

MANUAL DE ORIENTAÇÕES AO PACIENTE TRANSPLANTADO RENAL



PARA A VIDA

PELA VIDA

POR AMOR À VIDA

Seção Técnica de Enfermagem

Urologia e Transplante Renal

UNESP - Botucatu

2011

Sumário

Elaboração e Telefones Úteis.....	02
Objetivo.....	03
O que é o Transplante Renal?.....	03
Pós operatório do Transplantado Renal.....	04
Medicações.....	05
Como saber quando está havendo rejeição.....	07
Cuidados Gerais para evitar infecções.....	07
Cuidados com a Ferida Cirúrgica.....	08
Orientações dietéticas no pós transplante.....	09
Qualidade de vida Pós Transplante.....	11

Elaborado por:

- Maria Eugênia Paravani Corrêa - Enfermeira
- Silvia M. F. Corrêa Marcolino - Enfermeira e Mestre em Nefrologia
- Milene Peron Rodrigues Pinto - Nutricionista clínica STND e Doutoranda em Nefrologia

Telefones Úteis

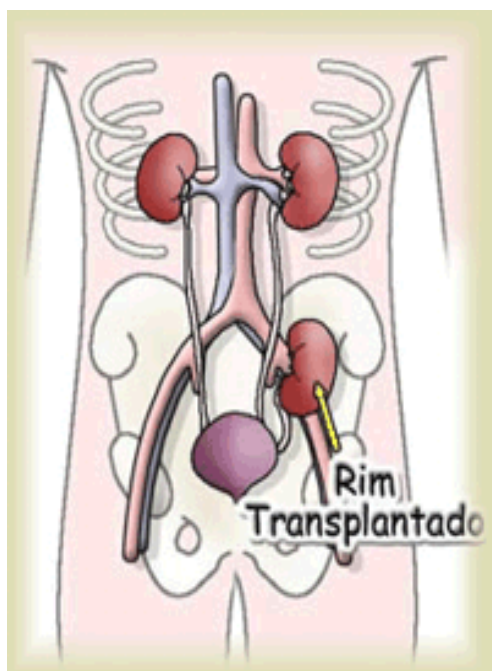
- Secretaria de Transplante - (14) 3811-6547
- Enfermaria de Urologia - (14) 3811-6209
- Pronto socorro da UNESP - Domingos e feriados

Disponível em: www.transplanterenal.com.br

Objetivo

Este manual tem como objetivo permitir ao paciente transplantado que conheça a unidade de transplante e assim, possa mais facilmente, acompanhar seu tratamento para buscar sempre melhor qualidade de vida.

O que é o Transplante Renal?



O rim é um órgão vital e tem como função eliminar impurezas do sangue, regular a Pressão Arterial, produzir hormônios, entre outras.

O transplante renal é a substituição dos rins doentes por um rim saudável de um doador vivo ou falecido. É o método mais efetivo e de menor custo para a reabilitação de um paciente com insuficiência renal.

Nem todo paciente renal crônico pode se submeter a um transplante, para isso é necessário que apresente algumas condições clínicas como:

- Suportar uma cirurgia de longa duração (aproximadamente de 4 a 6 horas);
- Não ter lesões em outros órgãos que impeçam o transplante, como câncer ou acidentes vasculares;
- Não ter doença cardíaca e hepática graves;
- Não ter infecção ou focos ativos na urina, nos dentes, tuberculose ou fungos;
- Não ter problemas imunológicos adquiridos por muitas transfusões;
- Ter menos de 70 anos de idade

Pós operatório do Transplantado Renal

Após a cirurgia, iniciam-se os cuidados médicos que vão durar para toda a vida, um dos cuidados são as medicações prescritas contra a rejeição do rim recebido. Nas primeiras semanas são doses mais altas, depois, ao longo do tempo, a dose de cada medicamento vai diminuir, porém sempre haverá necessidade de tomá-los, do contrário o rim transplantado poderá ser rejeitado pelo organismo, necessitando retorno à diálise.

