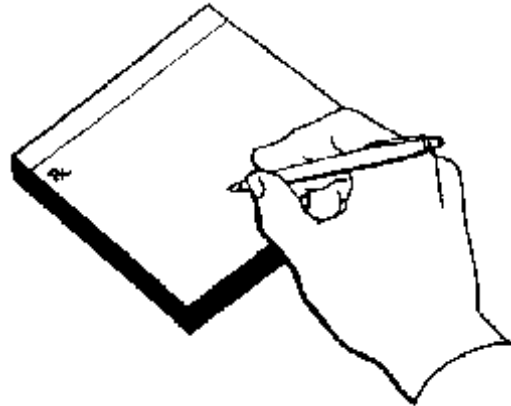
RECETAS: QUE PUEDE HACER Y LO QUE NO PUEDE HACER

Si Puede:

- ✓ Llamar a su farmacia regular para reordenar sus medicinas.
- ✓ Llamar a la oficina de trasplantes durante las horas de trabajo si usted tiene un problema con las recetas de las medicinas inmunosupresivas.
- ✓ Mantener el nombre y el numero de teléfono de su farmacia a la mano.
- ✓ Mantener a la oficina de trasplante al día de sus alergias.
- ✓ Darle a su farmaceutico nuestro numero de teléfono para sus reordenes de medicinas.
- ✓ Pedir reordenes de medicinas cuando vaya a la clínica para sus visitas.

No Puede:

- ✗ Ir a la unidad de trasplante para obtener sus reordenes de medicinas.
- ✗ Quedarse sin medicinas sin antes haber ordenado más.
- ✗ Esperar hasta el fin de semana o después de las 4 de la tarde para ordenar sus reordenes de medicinas.



AVISOS

Hay interacciones entre sus medicinas inmunosupresivas, hierbas medicinales y medicinas que puede comprar sin recetas llamadas suplementos para dieta. **NO TOME NINGUNA DE ESTAS MEDICINAS, HIERBAS MEDICINALES OR SUPLEMENTOS PARA DIETA**, sin antes consultar con su doctor. Pacientes de trasplantes nunca deben de tomar ninguna medicina que aumenta el sistema inmune.

Solo las personas del equipo medico de trasplante pueden hacer cambios a las medicinas inmunosupresivas o las medicinas para su trasplante de riñón. Si alguno de sus doctores quiere hacer cambios a estas medicinas, por favor pida que el doctor llame al equipo de trasplante.

MEDICINAS QUE PUEDE ESTAR TOMANDO

ACYCLOVIR (ZOVIRAX®)

¿Para que es esta medicina?

Acyclovir es para prevenir o para tratar episodios del virus herpes simples.

¿Cuándo tomo esta medicina?

Esta medicina, Acyclovir, empieza después del trasplante y continúa por dos semanas. Las píldoras se toman de dos a cinco veces al día según como este su curso de tratamiento.

¿Como se toma esta medicina?

Esta medicina, puede ser tomar por medio oral o por medio de las venas.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Dolor de cabeza, náusea y vómito son los efectos más comunes que pueden suceder.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Mientras este tomando esta medicina, tome mucha agua y muchos líquidos. Esta medicina se puede tomar sin o con comida.

AZATHIOPRINE (IMURAN®)

¿Para que es esta medicina?

Azathioprine es una medicina inmunosupresiva que puede ser tomada antes y después del trasplante.

¿Cuándo tomo esta medicina?

Esta medicina se toma una vez al día, la mayoría de los pacientes la toma por el resto de la vida del riñón.

¿Como se toma esta medicina?

Azathioprine se puede tomar por medio oral o por medio de las venas. Esto depende para cual condición es usada.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Los efectos secundarios que pueden suceder son disminución de los glóbulos blancos y disminución del cabello.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Es muy importante que usted le diga a su doctor si usted también esta tomando la medicina que se llama ALLOPURINOL, esta es una medicina para tratar episodios de gota.

BACTRIM[®], SEPTRA[®] (SULFAMETHOXAZOLE/ TRIMETHOPRIM)

¿Para que es esta medicina?

Bactrim es un antibiótico que es usado para prevenir o para tratar Pneumocystis carinii Pneumonitis (PCP) y para infecciones de la vejiga.

¿Cuándo tomo esta medicina?

Bactrim se toma tres veces por semana (Lunes, Miércoles y Viernes) después del trasplante.

¿Cómo se toma esta medicina?

Bactrim se toma por medio oral o por medio de las venas.

¿Cuáles son los efectos secundarios que pueden suceder?

Una reacción de sensibilidad a la luz y al sol, salpullido y diarrea son los efectos más comunes que son reportados.

¿Que más información sobre esta medicina debo de saber?

Bactrim debe de ser tomada con un vaso entero de agua. Tome suficiente líquidos mientras esta tomando esta medicina.

CYCLOSPORINE (SANDIMMUNE[®], NEORAL[®], GENGRAF[®])

¿Para que es esta medicina?

Cyclosporina es una medicina inmunosupresiva que es usada para prevenir el rechazo del trasplante de riñón.

¿Cuándo tomo esta medicina?

Cyclosporina normalmente empieza de 2 a 5 días después del trasplante de riñón. En la mayoría de los casos se continúa tomando esta medicina por el resto de la vida del riñón. Se toma una o dos veces al día.

¿Cómo se toma esta medicina?

Cyclosporina normalmente se da por medio de las venas. Después de varios días la medicina se cambia a medio oral, ya sea en píldoras o en líquido.

¿Cuáles son los efectos secundarios que pueden suceder?

Cyclosporina puede causar problemas con el riñón, aumento de la presión arterial, calambres, sensibilidad en las ensillas y inflamación de las ensillas y temblores.

¿Que más información sobre esta medicina debo de saber?

Si usted toma la solución líquida por medio bucal, mezcle la medicina con leche de chocolate o jugo de naranja para que tenga mejor sabor. Mezcle bien y tome la mezcla inmediatamente. Esta medicina solo puede ser mezclada en un vaso de vidrio y no plástico. Después de mezclarlo, enjuague el vaso para estar seguro que se tomo la dosis completa. Evite tomar esta medicina con jugo de toronja y con la fruta toronja, esta mezcla hace que el nivel de la medicina en su sangre se eleve demasiado. No tome esta medicina de Cyclosporina en la mañana que se hace el examen de sangre, tome la medicina después que se haya hecho los exámenes de sangre en la clínica.

Hay dos clases de Cyclosporina: una es Sandimmune y la otra es Apotex. Estas medicinas no se pueden substituir for las medicinas de Cyclosporina que se llaman: Neoral, Sidmak, Gengraf o Eon.

FUROSEMIDE (LASIX®)

¿Para que es esta medicina?

Furosemide es un diurético (pastilla para el agua). Es usada para sacar el exceso de líquidos del cuerpo.

¿Cuándo tomo esta medicina?

Furosemide se toma cuando es necesario de eliminar el líquido acumulado dentro del cuerpo y cuando no hay peligro de eliminar este líquido. Muchas veces se toma en la mañana una vez al día.

¿Como se toma esta medicina?

