



أعزائي أولياء الأمور والمرضى

استعدادًا لدخولك إلى عيادتنا، قمنا بتجميع معلومات مهمة لك حول العلاج والمتابعة في عيادة أمراض الكلى.

المتابعة في العيادة

ما هي إجراءات القبول في العيادة؟

- يجب عليك الذهاب إلى السكرتير للحصول على ملصقات المريض ورقم الموعد - هذا الرقم سوف يرافقك عند الاتصال لفحص الممرض وفحص الطبيب.
- عليك الانتظار حتى يتم الإعلان عن رقم قائمة الانتظار. سيظهر الرقم أيضًا على شاشة تقدم قائمة الانتظار.

ما هو معدل الزيارات للعيادة؟

- في الشهر الأول بعد الزراعة، 2-3 مرات في الأسبوع.
- في الشهر الثاني، 1-2 مرات أسبوع.
- المتابعة المستمرة ستكون حسب، يحتاج عادة مرة واحدة في الشهر.

ما هي أيام عمل عيادة زراعة الأعضاء؟

- تعمل عيادة زراعة الأعضاء يوم الأحد.
- تأكد من الذهاب إلى التدقيق في الوقت المحدد وإخطار مقدما عندما يمكنك الحضور.

ماذا تشمل المتابعة الطبية؟

- الفحص البدني والتقييم الطبي العام.
- ما وراء العلاج الطبي.
- إعطاء التعليمات الشخصية: الطبيه والسلوكيه.
- تخصيص وقت للإجابة على الاسئله والطلبات المريض والعائله.

ماذا تشمل متابعة الممرضة؟

- فحص العلامات الحيوية مثل نبض ضغط الدم، الوزن المرتفع/الطويل، اختبارات الدم، اختبارات البول وتقديرات مختلفة.
- تدريبات وإرشادات مختلفة حسب الحالة الطبية وأسئلتك.

متى يكون من المهم الاتصال بالطاقم العلاجي في العيادة أو طبيبك في المجتمع؟

ومن المهم إبلاغ الطبيب عند ظهور هذه الأعراض أو في أي تغيير آخر في الحالة العامة:

- الحمى
- قشعريرة
- الضعف
- تقشعر له الأبدان
- السعال
- التهاب الحلق
- الطفح الجلدي
- القيء
- الإسهال
- قلة الأكل والشرب
- أقلية / ألم / حرقان

متى يكون من المهم استشارة طبيب الكلى؟

- في حالة وجود شك حول علاج دوائي جديد يقدمه أطباء آخرون.
- لأي سؤال آخر مثل: هل يُسمح لي بالذهاب في رحلة إلى الشاطئ لإجراء العلاجات التجميلية المختلفة.

أي سؤال لديك مهم وسوف تتلقى إجابة - فلا تتردد في طرحه

كيف تتقدم بطلب للحصول على استشارة مع طبيب الكلى؟

في المساء تواصل مع طبيب أمراض الكلى،
من خلال قسم الطوارئ
عبر الهاتف: 03-9253777

في الصباح اتصل بأخصائي أمراض
الكلى من خلال العيادة
الهاتف: 03-9253692



من هم الموظفون الآخرون في العيادة الذين يمكنهم مساعدتك؟

- العيادة تحت تصرفكم فريق محترف متعدد التخصصات من المهن الصحية والإدارية.
- التحويل إلى أخصائي تغذية، أخصائي نفسي، أخصائي اجتماعي - حسب الحاجة أو بناء على طلب المريض وعائلته.
- لمعرفة حقوقك من التأمين الوطني، يمكنك التوجه إلى الأخصائية الاجتماعية في العيادة.

فحوصات

ما هو روتين الاختبار لمريض زرع الكلى؟

تحاليل الدم:

- تعداد الدم - للكشف عن العدوى المحتملة والآثار الجانبية لأدوية فقر الدم والمزيد.
- كيمياء الدم - يوريا الكرياتينين - لمراقبة وظائف الكلى والسكر (الجلوكوز) والأملاح في الدم وأنزيمات الكبد والمزيد.
- مستوى الدواء - لمراقبة وتعديل جرعة الأدوية المثبطة للمناعة.