Medicações

Seu organismo tem um sistema muito complexo (sistema imunológico) que reage contra órgãos estranhos introduzidos nele.

Como o rim transplantado é reconhecido como "estranho", o organismo reagirá contra ele e tentará destruí-lo, a menos que sejam utilizadas medicações para diminuir essa reação. Tais medicamentos são chamados de imunossupressores.

Cuidados com as medicações:

- Tome os comprimidos inteiros com o auxílio de um copo de água, com ou sem a alimentação.
- Não quebre ou amasse os comprimidos e não tome nenhum comprimido que esteja quebrado. Se você se esquecer de tomar uma dose, faça-o assim que se der conta do esquecimento, e então retorne ao seu esquema de tratamento.
- Siga a orientação do seu médico, respeitando sempre os horários, as doses e a duração do tratamento.



- **NÃO INTERROMPER O TRATAMENTO** sem o conhecimento do seu médico, isso pode aumentar o risco de rejeição do órgão transplantado.
- Informe ao seu médico sobre qualquer medicamento que esteja usando, antes do início, ou durante o tratamento, inclusive os medicamentos usados sem prescrição médica.

Cuidados no armazenamento: Conservar em temperatura ambiente (entre 15°C e 30°C), proteger da umidade e da luz. Armazenar na embalagem original.

Prazo de validade: A data de validade está impressa no cartucho. Não utilize o produto após a data de validade.

Gravidez e lactação: Informe ao seu médico sobre a ocorrência de gravidez na vigência do tratamento ou após o seu término, sobre suspeita de gravidez ou se está planejando engravidar.

➤ Toda vez que houver necessidade de internação hospitalar, leve os medicamentos imunossupressores que toma em casa diariamente.

➤ **TODO MEDICAMENTO DEVE SER MANTIDO FORA DO ALCANCE DAS CRIANÇAS**

Como saber quando está havendo rejeição?

O nefrologista faz a avaliação da existência ou não do processo de rejeição. Porém, alguns sinais e sintomas devem ser observados:

- Dor ou inchaço sob o rim transplantado;
- Febre acima de 37 graus;
- Diminuição da urina;
- Rápido e grande ganho de peso;
- Inchaço de pálpebras, mãos e pés;
- Dor ao urinar;
- Urina fétida ou sanguinolenta;

Cuidados Gerais para evitar infecções

- Restringir visitas de amigos e parentes nos primeiros dias, principalmente de pessoas doentes e animais;
- Manter a casa sempre limpa e arejada;
- Evitar exposição ao sol nos horários das 10 às 16 horas. Utilizar, sempre protetor solar.
- Fazer uma boa higiene corporal e dos dentes.



- Lavar sempre as mãos com água e sabão antes das refeições, após usar o banheiro e em outras situações no seu dia.
- Fumar, fazer uso de álcool e drogas são intensamente **desaconselhável** após o transplante;
- Evitar esforço físico durante os primeiros meses;
- Sempre consulte o médico do transplante antes de receber qualquer tipo de vacina, pois algumas delas são proibidas.
- Após 8 semanas a atividade sexual pode ser retomada, mas antes e fundamental conversar com o médico para, juntos, decidirem o método anticoncepcional;
- A gestação não é aconselhada no primeiro ano de transplante;

Cuidados com a Ferida Cirúrgica:

Lavar a ferida cirúrgica todos os dias com água e sabonete na hora do banho e secar bem com a toalha limpa. Observar se há sinais de infecção como, por exemplo, vermelhidão nas bordas da ferida, aumento da temperatura no local e saída de líquido.

Orientações Dietéticas no pós transplante renal

A alimentação deve ser variada e em quantidade suficiente para fornecer ao organismo todos os nutrientes necessários. A dieta varia de pessoa para pessoa, de acordo com os exames laboratoriais.

