

Niertransplantatie - 8. De nazorg

Bloeddruk en pols

Als u in het bezit bent van een bloeddrukmeter, controleert u de bloeddruk en pols dan geregeld op hetzelfde tijdstip. Aan te bevelen is om dit zeker vóór de poli-afpraak te doen. Deze controles doet u de eerste maand 1 keer per dag.

Controleer uw lichaamstemperatuur

Meet uw lichaamstemperatuur 's ochtends, zoveel mogelijk op hetzelfde tijdstip en altijd op dezelfde wijze. Daarna alleen als u koorts vermoedt. Meet onder de oksel (axillair), in het oor of rectaal. Geeft de thermometer meer dan 38 °C aan, meet dan na een uur nog eens.

Blijft de temperatuur hoger dan 38 °C, neem dan contact op met uw ziekenhuis.

Neem bij (koude) rillingen altijd uw temperatuur op en neem daarna contact op met uw ziekenhuis.

Houd uw gewicht bij

U weegt zich dagelijks voordat u gaat ontbijten.

Kijk uw urine na

Uw urine moet helder zijn. Neem bij verminderde productie, als de urine afwijkend is (troebel, bloederig of stinkend) of als het urineren pijnlijk is overdag, contact op met uw behandelend arts. Als u bijkomende klachten hebt, kunt u zo nodig ook 's nachts bellen. Niertransplantatie-patiënten hebben vaak 's avonds en 's nachts meer urineproductie dan overdag. Dit is normaal en geen reden tot ongerustheid. Verslechtering van de nierfunctie komt regelmatig voor en komt meestal niet door afstoting.

Er zijn verschillende oorzaken: infectie, reactie op geneesmiddelen, problemen met de urinewegen en blaas kunnen ook zorgen voor een verslechtering van de nierfunctie. Klachten die vaak samengaan met verslechtering van de nierfunctie zijn:

- nieuwe vochtophopingen aan benen, voeten, handen en oogliden;
- kortademigheid;
- pijnklachten in de transplantatiestreek;
- aanhoudende vermoeidheid of een griepig gevoel;
- diarree of braken.

Hebt u een of meerdere van deze lichamelijke klachten, neem dan contact op met uw ziekenhuis.

Dag van uw polikliniekbezoek

Op de ochtend van het polikliniekbezoek neemt u geen anti-afstotingsmedicatie in. U neemt de medicatie wel mee naar de polikliniek, dan kunt u die direct innemen nadat er bloed is afgenomen. Dit in verband met de bloedspiegel ten gevolge van het betreffende medicijn.

Het bloedprikken doet u het beste om 8.00 uur, dan kunt u daarna meteen de medicatie tegen afstoting innemen.

De uitslag van het bloedprikken is pas bekend nadat u op de poli bent geweest. Als de medicatie verandert, neemt de arts in de avonduren telefonisch contact met u op. 3 maanden na de transplantatie is het wenselijk dat de bloedcontroles 1 of 2 dagen vóór het polibezoek afgenomen worden. Dan zijn de uitslagen bekend als u op de poli komt en kan de eventuele medicatieverandering persoonlijk met u worden besproken.

Breng bij uw polibezoek mee:

- de controlelijst met uw gegevens van de afgelopen periode, zoals bloeddruk,
- gewicht, temperatuur en urineproductie;
- uw ochtenddosering van de anti-afstotingsmedicatie;
- uw ochtendurine en een portie van de 24-uursurine (dit kan bij de prikdienst ingeleverd worden);
- uw recente medicatielijst.

Prikdienst

U meldt zich bij het Diagnostisch Centrum/Centrale Bloedafname op niveau 1. **Volg 6 – 1 blauw**. Hier kunt u de urine afgeven en wordt uw bloed geprikt.

Overige medische specialistische controles

Tandarts

Uw mond en gebit zijn mogelijke bronnen van infectie. Zorg daarom voor een goede mond- hygiëne (poets 1 tot 2 keer per dag uw tanden) en ga 2 keer per jaar op controle bij uw tandarts.