المهم! لا تتناول الدواء المضاد للرفض في صباح يوم الاختبار، ولكن فقط بعد إجراء فحص الدم لمستوى الدواء في العيادة.

- فحص الدم للفيروسات - لتحديد الالتهابات الفيروسية الشائعة بين متلقي عمليات زرع الأعضاء.
- اختبار مستوى الأجسام المضادة لـ DSA - لاختبار وجود الأجسام المضادة ضد الكلية المزروعة.

توصية: قبل إجراء فحوصات الدم، يمكنك وضع كريم مخدر موضعي على الجلد. بإمكانك أن تطلب من الطبيب في العيادة أو من صندوق المرضى وصفة طبية لمزيج EMLA

اختبارات البول:

البول كالكلى وغيرها من اختبارات البروتين في البول

دواء

ماذا يجب أن أعرف عن الدواء؟

- مفتاح الحفاظ على الكلى هو تناول التساهل بشكل يومي دقيق ومتسق وصحيح.
- من المهم معرفة أسماء الأدوية ودورها وكيف ومتى يتم تناولها وأهم أعراضها الجانبية.
- من المهم غسل اليدين قبل وبعد تناول الدواء، وكذلك تحضير الدواء على سطح نظيف.
- ينصح باستخدام تطبيق يذكرك بتناول أدويةك في الوقت المحدد أو على صفحة الأدوية التي وصلت من القسم.
- يجب عليك إحضار أدويةك معك في يوم زيارتك للعيادة.

الأدوية الخاصة بي:

يتلقى معظم المرضى بروتوكولاً من الأدوية المضادة للرفض يتكون من أدوية:

1. بيوغراف \ مود غراف \ أد بغراف.
2. سال سيببت\مأورتيك.
3. بريديون \ دان لون \ بريد يزولون.

أدوية إضافية للنظر فيها الطبيب:

سيكلوسبورين (نيورال، سانديمون، ديكسيمون) سارتيكان (إيفيروليموس) رابيمون (سيروليموس).

prograf - أن تقرر مسبقاً كيفية تناول الدواء - مع الطعام أو بدونه والتأكد من تناول الدواء بهذا الشكل بانتظام. وهذا مهم في التأثير على امتصاص الدواء.

لا تتوقف عن العلاج الدوائي أو تغير الجرعة دون استشارة طبيب الكلى - فالتغير قد يسبب ضرراً للكلية المزروعة ويزيد من فقدان الكسب غير المشروع بسبب عملية الرفض.

تذكر! لا تأكل الجريب فروت أو تشرب عصير الجريب فروت، وكذلك الرمان واليوميلو، وتأكد من عدم وجود هذه المكونات في عصائر الفاكهة المختلفة أيضاً. وذلك لأن هذه الأورام الحميدة تغير بشكل كبير مستوى الأدوية مثل البروجراف والسيكلوسبورين

مهم جداً تناول الدواء المضاد للرفض باوقات ثابتة وحسب تعليمات الطبيب



ما هي التوصيات للمريض المزروع فيما يتعلق بالزائرين والبقاء في الأماكن العامة؟

في الأشهر الثلاثة التالية لعملية الزرع، يوصى بما يلي:

- التقليل من عدد زوار المنزل.
- تجنب زيارات أفراد العائلة أو الأصدقاء الذين لا يشعرون بصحة جيدة.
- تجنب البقاء في الأماكن المزدحمة والأماكن المغلقة والمزدحمة.



كيف تتجنب انتقال العدوى؟

اغسل يديك بالماء والصابون أو قم بتطهير يديك بالملعقة - تنتقل معظم العدوى عن طريق اليدين، لذا فإن الإجراء الأكثر أهمية في الوقاية من العدوى هو مراقبة نظافة اليدين.

ما أهمية ارتداء القناع الجراحي

يجب ارتداء قناع جراحي بحيث يغطي الأنف والفم للحماية من الالتهابات. وينصح بارتداء القناع لمدة تصل إلى شهر إلى شهر ونصف من تاريخ الزراعة وخاصة أثناء البقاء في غرفة الانتظار و غرف الفحص.