As recomendações principais são:

- Comer de 5 a 6 vezes por dia, fracionando a alimentação;
- Não ficar mais de 2 horas em jejum e evitar o excesso de a alimentação;
- A restrição de líquidos é necessária somente se for indicada pelo nutricionista ou médico;
- Evitar o excesso de sódio na alimentação: Não consumir produtos industrializados, enlatados, conservas e embutidos. Acrescentar pouco sal aos alimentos e para melhorar o sabor das preparações utilize temperos naturais à vontade (alho, cebola, salsinha, cebolinha, orégano, limão, vinagre, etc);
- Não utilizar sal light;



- Evitar o consumo freqüente de açúcar e doces em geral uma vez que os medicamentos imunossupressores tem a tendência de elevar a glicose no sangue. No caso de diabetes, utilizar sempre adoçantes e alimentos diet;
- Evitar o consumo de alimentos gordurosos e frituras, dando preferência a alimentos e preparações pobres em gordura como o leite desnatado e carnes brancas grelhadas ou assadas;
- Higienizar com água filtrada e sanitizante todas as frutas, verduras e legumes, antes de comer.
- O consumo de alimentos fontes de potássio e fósforo deverá ser de acordo com o resultado do exame e a recomendação do nutricionista;
- Em caso de necessidade de redução no potássio alimentar, evitar frutas (abacate, banana prata, água de coco, goiaba, jaca, kiwi, mamão maracujá, melão, mexirica), verduras e legumes crus e oleaginosas (nozes, avelã, amendoim, castanha, etc). Para reduzir o potássio das verduras e legumes, essas devem ser cozidas e consumidas sem a água do cozimento.

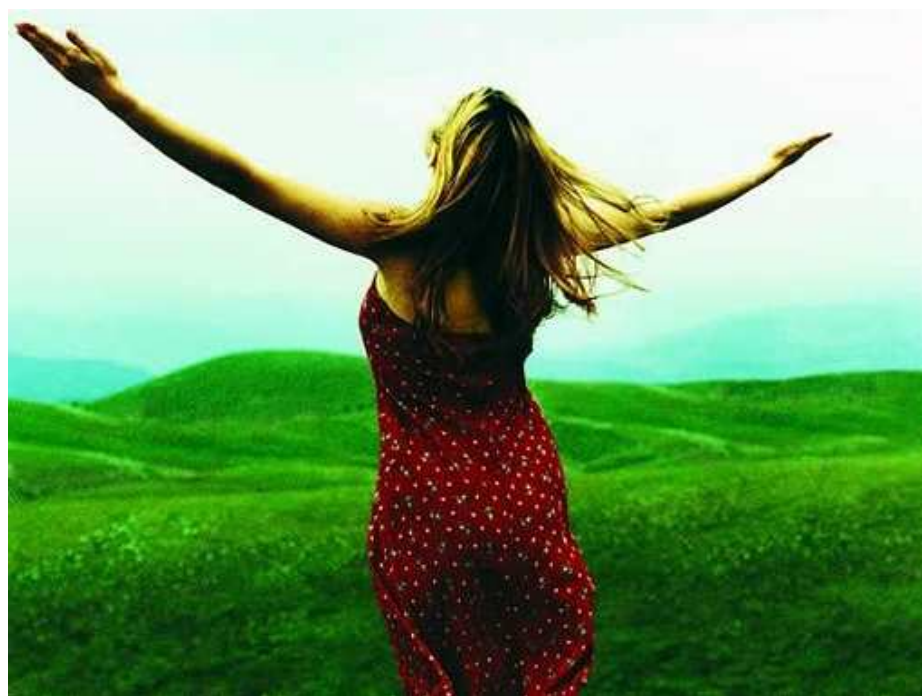
**Para mais informações
procure um nutricionista.**



Qualidade de vida Pós Transplante

Após o transplante, apesar das recomendações e exigências médicas, o transplantado pode levar uma vida normal. A cada mês que passa, diminuem as restrições e os cuidados são menores, possibilitando um convívio social pleno e saudável.

Caminhadas, andar de bicicleta e nadar em piscinas limpas são excelentes exercícios, após este período de repouso. Também é permitido dirigir e nadar no mar. É importante suspender qualquer atividade física se houver cansaço ou falta de ar.



Obs.: Trazer o livro com as anotações dos medicamentos em todas as consultas.