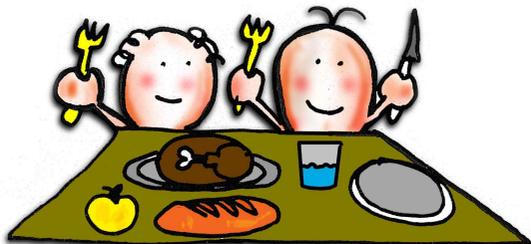


¿Es necesario mantener una dieta especial?

La realización de una dieta adecuada y equilibrada es fundamental, y debe ser individualizada para cada paciente.

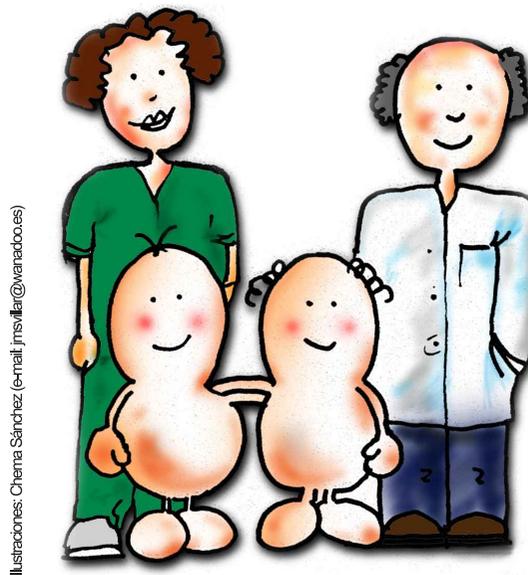
En un principio debe ser más estricta, vigilando el consumo de azúcares, grasas y sal para prevenir la diabetes, obesidad e hipertensión. Posteriormente conviene continuar con una dieta saludable.



Cuidados y Consejos

- Acuda periódicamente a revisión, según le indiquen en su centro.
- Consulte con su nefrólogo si aparecen: fiebre, disminución y cambios en la orina, dificultad respiratoria, edemas, vómitos, diarrea, dolor o aumento de tamaño en la zona del riñón trasplantado.
- Comunique a su nefrólogo los tratamientos que le prescriban en otras especialidades o consultas medicas.
- No modifique la dosis de los inmunosupresores por iniciativa propia. El éxito del trasplante depende de estos medicamentos.
- Sea cuidadoso en la toma de la medicación inmunosupresora.
- Vigile el estado de la piel, mantenga una buena higiene e hidratación, y consulte cualquier alteración.

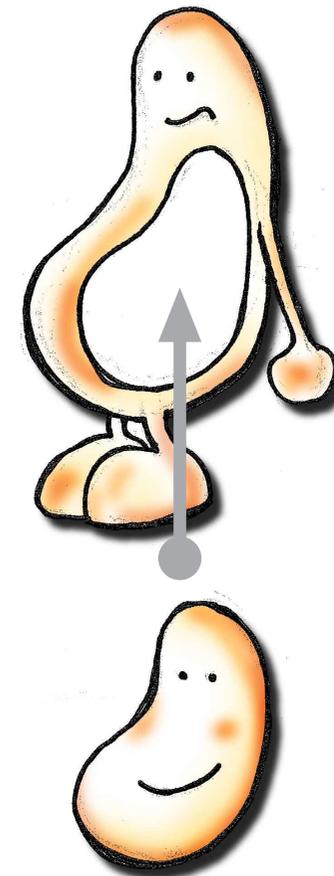
- Evite la exposición prolongada al sol, utilice cremas de protección total.
- Mantenga unos cuidados dentales estrictos, con un cepillado diario después de cada comida. Ante la aparición de cualquier lesión en la boca, lengua o labios consulte al nefrólogo.
- Se recomienda utilizar al menos durante un año, medidas anticonceptivas. Si es mujer y desea quedarse embarazada consulte con su nefrólogo.
- Tenga en cuenta que los animales pueden transmitir infecciones.
- Evite hábitos tóxicos, como alcohol, tabaco...
- Practique ejercicio físico adaptado a sus posibilidades de forma habitual.
- Contacte con las asociaciones renales de su entorno.
- Recuerde que **NO ESTÁ SÓLO**, somos un equipo dispuesto a ayudarle.



Ilustraciones: Chema Sánchez (e-mail: jmsvillar@wanadoo.es)

ADAPTARSE AL TRATAMIENTO Y MANTENER UNOS CUIDADOS ADECUADOS LE PERMITIRÁN LLEVAR UNA VIDA NORMAL Y ACTIVA.