Esta medicina se puede tomar por medio oral o por entre las venas.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Furosemide pueda causar atarantamiento, flojedad en los músculos, calambres y deseos de orinar frecuentemente.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Como esta medicina es tomada para eliminar el exceso e líquidos en el cuerpo, es preferible tomarla en la mañana para evitar de levantarse muchas veces durante la noche. Furosemide puede causar la perdida de potasio del cuerpo, pueda ser necesario tomar suplementos de potasio mientras se toma esta medicina.

LYMPHOCYTE IMMUNE GLOBULIN (THYMOGLOBULIN®)

¿Para que es esta medicina?

Thymoglobulin es un suero de anti-limfocito usado para causar la supresión inmune o para parar la reacción inmune, como el rechazo agudo.

¿Cuándo tomo esta medicina?

Thymoglobulin se usa para suprimir el sistema inmune después de un trasplante de riñón o después del trasplante si es que ocurre un episodio de rechazo que no responde a un tratamiento de prednisona.

¿Como se toma esta medicina?

Thymoglobulin solo se puede dar por medio de las venas por un día o por catorce días.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Fiebre, escalofríos, salpullido, nivel bajo de los glóbulos blancos en la sangre, dolor en los músculos y las coyunturas, nivel bajo de las plaquetas, dolor de cabeza, escasez de respiración, brotación en la piel y baja presión arterial son los síntomas mas comunes que son reportados.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Antes de cada dosis de Thymoglobulin usted debe de tomar la medicina que se llama Benadryl y Tylenol. Posiblemente hay otras medicinas que también debe de tomar para prevenir los efectos de esta medicina. La enfermera lo examinara con cuidado para identificar los síntomas que pueden suceder, pero reporte cualquier problema con la respiración, una sensación de que le apretasen la garganta, picazón o cualquier otro síntoma que no sea común.

MYCOPHENOLATE (CELLCEPT®)

¿Para que es esta medicina?

Mycophenolate es una medicina inmunosupresiva que es usada antes y después del trasplante de riñón. También se puede usar para prevenir un segundo episodio de rechazo después de que haya sucedido el primer episodio.

¿Como se toma esta medicina?

Esta medicina se toma por la boca o por entre las venas, depende de la condición que traten.

¿Cuando tomo esta medicina?

Esta medicina se toma dos veces al día y la mayoría de los pacientes la toman por el resto de la vida del trasplante.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Los efectos mas comunes son nausea, vomito, perdida de apetito, diarrea y calambres o retorcijones en el estomago.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Es muy importante que le comunique a su doctor si esta tomando pastillas para aumentar el hierro en el cuerpo y también reporte diarrea excesiva a su doctor.

Esta medicina se puede tomar con comida o sin comida, pero se le recomienda que sea consistente.

MAGNESIUM

¿Para que es esta medicina?

El magnesio es usado para remplazar las fuentes naturales de magnesio que se han perdido del cuerpo.

¿Cuando tomo esta medicina?

El equipo de trasplante examinara su nivel de magnesio y le recomendara que tome suplementos de magnesio si sus niveles están bajos. La cantidad que debe de tomar dependerá de cuantas veces tiene que tomar esta medicina.

¿Como se toma esta medicina?

Esta medicina se puede tomar por la boca o por medio de las venas.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

El efecto mas común de esta medicina es la diarrea cuando se toma por la forma bucal y sentirse muy caluroso cuando se toma por medio de las venas.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Es muy importante que le comunique a su doctor si esta tomando otros suplementos de vitaminas y si tiene diarrea excesiva.

OXYCODONE (ROXICODONE®)

¿Para que es esta medicina?

Oxycodone es un analgésico de opio que se usa para controlar o prevenir el dolor moderado o agudo.

¿Como se toma esta medicina?

Esta medicina se puede tomar por medio oral

¿Cuándo tomo esta medicina?

Esta medicina se da cada tres a cada seis horas o cuando sea necesario y como lo recomiende el doctor.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Se puede sentir somnoliento, atarantado, mareado, náusea, vómito, dolor de cabeza y constipación.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Evite tomar cualquier bebida alcohólica, antihistamina o cualquier otra medicina que aumente el mareo causado por Oxycodone. Evite manejar o operar cualquier maquinaria pesada mientras este tomando esta medicina.

PENTAMIDINE

¿Para que es esta medicina?

Esta medicina es para prevenir un tipo de neumonía llamada Pneumocystis carinii o PCP.

¿Como se toma esta medicina?

Pentamidine se aspira por la nariz y penetra dentro de los pulmones por medio de una maquina especial llamada nebulizador.

¿Cuándo tomo esta medicina?

Pentamidine solo se da una vez al mes por cuatro meses.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Náusea, vomitar, dolor de cabeza, atarantamiento, tos, salpullido, dolor en el abdomen, diarrea y escasez de respiración.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Si usted no puede tolerar esta medicina, el doctor puede ordenar otra medicina parecida a esta.

PREDNISONA (DELTASONE®)

¿Para que es esta medicina?

Prednisona se usa para prevenir y tratar episodios de rechazo agudo del trasplante de riñón.

¿Como se toma esta medicina?

Normalmente se toma por medio bucal todas las mañanas.

¿Cuando tomo esta medicina?

Prednisona se toma una vez al día por la vida del riñón o como determine su doctor.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Problemas con dormir, cambios de humor, nerviosismo, aumento de apetito y indigestión.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Tome esta medicina con comida para evitar la nausea. No pare de tomar esta medicina repentinamente solamente que haya sido dirigido por su doctor. No tome medicinas para las agruras al mismo tiempo que tome esta medicina.

SIROLIMUS (RAPAMUNE®)

¿Para que es esta medicina?

Esta medicina se usa para prevenir o tratar los episodios de rechazo agudo del trasplante del riñón.

¿Como se toma esta medicina?

Esta medicina se toma solamente por medio bucal.

¿Cuando tomo esta medicina?

Sirolimus se toma una vez al día por la vida del riñón o por las indicaciones del doctor. Tome esta medicina al mismo tiempo todos los días, ya sea con comida o sin comida, pero debe de ser consistente.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Esta medicina puede causar un nivel bajo de los glóbulos blancos y de las plaquetas y también puede aumentar el nivel del colesterol.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Si usted toma la solución líquida, mezcle la medicina con leche, leche chocolateada o con jugo de naranja para que tenga mejor sabor. Mezcle bien y tómese de una sola vez. Solo mezcle esta medicina en un vaso de vidrio y no en uno plástico y enjuague el vaso para estar seguro que se ha tomado toda la medicina. No pare de tomar esta medicina solo que su doctor se lo recomiende. Los niveles de esta medicina son medidos por medio de exámenes de sangre. Los días en los cuales le miden el nivel de esta medicina tome la medicina después de que le hayan hecho los exámenes de sangre.

TACROLIMUS (PROGRAF[®], FK506)

¿Para que es esta medicina?

Esta medicina se usa para prevenir o para tratar los episodios de rechazo agudo del trasplante de riñón.

¿Como se toma esta medicina?

Esta medicina se toma por medio bucal o por medio de las venas, depended cual es la condición que están tratando.

¿Cuando tomo esta medicina?