ماذا يجب أن أعرف عن اللقاحات

- يُسمح لمتلقي الزرع بتلقي اللقاحات، ولكن لا يُسمح باللقاحات الحية الموهنة.
- ينصح متلقي عملية الزراعة وأفراد عائلته بالحصول على لقاح الأنفلونزا كل عام.
- ينصح بالتطعيم ضد كورونا حسب إرشادات وزارة الصحة.
- يجب على الأشخاص الذين يعيشون على اتصال وثيق مع شخص مزروع ألا يحصلوا على لقاح شلل الأطفال على شكل قطرات.

من المهم أن تتذكر! يجب على كل متلقي للزرع استشارة طبيب أمراض الكلى في العيادة حول مدة التطعيمات الروتينية والتطعيمات المحددة.

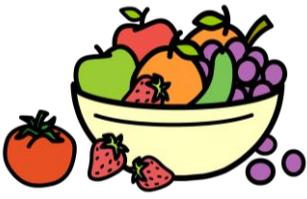
ما الذي يجب أن أعرفه عن نظافة الفم والعناية بالأسنان؟

- ينصح بمراجعة طبيب الأسنان وأخصائي صحة الأسنان مرتين على الأقل في السنة.
- يوصى بالانتظار لمدة تصل إلى 3 أشهر بعد الزراعة قبل علاج الأسنان أو علاج الأسنان (إلا في الحالة العاجلة).
- يجب على المرء الانتظار لمدة عام تقريباً بعد عملية الزرع قبل إجراء العلاجات التجميلية مثل تبييض الأسنان.
- قبل أي علاج لدى طبيب الأسنان أو علاج صحة الأسنان، يجب تناول المضادات الحيوية الوقائية قبل وصفة الطبيب.

لماذا من المهم ممارسة الرياضة وما هي التوصيات حول هذا الموضوع؟

- أثبتت الدراسات أن الحفاظ على نمط حياة صحي يتضمن النشاط البدني يزيد من بقاء الزرعة
- تساعد ممارسة الرياضة في التحكم في الوزن وتقوية العظام والعضلات وتحسين الوظيفة البدنية وزيادة الطاقة.
- خلال الأشهر الثلاثة الأولى ينصح بعدم القيام بمجهود بدني ثقيل يتطلب عمل عضلات البطن، مثل رفع حمولة تزيد عن 10 كيلوجرامات.
- يجب العودة إلى النشاط البدني تدريجياً مع التركيز على النشاط البدني الجيد والمتزايد (3 مرات على الأقل في الأسبوع لمدة 20-30 دقيقة).
- يُنصح بدمج النشاط البدني في الروتين اليومي أيضاً وليس فقط ممارسة الرياضة. أي نشاط بدني جيد ومتزايد، على سبيل المثال: المشي بدلاً من القيادة، صعود الدرج بدلاً من المصعد، إلخ.

يرجى ملاحظة: استشر طبيب أمراض الكلى دائماً قبل بدء البرنامج التدريبي.



ما هي التوصيات الغذائية؟

- من المهم اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن يحتوي على جميع العناصر الغذائية.
- يجب التقليل من الملح في الوجبات الخفيفة والأطعمة المصنعة والأطعمة المقلية.
- خاصة في الأشهر الأولى بعد الزراعة - يجب تجنب تناوله في الأماكن العامة والتأكد من تناول طعام نظيف وطازج ومطهي جيداً في المنزل.
- بعد عملية الزراعة، من المتوقع زيادة الوزن، بل وفي بعض الحالات يكون مرغوباً فيه، وتنتج زيادة الوزن عن مجموعة عوامل مختلفة، بما في ذلك تحسن وظائف الكلى، مما يؤدي إلى تحسن الشهية، وكذلك بسبب للعلاج بالأدوية (الستيرويدات). لكن من المهم تجنب زيادة الوزن الزائد.

سيكون اختصاصي التغذية في العيادة قادرًا على مساعدتك والإجابة على أسئلتك

لماذا من المهم أن تشرب؟

شرب الماء ضروري لجميع أجهزة الجسم، وينصح بالاحتفاظ دائماً بزجاجة للشرب واتباع تعليمات الطبيب فيما يتعلق بكمية الماء التي يجب شربها.