Trasplante Renal



CONOCEMOS SUS PROBLEMAS. CONFÍE EN NOSOTROS

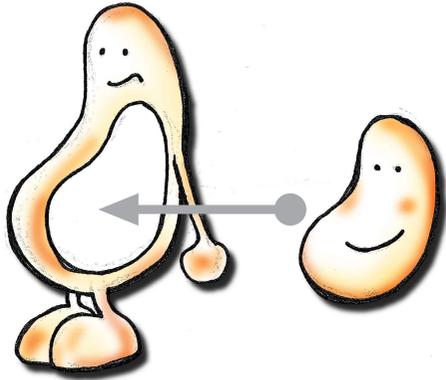


SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA NEFROLÓGICA

+ información en www.seden.org

¿Qué es un Trasplante de riñón?

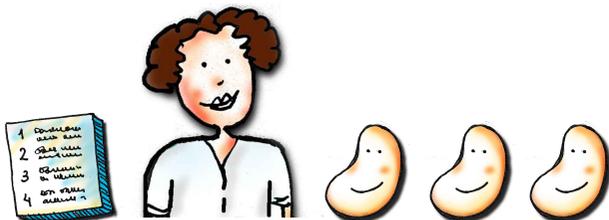
El trasplante de riñón es la forma más eficaz de tratamiento del fracaso renal. La intervención quirúrgica consiste en implantar un riñón sano al paciente que lo precisa. El riñón puede proceder de un donante vivo o de una persona fallecida. Para realizar el trasplante no se retiran los riñones propios. La llegada del trasplante es vivida como un gran regalo.



¿Qué es la Lista de Espera?

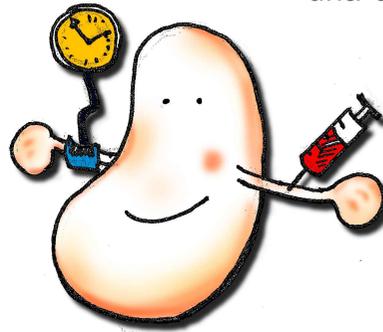
La Organización Nacional de Trasplantes (ONT) coordina toda la actividad relacionada con los trasplantes de órganos en nuestro país.

Las personas candidatas a trasplante son incluidas en la llamada "Lista de Espera". Cuando surge un donante se busca al paciente más adecuado en función de la compatibilidad y del grado de urgencia médica. Para ser incluido en esta lista se realizan una serie de pruebas que acreditarán si el paciente está en condiciones de recibir un trasplante.

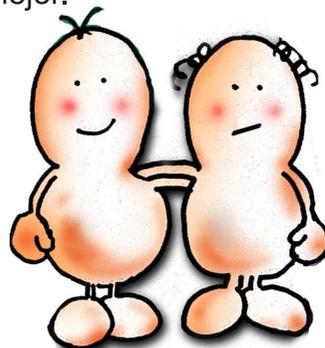


¿Qué preparación precisa un Trasplante?

La preparación para el trasplante requiere una serie de pruebas comunes a cualquier cirugía con el fin de comprobar si el paciente se encuentra en condiciones de ser intervenido. Asimismo se efectúa una prueba específica dirigida a comprobar la compatibilidad del riñón donado con el paciente, denominada prueba cruzada. Si los resultados son correctos puede realizarse el trasplante. A veces es necesaria la realización de una diálisis previa a la cirugía con el fin de normalizar los valores analíticos.



Este tiempo de espera se vive con mucha intensidad y suele provocar en el paciente ansiedad e incertidumbre. Compartir estas emociones con aquellos que le rodean y con el equipo asistencial le ayudará a sentirse mejor.



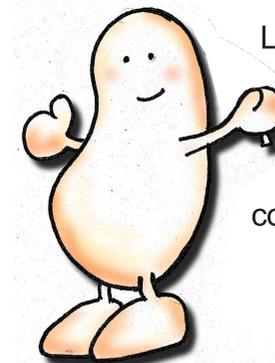
¿Qué importancia tiene la medicación en el paciente trasplantado?

La medicación inmunosupresora son fármacos utilizados en la prevención y tratamiento del rechazo e impiden que se destruya el riñón trasplantado, pero también favorece la aparición de infecciones.



La medicación inmunosupresora debe tomarse **SIEMPRE** cumpliendo los horarios y las dosis mientras el riñón funcione y exista indicación médica,

de ella depende en gran parte el éxito del trasplante. El abandono de la toma de la medicación por decisión del paciente puede suponer la pérdida del riñón o un empeoramiento general. Es importante la toma correcta, y ante cualquier duda u olvido, consultar inmediatamente con el centro correspondiente.



Las visitas a consultas de Nefrología se realizan con una cierta frecuencia y se irán distanciando con el paso del tiempo, según vaya evolucionando el trasplante.