Tacrolimus se toma dos veces al día, con 12 horas de entre medio, una vez en la mañana y otra vez por la noche. Toma esta medicina a la misma hora todos los día y sin o con comida.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Esta medicina puede causar dolor de cabeza, temblores, calambres, diarrea, nausea, aumento de la presión arterial y problemas con los riñones.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Tome esta medicina con comida para evitar nausea. No pare de tomar esta medicina sin que haya sido recomendado por su doctor. Los niveles de esta medicina son hechos por medio de exámenes de sangre. No tome esta medicina en los días que le van hacer los exámenes de sangre antes de los exámenes.

VALGANCICLOVIR (VALCYTE[®])

¿Para que es esta medicina?

Esta medicina se usa para prevenir o tratar los episodios de cytomegalovirus (CMV).

¿Como se toma esta medicina?

Valganciclovir se puede dar por las venas o por la boca.

¿Cuando tomo esta medicina?

Valganciclovir se toma una o dos veces por día.

¿Cuales son los efectos secundarios que pueden suceder?

Dolor de cabeza, nausea, nivel bajo de los glóbulos blancos y de las plaquetas.

¿Que mas información sobre esta medicina debo de saber?

Siempre tome esta medicina con comida y tome suficientes líquidos.



INFORMACIÓN GENERAL

Restricciones en actividades son muy pocas después del trasplante de riñón. Nosotros queremos que usted regrese al nivel de actividad que tenía antes y que mantenga un tipo de vida muy activo. Las restricciones incluyen las siguientes:

✘ No levantar nada mas pesado de 10 libras hasta que hayan pasado 6 semanas después del trasplante.

✘ No levantar nada que pese más de 20 libras entre las 6 a 12 semanas después del trasplante. No hay ninguna restricción después de tres meses de trasplante.

✘ No correr sobre carreteras de cemento o asfalto por los primeros tres meses después del trasplante.

✘ Evite actividades que le hacen brincar como andar a caballo, o en vehículos para la nieve, o motos de nieve por los primeros tres meses después del trasplante.

✘ Evite baños en la tina y nadar en piscinas asta que se le haya cicatrizado su herida.

Pueda que usted sienta que los músculos de sus piernas y del estomago estén débiles. En parte esto sucede por el hecho de no haber usado estos músculos por mucho tiempo y por los efectos secundarios de prednisona. La manera mas excelente de mejorar la fuerza de las piernas es con caminar, montar a bicicleta o nadar. Después de tres meses, puede hacer ejercicios para el estomago.

Regresando al trabajo

Depende de que clase de trabajo usted tiene, le recomendamos que regrese a su

trabajo lo mas ligero posible después del trasplante. La mayoría de las personas pueden regresar a su trabajo dentro de 4 o 6 semanas después del trasplante, con la excepción de las personas que hacen trabajo de obra. Nuestra trabajadora social le puede ayudar y aconsejar con información sobre rehabilitación para un trabajo diferente.

Jugar

Use su sentido común como su guía para participar en cualquier actividad después del trasplante. Al mismo tiempo que aumente su fuerza y resistencia la cantidad de actividad física también aumentara. Si tiene alguna pregunta sobre este tema por favor llame a nuestra oficina de trasplante.

Actividad Sexual

Su nuevo riñón esta bien protegido. La actividad sexual no puede dañar a su nuevo riñón. Lo mismo que con cualquier otra clase de operación, esperar unas 6 semanas después de la operación para resumir su actividad sexual es una buena idea. Esta esperada de tiempo le permitirá que sus músculos y herida sanen. Es todavía mas importante de tomar precauciones contra las enfermedades que se transmiten por medio sexual.

Hombres- La mayoría de los hombres tienen potencia sexual después del trasplante y recuperan el deseo y la función sexual que muchas veces se pierde durante la perdida de función de los riñones y durante la diálisis. La función del riñón trasplantado, ciertas medicinas, como las

medicinas usadas para tratar la presión arterial elevada, muchas veces afectan la función sexual después del trasplante. Si usted nota que tiene cambios en su agilidad sexual haga preguntas y pida recomendaciones sobre que es lo que se pueda hacer para mejorar la situación. Los hombres deben de platicar sobre el plan de familia con los doctores de trasplantes. Es recomendado que los hombres no engendren un hijo mientras estén tomando ciertas medicinas inmunosupresivas.

Mujeres- La mayoría de las mujeres están fértiles después del trasplante. El menstruado de las mujeres normalmente vuelve a reasumir de un mes o mas después del trasplante. Es posible que usted este ovalando sin necesariamente tener una menstruación regular. Muchas mujeres han sido embarazadas y han dado a luz a niños de buena salud después del trasplante.

Nosotros recomendamos lo siguiente con referencia al embarazo:

- ✓ Si no tiene deseos de quedar embarazada, tiene que usar precauciones para evitar el embarazo.
- ✓ La función de su riñón debe de estar trabajando muy bien si esta planeando quedar embarazada. Usted necesitara exámenes de sangre mas frecuente si desea estar embarazada.
- ✓ La dosis de las medicinas inmunosupresivas como predinisona, Imuran, cyclosporina, deben de estar a un nivel muy bajo antes de empezar el embarazo. Pero si pueda ser que necesite la dosis de Prograf o Neoral más alta para mantener cierto nivel.
- ✓ Las mujeres que están tomando la medicina CellCept y que están embarazadas o que están considerando salir embarazadas deben de consultar con el doctor de trasplantes. La

medicina CellCept aumenta los defectos de nacimiento.

- ✓ No puede haber otro problema medico presente que añadirá mas riesgo al embarazo.
- ✓ Por lo general, recomendamos que espere 2 anos después del trasplante antes de salir embarazada.

La decisión de tener un hijo es muy personal, pero esperamos que usted tenga confianza en discutir este tema con nosotros antes de tomar esta decisión. Nosotros queremos que usted haga una decisión basada en toda la información que esta a su alcance.

Aunque lo mas probable es que usted tenga un embarazo normal, si hay ciertos riesgos para la madre y el niño. Aproximadamente un 30 por ciento de las madres desarrollan alta presión arterial con proteína en la orina y en un 10 por ciento esta condición puede estar junta con la disminución de la función del riñón trasplantado. También hay un 30 por ciento de riesgo que haya un nacimiento prematuro, el cuidado al comienzo del embarazo es esencial de tener para un resultado con suceso. El riesgo de tener un bebe con defectos congénitos es aproximadamente un 5 por ciento si la madre ha tenido un trasplante de riñón y el riesgo es de 4 por ciento si es el padre el cual ha tenido un trasplante de riñón.

Planee en hacer un examen ginecológico cerca de la fecha de su cumpleaños. El examen tiene que tener un examen de los senos y un Papanicolau. Si usted tiene más de cuarenta anos de edad, también debe hacer un examen anual de mamografía. Las mujeres de mas de 30 anos de edad deben hacerse una mamografía si tienen una persona en la familia que ha tenido cáncer de los senos.

TEMAS DE SALUD Y MANTENIMIENTO PARA LOS PACIENTES QUE HAN SIDO TRASPLANTADOS

Nuestra meta para los pacientes es que no solo tengan un riñón que funcione bien, pero que también tengan una vida larga y llena de salud.