Gynaecoloog

Omdat na een niertransplantatie baarmoedermondtumoren net iets vaker voorkomen, wordt vrouwen geadviseerd elke 2 jaar een uitstrijkje te laten maken bij de huisarts.

Vrouwen boven de 50 jaar wordt geadviseerd regelmatig een mammografie te laten maken en mee te doen aan het borstkankerbevolkingsonderzoek.

Dermatoloog

Kanker (met name huidkanker) komt meer voor na een niertransplantatie omdat alle medicijnen die afstoting proberen te voorkomen, tevens de afweer tegen kankercellen verminderen. Daarom het advies om uw huid te beschermen tegen overmatige blootstelling aan ultraviolette straling (zonlicht).

Als u getransplanteerd bent, gaat u na de transplantatie jaarlijks op controle bij de dermatoloog. Deze heeft een apart spreekuur ingericht voor niertransplantatiepatiënten.

Uroloog

Twee weken na de transplantatie wordt de dubbel-J verwijderd door de uroloog. Dit gebeurt tijdens de opname, of als u al naar huis bent poliklinisch op de functie afdeling urologie. De uroloog gaat de dubbel-j-stent verwijderen, die bij de niertransplantatie is ingebracht. Dit is een inwendig kathetertje van ongeveer 2 millimeter doorsnede dat in de urinebuis is ingebracht. Het kathetertje diende om urinelekkage en urinewegvernauwing te voorkomen en de afvoer van urine vanuit de transplantatienier naar de blaas veilig te stellen. Het verwijderen gebeurt via de plasbuis.

Diëtist

Na een niertransplantatie is een gezonde levensstijl belangrijk om hart- en vaatziekten te voorkomen.

Stoppen met roken, voldoende lichaamsbeweging en goede voeding (zoutbeperking) horen bij een gezonde levensstijl.



Medisch Maatschappelijk werk

Na de transplantatie blijft u misschien onzeker en angstig, ondanks uw goede nierfunctie. Uw omgeving verwacht dat u weer op eigen benen kunt staan. Samen met uw partner en uw sociale omgeving moet u weer een nieuw evenwicht vinden.

Medisch maatschappelijk werk kan u helpen door over uw onzekerheid en angst te praten en bij het zoeken naar het nieuwe evenwicht. Misschien vraagt u zich af of u weer aan het werk kunt. Daarnaast hebt u mogelijk vragen over een eventuele herkeuring of de nieuwe regels over arbeidsongeschiktheid. Met al deze vragen kunt u terecht bij het maatschappelijk werk.

Er wordt met u besproken of u weer aan het werk kunt en of daar aanpassingen nodig zijn.

Het maatschappelijk werk kan ook bemiddelen bij uw werkgever, uw toekomstige werkgever of bij de medewerkers van de GMD (keuringsarts of arbeidsdeskundige).

Nierbiopsieën

Bij iedere patiënt wordt 3 en 12 maanden na de transplantatie een nierbiopsie gedaan. Het doel van een biopsie is het vroegtijdig opsporen van afwijkingen aan de transplantatienier en mogelijke afstoting uit te sluiten.

Voor de nierbiopsie na 3 maanden wordt u voor 1 dag opgenomen op afdeling D5. Bij het 12-maanden biopt wordt de dag vóór de biopsie bloed geprikt en u krijgt een 24-uurs bloeddrukregistratiemeter mee naar huis. Ook voor deze dag moet u zich nuchter melden. Het onderzoek vindt plaats op afdeling Beeldvorming, met behulp van een echografie. De transplantatienier wordt aangeprikt en er worden stukjes weefsel uitgenomen voor onderzoek.

De biopsie vindt plaats onder plaatselijke anesthesie en duurt ongeveer 30 minuten. Na de nierbiopsie hebt u 6 uren bedrust in verband met het risico op een nabloeding.