يتذكروا! لا تأكل الجريب فروت أو تشرب عصير الجريب فروت وكذلك البوملي والرمان، وتأكد من عدم وجود هذه المكونات في عصائر البقر المختلفة أيضاً، لأن هذه الفواكه تغير مستوى الأدوية بشكل كبير مثل البروجراف والسيكلوسمورين.

ما هي التوصيات للحماية من أشعة الشمس؟

- الأدوية المثبطة لجهاز المناعة تزيد من حساسية الجلد لأشعة الشمس مثل:
- ينصح باستخدام مستحضرات حماية البشرة قبل التعرض لأشعة الشمس.
- يجب عليك ارتداء قبعة ونظارة شمسية وقميص طويل الأكمام.
- يجب تجنب التعرض لأشعة الشمس لفترة طويلة أو خلال ساعات الذروة.



هل مسموح بالحيوانات الأليفة في المنزل؟

يُسمح بالاحتفاظ بالحيوانات الأليفة مثل: الكلاب والقطط والأسماك (لا يجوز إطلاق النار على الكلاب والقطط إلا إذا كان عمرها أكثر من 6 أشهر) لا ينصح به - الزواحف والكتاكيت والحيوانات البرية



قد يكون الحيوان وسيلة جيدة للتعبير عن المشاعر للتعامل مع المرض، ولكن في نفس الوقت من المهم مراعاة بعض قواعد الحذر:

- يجب غسل اليدين بالماء والصابون بعد كل ملامسة للحيوان
- يجب تجنب ملامسة فضلات الحيوانات قدر الإمكان
- يجب الحرص على تنظيف أرباع الحيوان بشكل متكرر
- من الأفضل أن يتم تنظيف القفص/الحوض من قبل شخص آخر وليس من قبل الشخص المزروع، إذا لم يكن هناك شخص آخر للتنظيف، يجب عليك استخدام القفازات وغسل يديك جيداً بعد التنظيف.
- عندما يكون الحيوان مريضاً يجب أخذه إلى الطبيب البيطري في أسرع وقت ممكن واستشارة هل يجب فصل الحيوان المزروع عن الحيوان
- من المهم أن يتم تحصين الحيوان بشكل كامل (لا توجد خطورة من إعطاء الحيوان لقاح حي مضعف)

العودة الى الوضع الطبيعي



متى يكون من الممكن العودة إلى الروتين - بيئة تعليمية أو عمل?
عادة ما تكون العودة إلى البيئة التعليمية ممكنة بعد 2-3 أشهر من
عملية الزرع.

إن العودة إلى الإطار التربوي أمر مهم وضروري لنمو الأطفال.
يحق لك الحصول على المرافقة والمساعدة في الإطار التعليمي للطفل.

فالمتابعة المنتظمة وتنفيذ التوصيات أمر في غاية الأهمية للحفاظ على صحتهم.
من المهم أن تعرف أن المحتويات المكتوبة في هذه النشرة لا تشكل رأيًا طبيًا أو بديلًا عن
استشارة الطبيب.

موظفو العيادة متواجدون للرد على أي أسئلة وتقديم المشورة الشخصية.

أيام عمل العيادة - الأحد والثلاثاء والخميس

هاتف: 03-9253692 | فاكس: 03-9253511 | البريد الإلكتروني: nephro-sch@clalit.org.il

أتمنى لك صحة جيدة

طاقم معهد أمراض الكلى - مركز شنايدر لطب الأطفال

كتابه:

جيلي كورين هي الممرضة المسؤولة في عيادة أمراض الكلى والدكتور شيلي ليفي هو طبيب كبير في معهد
أمراض الكلى، مركز شنايدر لطب الأطفال.

نصيحة طبية:

البروفيسور دانيال لاندواو مدير معهد أمراض الكلى والدكتورة هداس الفنداري. طبيب أول في معهد أمراض
الكلى، مركز شنايدر لطب الأطفال.

ترجمه للعربية: ساهر زيد

أغسطس 2023