Para prevenir ataques del corazón y derrames cerebrales, recomendamos hacer lo siguiente:

- “ Hacer ejercicio por lo menos tres veces por semana.
- “ Comer una dieta bien balanceada y de baja cantidad de grasa.
- “ Controlar el aumento de peso.
- “ Controlar la presión arterial.
- “ Controlar el nivel de azúcar en la sangre. Las personas diabéticas necesitan asistencia para controlar el nivel de azúcar en la sangre.
- “ Controlar el nivel de colesterol.
- “ No fumar ni usar productos hechos con tabaco.
- “ Tener visitas con el doctor anualmente para prevenir complicaciones.

Diabetes después del trasplante

El desarrollo de la diabetes después del trasplante ha sido reconocido como un riesgo para los pacientes que tienen trasplantes. El tratamiento para la diabetes después del trasplante empieza con guías alimentarias y con ejercicios. Hay muchas veces que los pacientes con el tipo de diabetes tipo dos o para los adultos, puedan necesitar insulina después del trasplante.

Prevención de enfermedades contagiosas

Los pacientes de trasplantes no deben de recibir vacunas con el germen vivo. Una inyección contra la gripe es recomendada anualmente después de los primeros tres meses de trasplante. La vacuna de Tetano es recomendada cada diez años. La vacuna contra la neumonitis es recomendada antes del trasplante y cinco años después del trasplante.

Lavarse las manos es la manera más eficaz de controlar infecciones después del trasplante.

Viajar

Antes de salir de viaje, usted debe de consultar a una clínica de viaje con respecto a las vacunas necesarias y a los riesgos y infecciones que puedan suceder. *Después de un trasplante usted nunca debe de recibir una vacuna con gérmenes vivos.*

Enfermedades de los Huesos

Todos los pacientes de trasplantes sufren de alguna enfermedad de los huesos. Se le recomienda que he haga un examen sobre la densidad de sus huesos por lo menos cada otro ano. Hable con su doctor para platicar sobre temas preventivos que incluyen dieta y ejercicios.

Examen Rutinario de Cáncer

OHSU sigue las recomendaciones de la Sociedad de Cáncer para protegerse contra el cáncer. Todas las mujeres deben de tener un examen pélvico y un Papanicolaou anualmente. Las mujeres mayores de cuarenta anos de edad deben de hacerse una mamografía anualmente. Si usted ha tenido la madre o cualquier otra pariente que ha sido diagnosticada con cáncer de los senos antes de la menopausia, debe de hacerse una mamografía a la edad de treinta anos. Si usted es un hombre con el padre o hermano que ha sido diagnosticado con cáncer, o si usted es de descendencia Africano Americano, usted debe de hacerse un examen del antígeno específico para la

postrata a la edad de cuarenta y cinco anos de edad. Los hombres de más de cincuenta anos de edad deben de hacerse este examen anualmente.

Todas las personas sobre la edad de cincuenta anos deben de hacerse un examen del colon y del recto para prevención del cáncer cada dos anos. El examen de sangre oculta debe de hacerse anualmente y el examen de sigmoidoscopia se debe de hacer periódicamente y aproximadamente cada tres anos después de la edad de cincuenta anos de edad. Cada tres o cinco anos el paciente puede alternar con un examen de colonoscopia.

Evite estar expuesto al sol y use cremas para bloquear los rayos del sol. Use bloqueador numero 30 o de mas alta protección. No se olvide de proteger los labios también. Se les recomienda usar sombreros para mejor protección del sol. Si tiene cambios en algún lunar, por favor avísele a su doctor. Siempre llame a la oficina de trasplante si ha sido diagnosticado con cualquier clase de cáncer.

CUIDADO DENTAL

Visitas al dentista después del trasplante son muy importantes. Usted tiene que tener un examen dental cada seis meses. Como su sistema inmune esta suprimido, las infecciones pueden ser casos muy serios. Por favor siga las siguientes guías:

1. Informe a su dentista que usted ha recibido un trasplante de riñón y que esta tomando medicinas inmunosupresivas.
2. Su dentista necesitara ordenar un antibiótico antes de hacerle cualquier trabajo dental, incluyendo una limpieza de dientes o una examinación. La duración de los antibióticos dependerá de la clase de trabajo

dental que sea necesaria. Es muy importante de que le comunique a su dentista si usted tiene alguna alergia a cualquier medicina.

3. El dentista puede llamar a la oficina de trasplante si tiene alguna pregunta sobre el cuidado dental. También le puede sugerir a su dentista que llame a la Asociación Americana del Corazón para seguir las recomendaciones sobre los antibióticos para las personas que han recibido un trasplante.

La boca tiene muchas bacterias. El uso de antibióticos disminuye el riesgo de cualquier infección mientras le hacen el trabajo dental.

USO DE TABACO Y ALCOHOL

Fumar

El uso de productos de tabaco es desaprobado. Mascar tabaco puede causar al desarrollo de cáncer en la boca y en la garganta. Fumar aumenta sus riesgos en la operación, con cáncer y causa depósitos de gordura en sus arterias. También aumenta su riesgo de tener un ataque del corazón y un derrame cerebral. Usar marihuana puede causar infecciones de tipo fungo en el cerebro y en los pulmones. Si usted necesita ayuda para parar de fumar o mascar tabaco, por favor hable con su enfermera.

Alcohol

Debajo de circunstancias normales, el uso ocasional de bebidas alcohólicas no ponen ni a usted ni a su riñón en cualquier peligro. Pero, el uso excesivo de bebidas alcohólicas debe de ser evitadas. El uso de muchas cantidades de alcohol es muy deshidratante, lo cual es muy severo sobre un nuevo riñón. Recomendamos no más de 2 oz. de licor fuerte, 8 oz. de vino, o 24 oz. de cerveza al día. Por cada vaso de alcohol, tome un vaso extra de agua.

ANIMALES CASEROS

La mayoría de los animales caseros pueden permanecer en la casa. Pero los pacientes de trasplantes que desean adoptar o que tienen un animal casero deben de anotar las siguientes consideraciones y responsabilidades:

- ✓ Adopte o compre su animal de un establecimiento de buena reputación.
- ✓ Lleve a su mascota a que sea examinada por un veterinario inmediatamente.
- ✓ Lleve a su mascota al veterinario para vacunas regulares, tratamientos de parásitos y exámenes generales.
- ✓ Mantenga a su mascota con una dieta bien balanceada.
- ✓ La zona donde vive la mascota debe de ser limpiada cada semana. La caja de arena de los gatos debe de ser limpiada cada día. Es mejor que el paciente de trasplante no limpie el excremento de los animales.
- ✓ Lavase las manos con agua y jabón después de haber tocado o limpiado cualquier cosa que pertenezca a su mascota.
- ✓ Las pulgas y las garrapatas deber de ser tratadas con medicinas pues son una fuente de infecciones.

✓ Siempre lavase las manos después de haber tocado un animal reptil como culebras, tortugas y lagartijas, pues estos animales acarrean el organismo de salmonera. Los animales reptiles no son recomendados como mascotas.

Usted y su mascota deben de evitar estar en contacto con un animal salvaje que pueda tener rabia. Los animales rodantes pueden acarrear la plaga y la virus hantavirus. Las garrapatas pueden acarrear la enfermedad llamada “Rocky Mountain Spotted Fever”.

Para desanimar que los animales salvajes hagan nidos cerca de su casa, mantenga su casa limpia, con la comida adentro de tarros bien cerrados, el cumbo de basura bien cerrado y no deje comida ni los cubos de basura afuera de su casa cuando no estén siendo usados.

Clamidia y otras infecciones pueden ser transmitidas por pájaros. Los pacientes de trasplantes no deben de tener pájaros como mascotas, no deben de cuidar gallinas ni palomas en corrales y deben de evitar contacto con el excremento de los pájaros.

VACUNAS

Vacunas que usted **NO** debe de recibir:

NO



Viruela
Sarampión
Paperas
Rubeola
Polio oral
Varicela

Vacunas que puede recibir:

SI

Polio por inyección
Tétano/Difteria cada diez años
Tuberculosis (examen de piel)
✓ Influenza A & B* (inyección anual)
Vacuna para la neumonía (cada 5 años después del trasplante)

Usted nunca puede recibir estas vacunas por contienen organismos vivos. Hay una posibilidad de que usted desarrolle la enfermedad de la vacuna por el hecho de tener su sistema inmune suprimido. Si usted tiene que viajar a un país extraño comuníquese con una clínica de viajes, ellos son los expertos en las vacunas necesarias para viajar por todo el mundo. También hable con el equipo de trasplantes.

*recomendada para los pacientes de trasplantes.

Estas vacunas son hechas con organismos muertos y no tienen ningún peligro.

Inyección de Tétano

Ponga una inyección secundaria de Tétano cada 10 años. Si usted tiene un accidente y no se ha puesto esta inyección secundaria durante los últimos 5 años, por favor comuníquese con su doctor primario. Si su doctor primario no esta al alcance, llame a su coordinadora de trasplante.

INFORMACIÓN GENERAL DE LOS EXÁMENES DE SANGRE

Hacer los exámenes de sangre es una de las responsabilidades más importantes que usted tiene que hacer. Los resultados de los exámenes nos ayudan a diagnosticar el rechazo y los efectos secundarios de las medicinas. La sangre debe de ser sacada en la mañana para poder tener los resultados el mismo día. Usted tendrá que hacer estos exámenes en los laboratorios de OHSU durante el primer mes después del trasplante. Ya que haya sido despedido del hospital se le dará una carta para cualquier laboratorio de su gusto, que explica cuales son los exámenes que se tiene que hacer. La carta también le da permiso al laboratorio para que le den a usted los resultados de sus exámenes de sangre y que llamen estos mismos a nuestras oficinas.

Usted tiene que mantener un record de todos sus resultados. Hay páginas especiales en este folleto para que apunte estos resultados en ellas. Usted de empezar a conocer que es lo que significan los números de los resultados y cuales son los números normales para usted.

Después de que haya sido dado de alta del hospital, usted necesitara hacer los exámenes de sangre tres veces por semana, en los Lunes, Miércoles y Viernes. Usted seguirá con esta rutina hasta que su doctor decida cuando usted tiene la función del riñón establecida. Cuando esto suceda, los exámenes disminuirán a dos veces por semana, después a una vez por semana y menos veces sobre el curso de varios meses.

Si usted tiene un episodio de rechazo probablemente tendrá que hacer los exámenes de sangre con mas frecuencia.

Si usted toma la medicina Neoral o Prograf, en los días que se hace el examen para saber el nivel de las medicinas, usted tiene que tomar esta medicina 12 horas antes de que se haga el examen de sangre. Puede pasar una media hora antes o después de las 12 horas solamente. Si usted no puede mantener esta medida de tiempo el día que se hace el examen, **NO SE HAGA EL EXAMEN DE SANGRE DE NEORAL o PROGRAF.**

Si usted usa el laboratorio de OHSU

El laboratorio de OHSU esta colocado en el tercer piso del edificio llamado "Physicians Pavillion". A usted se le dará una tarjeta que será presentada cada vez que se haga algún examen. Usted puede obtener los resultados de sus exámenes llamando a este número de teléfono: 503-494-7383 antes de las dos de la tarde en los días que se haga los exámenes. Los fines de semana y los días de fiesta el laboratorio esta abierto en las mañanas solo por una o dos horas. Verifique las horas del laboratorio en los días de fiesta o en los fines de semana.

Si usted usa un laboratorio afuera de OHSU

Llame a su laboratorio in la tarde y escriba sus resultados en su libro de trasplante. Recuerde, que es muy importante que usted y el equipo de trasplante sigan los resultados de sus exámenes muy cerca.

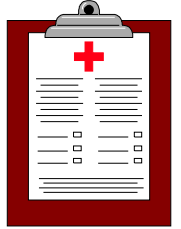
NORMALES DE LOS EXÁMENES DE SANGRE

Cada laboratorio tiene un nivel diferente con referencia a los resultados normales. Los resultados que están listados aquí son los resultados del laboratorio de OHSU y son utilizados para que sirvan de guía solamente. Los resultados de su laboratorio tendrán una variedad comparados a los resultados de nuestro laboratorio. Nosotros le ayudaremos a interpretar estos resultados. Muchas veces los laboratorios hacen exámenes adicionales para comparar a los resultados de otros laboratorios. Si usted se entera que uno de los resultados es anormal, por favor llame a su coordinadora de trasplantes.

EXAMEN DEL LABORATORIO	RESULTADOS NORMALES	EXAMEN DEL LABORATORIO	RESULTADOS NORMALES
Glucosa en la sangre <i>(el nivel de azúcar (glucosa) en su sangre)</i>	65-110	Calcio (Ca) <i>Un mineral necesario para la función normal de los Músculos, nervios, coagulación de sangre y para Mantener los huesos y los dientes fuertes.</i>	8.5-10.5
Sangre, Urea y Nitrógeno (BUN) <i>El nivel de nitrógeno (un desecho del el uso De proteínas)</i>	6-23	Colesterol <i>Necesario para hacer las hormonas y tejidos en el cuerpo. El exceso de colesterol in su sangre puede Causar depósitos en las venas y arterias causando un Ataque al corazón o un derrame cerebral.</i>	menos de 200
Creatinina (Cr) <i>El nivel de creatinina (un desecho del metabolismo Del músculo) en su sangre. Los pacientes de Trasplante tendrán su propio nivel de guía normal</i>	0.7-1.4	Numero de glóbulos blancos (WBC) <i>Células especiales de la sangre que ayudan a combatir Infecciones.</i>	3.8-7.6
Potasio (K) <i>Un mineral necesario para la función normal del corazón y de los músculos.</i>	3.8-5.2	Hematocrito (Hct) <i>El porcentaje de glóbulos rojos en la sangre. Los glóbulos rojos llevan oxígeno y carbón dióxido por todo el cuerpo.</i>	36.1-46.1
Fósforo (PO4) <i>Un mineral que trabaja con el calcio para formar los huesos; una cantidad pequeña se encuentra en los músculos.</i>	2.2-4.2	Plaquetas (Plt) <i>Células especiales que son muy importantes en ayudar con la coagulación de la sangre.</i>	250-400

NOMBRE DEL LABORATORIO _____ NUMERO MEDICO # _____
TELÉFONO DEL LABORATORIO () _____

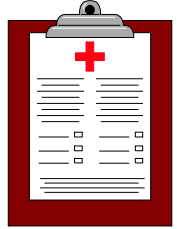
RESULTADOS DEL LABORATORIO TRASPLANTE DE RIÑÓN



FECHA							
Glucosa (Azúcar)							
B.U.N.							
Creatinina							
Potasio							
Calcio							
Fósforo							
Colesterol							
W.B.C							
Hematocrito							
Plaquetas							

NOMBRE DEL LABORATORIO _____ NUMERO MEDICO # _____
TELÉFONO DEL LABORATORIO () _____

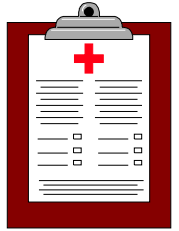
RESULTADOS DEL LABORATORIO TRASPLANTE DE RIÑÓN



FECHA							
Glucosa (Azúcar)							
B.U.N.							
Creatinina							
Potasio							
Calcio							
Fósforo							
Colesterol							
W.B.C							
Hematocrito							
Plaquetas							

NOMBRE DEL LABORATORIO _____ NUMERO MEDICO # _____
TELÉFONO DEL LABORATORIO () _____

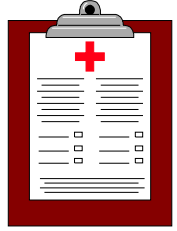
RESULTADOS DEL LABORATORIO TRASPLANTE DE RIÑÓN



FECHA							
Glucosa (Azúcar)							
B.U.N.							
Creatinina							
Potasio							
Calcio							
Fósforo							
Colesterol							
W.B.C							
Hematocrito							
Plaquetas							

NOMBRE DEL LABORATORIO _____ NUMERO MEDICO # _____
TELÉFONO DEL LABORATORIO () _____

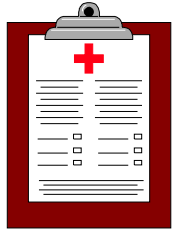
RESULTADOS DEL LABORATORIO TRASPLANTE DE RIÑÓN



FECHA							
Glucosa (Azúcar)							
B.U.N.							
Creatinina							
Potasio							
Calcio							
Fósforo							
Colesterol							
W.B.C							
Hematocrito							
Plaquetas							

NOMBRE DEL LABORATORIO _____ NUMERO MEDICO # _____
TELÉFONO DEL LABORATORIO () _____

RESULTADOS DEL LABORATORIO TRASPLANTE DE RIÑÓN



FECHA							
Glucosa (Azúcar)							
B.U.N.							
Creatinina							
Potasio							
Calcio							
Fósforo							
Colesterol							
W.B.C							
Hematocrito							
Plaquetas							

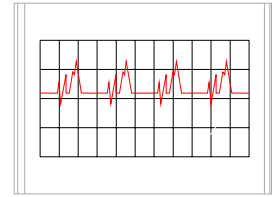
NOMBRE DEL LABORATORIO _____ NUMERO MEDICO # _____
TELÉFONO DEL LABORATORIO () _____

RESULTADOS DEL LABORATORIO TRASPLANTE DE RIÑÓN



FECHA							
Glucosa (Azúcar)							
B.U.N.							
Creatinina							
Potasio							
Calcio							
Fósforo							
Colesterol							
W.B.C							
Hematocrito							
Plaquetas							

SIGNOS VITALES TRASPLANTE DE RIÑÓN

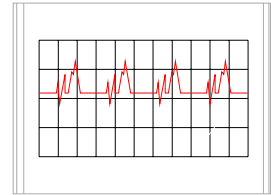


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

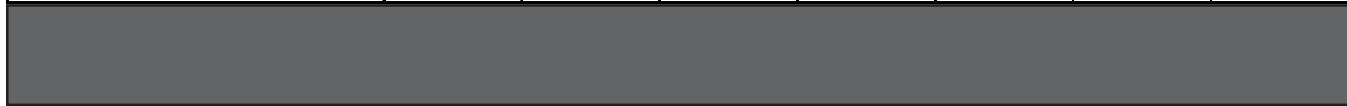


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

SIGNOS VITALES TRASPLANTE DE RIÑÓN

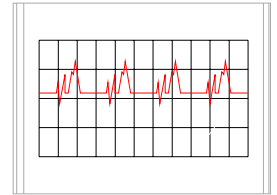


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

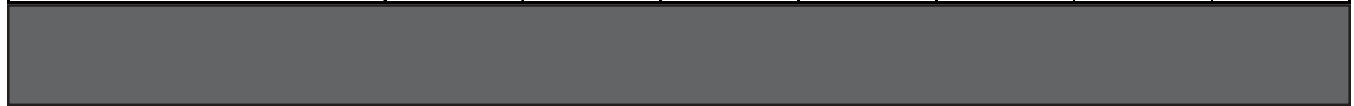


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

SIGNOS VITALES TRASPLANTE DE RIÑÓN

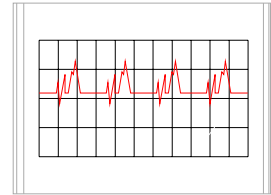


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

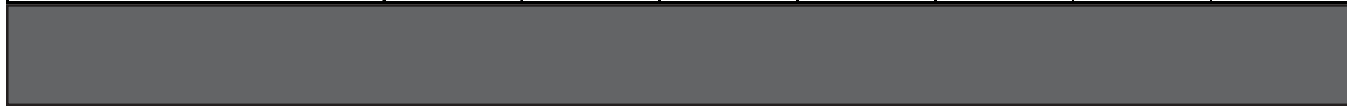


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

SIGNOS VITALES TRASPLANTE DE RIÑÓN

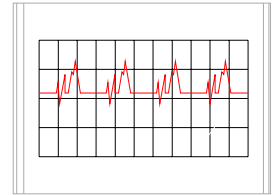


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							



FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

SIGNOS VITALES TRASPLANTE DE RIÑÓN

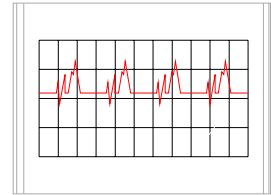


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

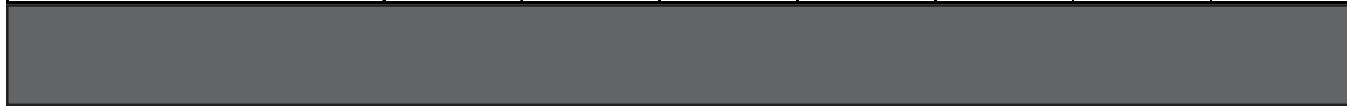


FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

SIGNOS VITALES TRASPLANTE DE RIÑÓN



FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							



FECHA							
Peso							
Temperatura							
Presión Arterial AM							
Presión Arterial PM							

DIETA DESPUÉS DEL TRASPLANTE DE RIÑÓN

Su dieta cambiara después del trasplante de riñón. Si su riñón no funciona inmediatamente pueda que sea necesario que usted mantenga la misma dieta que tenia cuando estaba en diálisis con las restricciones de sal, potasio y de líquidos. Pero cuando la función de su riñón mejore usted podrá comer una variedad mas grande de comidas. Cuando usted tenga la función del riñón normal, usted tendrá que tomar 8 vasos de agua al día.

Unos de los cambios en su dieta a medida que la función de su riñón mejora serán:

1. Puede aumentar la variedad de comidas en su dieta seleccionando comidas de todos los grupos de comidas recomendados.

Usted necesitara una buena fuente de proteínas para mejorar *la proteína* en su sangre. Las mejores fuentes de proteínas son: Carnes, pescados, aves
Productos derivados de la leche
Huevos
Nueces
Frijoles, lentejas y guisantes
Frijoles de soya, leche de soya y tofu

Usted tendrá que aumentar la cantidad de *fósforo* en su dieta. Las mejores fuentes de fósforo son:

Productos derivados de la leche
Nueces y mantequillas de nueces
Frijoles, lentejas y guisantes
Semillas

Usted podrá tener cantidades normales de potasio en las comidas. Las mejores fuentes de *potasio* son:

Legumbres verdes y con hojas
Tomates
Naranjas
Leche
Bananas
Frijoles, lentejas y guisantes
Papas
Nueces y mantequillas de nueces

También es importante que tome una cantidad adecuada de *calcio* para proteger sus huesos. Las mejores fuentes de calcio son:

Productos derivados de la leche (leche, yogurt, quesos, budines, nieve)
Legumbres verdes y con hojas.

2. Usted debe de continuar limitando la cantidad de *sal*.

Una de sus medicinas, prednisona, puede causar que retenga los líquidos dentro del cuerpo. Limitando la cantidad de sal puede controlar la hinchazón. Las siguientes comidas son bien altas en el nivel de sal:

Sal
Carnes curadas como el tocino y el jamón
Carnes para almuerzo (panes)
Sopas secas o enlatadas
Comidas Chinas, Japonesas, Mexicana y Italianas
Salsas: worcestershire, chile y soya
Comidas ya preparadas
Queso y macarrones

3. Un problema común de los pacientes de trasplantes es el aumento de peso. No es raro que una persona aumente hasta el 10 -15% de su peso. Hay muchas razones por lo cual esto sucede:

- Usted puede comer sus comidas favoritas otra vez
- Su apetito a mejorado mucho
- Usted se siente mejor y el comer es una vez más un placer.

Mantener y alcanzar un peso ideal será una de las metas mayores y parte de su plan de nutrición. **La obesidad contribuye al aumento de la presión arterial, la diabetes y pueda causar un ataque al corazón y un derrame cerebral.** También puede afectar la imagen suya.

La manera mejor de controlar el peso es:
ejercicio y dieta.

Ejercicios deben de ser planeados y hechos con frecuencia regular por lo menos 4 o 5 veces por semana. El caminar es una de las maneras mejores para hacer ejercicio, no cuesta nada y es muy fácil de hacer.

Escogiendo comidas que están bien balanceadas, que tienen poca grasa, usando azúcar con moderación y planeando las picadas pueden ayudar a mantener su peso normal.

4. Finalmente, su sistema inmune es mas bajo de lo normal por el hecho que toma ciertas medicinas. Por lo cuanto es muy importante que evite enfermedades causadas por las comidas. *El manejo de las comidas debe de ser sin ningún peligro.*

- Lave sus manos con frecuencia y siempre antes de tocar las comidas.
- Lave las frutas y los vegetales debajo de agua corrida
- Separe comidas que se comen crudas de las comidas como carnes crudas. Use tablas para cortar diferentes para cada clase de comidas.
- Limpie el lavadero y las tablas para cortar con media cucharada de blanqueador y dos tazas de agua.
- Use un termómetro para verificar la temperatura de las carnes. Las hamburguesas tienen que estar a 160 grados. El pollo 180 grados.
- No comparta utensilios para cocinar o para comer.

No se coma las siguientes comidas crudas:
Huevos: nieve, mezcla para una torta o galletas
Leche: que no sea pasteurizada
Mariscos: sushi con pescado crudo, ostras

- Usted puede comprar huevos que no han sido pasteurizados en la tienda
- Hot dogs, hamburguesas y los chorizos deben de ser bien cocinados (160 grados).

DEFINICIONES

Acute tubular necrosis (ATN)

Estado temporáneo cuando el riñón no funciona dado al tiempo que el riñón estuvo guardado antes del trasplante

Agudo

Corto, relativamente severo

Analgésico

Medicina para el dolor

Anemia

Un número bajo de los glóbulos rojos en la sangre

Anestésico

Medicina que duerme la sensación para poder reducir el dolor

Anticuerpo

Una parte del sistema inmune que combate la infección o cualquier organismo extraño dentro del cuerpo

Antígeno

La célula que empieza la producción de los anticuerpos

Antígeno leucocito humano (HLA)

Marcadores genéticos heredados de los padres.

Arteriosclerosis

Una induración de las arterias que bloquea el flujo de sangre al riñón

Bacteria

Gérmenes que causan enfermedades o infecciones

Bilirubin

Una sustancia química que se desecha por medio del hígado a la hiel.

BUN

un producto desechado por medio de los riñones

CellCept

Una medicina inmunosupresiva utilizada para limitar o prevenir el rechazo

Célula-T Ayudante

El glóbulo blanco de la sangre que dirige al sistema inmune a que combata una infección o cualquier materia extraña, como un trasplante.

Células T

Glóbulos blancos que tienen una parte mayor con el rechazo.

Coagulopatía

Coagulación anormal

Colesterol

Un tipo de gordura que es necesaria para la función normal del cuerpo, pero cuando se encuentra en exceso puede causar enfermedad en el corazón

Creatinina

Un indicador de la función del riñón, producida por el metabolismo de los músculos. Entre mas alta esta el nivel de la creatinina, mas baja es la función del riñón.

Crónico

Que se mantiene por un tiempo muy largo

Crossmatch

Un examen que determina la compatibilidad entre la sangre del donante y la sangre del propuesto recipiente.

CT Scan

Unos rayos X en tres dimensiones de los órganos internos.

Cyclosporina

Una medicina inmunosupresiva muy potente.

Cyst

Una estructura que parece una bolsa y que contiene liquido y materia.

Cytomegalovirus (CMV)

Una infección viral muy común que puede ser muy peligrosa para los pacientes de trasplante si la contraen después del trasplante.

Desobedecer

Fracaso de seguir las instrucciones medicas para los tratamientos, citas en la clínica, exámenes a tiempo y tomarse los signos vitales cada día. El desobedecer todas estas ordenes disminuye la vida del órgano trasplantado.

Diabetes

Una enfermedad caracterizada por niveles altos de glucosa (azúcar) en la sangre.

Diálisis

Un proceso por el cual la sangre se limpia para reestablecer un balance químico.

Donante cadavérico

Una persona que recientemente ha muerto

Ecocardiograma

Un examen que usa rayos de sondas ultrasónicas para medir el movimiento y la posición del corazón y el tejido alrededor.

Edema

Hinchazón un una especifica parte del cuerpo, como las manos o las piernas debido a la retención de exceso de líquidos en el cuerpo.

Electrocardiograma

Un examen que usa alambres eléctricos colocados sobre el pecho para medir el ritmo del corazón y mide cualquier daño al tejido del corazón.

Electrolito

Un mineral disuelto como el magnesio o el potasio.

Endoscopio

Un aparato parecido a un telescopio que se usa para examinar el esófago, el estomago y el intestino pequeño.

Enfermedad de los riñones poli císticos

Una enfermedad hereditaria que causa quistes en los riñones en vez del tejido normal.

Enfermedad del fracaso renal

Cuando el fracaso renal continua progresando asta el punto donde los riñones solo funcionan a menos del 10% de la capacidad posible.

Enzima

Una proteína del cuerpo que puede desbaratar otras sustancias en el cuerpo.

Estenosis

Estructura dentro de una vía en el cuerpo.

Flebotomía

Remover aproximadamente una pinta de sangre por medio de una vena.

Fracaso de los riñones aguda

Disminución muy rápida de la función de los riñones que puede ser resuelta.

Fracaso de los riñones crónico

Disminución lenta de la función de los riñones que no se puede resolver.

Gastrointestinal (GI)

El trayecto entre la boca y el recto, incluyendo los intestinos y el estomago.

Glóbulos Blancos

La parte de la sangre que batalla infección.

Glóbulos Rojos

La parte de la sangre que transporta el oxigeno a todos los tejidos del cuerpo.

Glucosa

Azúcar que se encuentra en la sangre o en la orina.

Hematocrito

La medida del número de glóbulos rojos en la sangre

Hepatitis

Inflamación del hígado, normalmente causada por una virus.

Herpes

Una familia de organismos que pueden causar granos en los labios, en la zona genital y también pueden causar otros síntomas.

Hipertensión

Alta presión arterial

Hipotensión

Baja presión arterial

HLA compatibilidad

Un examen que se hace entre el donante y el recipiente de trasplante para determinar que fuerte las células del recipiente atacaran las células del donante, lo cual seria lo mismo en el órgano de trasplante.

Ictericado

Decoloración de la piel y los ojos con color amarillo que indica un exceso de bilirrubina en la sangre.

Identificación del tejido

Identificación de los antígenos principales de una persona que se usan para evaluar la compatibilidad entre un órgano donado y un propuesto recipiente por medio de un examen de sangre.

Injerto

Un tejido u órgano que ha sido trasplantado, como un riñón o un páncreas.

Inmunosupresion

La supresión del sistema inmune en el cuerpo a base de medicinas para prevenir o controlar los episodios de rechazo después de un trasplante.

Insuficiencia renal crónica

Daño permanente a los riñones, tratado con diálisis o trasplantación

Insulina

Una hormona producida en el páncreas que regula los niveles de glucosa en la sangre.

Intravenoso (IV)

Proceso que se refiere a líquidos o medicinas administradas a los pacientes dentro de las venas por medio de una sonda o aguja.

Leucocito

Un glóbulo blanco que ayuda a batallar infecciones.

Lista de anticuerpos reactivos (PRA)

Un proceso en el laboratorio en el cual la sangre del paciente es mezclada con un grupo de sangre de muchas personas para determinar el nivel de sensibilidad del paciente a sangre extraña o tejidos. Un resultado de 0/42 o 0% de sensibilidad es el mejor resultado que se puede tener. Un resultado de 42/42 o 100% de sensibilidad es el peor resultado que se puede tener. Las causas de la sensibilidad pueden incluir: embarazos, transfusiones de sangre y previos trasplantes.

Nefrectomía

Remover uno o los dos riñones por medio de una operación.

Nefrólogo

Un doctor que se especializa en diagnosticar y tratar las enfermedades de los riñones.

Nefropatia diabetica

Fracaso de la función del riñón a causa de la diabetes

Neumonía neumocistitis carinii (PCP)

Un tipo de neumonía que normalmente es contraída por personas con el sistema inmune suprimido.

Oralmente

Por la boca

Plaqueta

Una célula pequeña necesaria para la coagulación.

Potasio

Un mineral. Los niveles altos de potasio pueden irritar el corazón y es un problema muchas veces asociado con la mala función de los riñones.

Presión diastolica de la sangre

El numero representado en la parte baja cuando se mide la presión arterial. Esta es la presión de las arterias en medio de cada latido del corazón.

Presión sistólica de la sangre

El número de arriba cuando se mide la presiona arterial. Esta es la presión cuando el músculo del corazón se contrae.

Rechazo

Cuando el sistema inmune ataca a lo que cree es una sustancia extraña, como un trasplante de riñón.

Renal

Cualquier cosa que se refiere a los riñones

Riñón

Órganos colocados a cada lado de la columna al nivel de la cintura que desechan las materias inservibles por medio de la producción de orina.

Riñón lento

Una expresión que se refiere a una situación temporaria cuando la función del riñón no trabaja inmediatamente.

Riñón y páncreas simultáneamente

Cuando el riñón y el páncreas son trasplantados a un mismo tiempo dentro de un recipiente.

Sal

La sal principal que se encuentra dentro del cuerpo.

Sepsis

Una infección severa que se a regado por toda la sangre..

Shingles

Un virus de la familia de herpes que causa infección afecta los nervios y causa dolor localizado.

Signos

Cosas que usted o cualquier otra persona puede ver que son determinadas por medidas como el aumento en temperatura o la presión arterial.

Síntomas

Cosas que usted siente, como dolor, mareos o cansancio.

Sistema Inmune

Mecanismo complicado de batalla con el cual el cuerpo se defiende de organismos o tejidos extraños que entran dentro del cuerpo o son colocados dentro del cuerpo, como con un trasplante.

Thrush

Una infección causada por hongos que aparece en la boca

Toxico

Desechos de productos en la sangre que son venenosos al cuerpo cuando se encuentran en grandes cantidades.

Trayecto urinario

El sistema del cuerpo que produce, transporta, guarda y elimina orina. Este sistema incluye los riñones, los uretes, la vejiga y la uretra.

Trombosis

El desarrollo de un coagulo de sangre.

Tubo endotraqueal

Un tubo que se inserta por la boca y adentro la garganta para ayudar a que una persona respire durante una operación.

Ultrasonido

Un método de identificación de los órganos internos usando sondas de sonido. Muchas veces usado para identificar tumores, el tamaño del órgano, abscesos y el flujo de sangre a un órgano trasplantado.

UNOS

El grupo nacional que hace las reglas para la distribución de los órganos. Este grupo mantiene las estadísticas de los diferentes programas de trasplantes y información científica sobre los recipientes y los donantes de órganos.

Uretes

Un par de tubos que llevan la orina del riñón a la vejiga para eliminación.

Uretra

El tubo de la vejiga que lleva la orina afuera del cuerpo.

Vejiga

El órgano que recibe y guarda la orina de los riñones hasta que es orinada afuera del cuerpo.

Velocidad de la filtración del glomérulo

Un examen que determina el nivel de la función del riñón.

Virus

Un organismo pequeño que causa infección.

Zonda

Un tubo de hule que es injertado dentro de la vejiga para evacuar la orina