

SURGICAL EXPERTS

Después de la donación renal: ¿Qué necesito saber?

Clínica de Trasplante Renal
www.surgicalexperts.mx

Gracias por tu generoso regalo.

Este folleto le proporcionará información sobre qué estará esperando en el futuro, tanto de inmediato como más allá. Si tienes preguntas o inquietudes, no dude en comunicarse con el equipo de donantes vivos.

Dieta saludable

A menos que se indique lo contrario, puede reanudar su dieta habitual. Evite las dietas altas en proteínas. Su apetito puede ser menor de lo normal. Come cuando tengas hambre. Concéntrese en los líquidos. Es importante mantenerse hidratado.

Actividad/Ejercicio

Puede conducir una vez que ya no esté tomando analgésicos narcóticos y una vez que su cirujano lo autorice (generalmente en la cita de seguimiento de 7 a 10 días).

No levante nada que pese más de 2.5kg durante 6 semanas después de la cirugía. No realice ningún ejercicio abdominal extenuante (como ejercicios abdominales) durante al menos 8 semanas después de la cirugía.

48 HORAS

- Es posible que tenga algunas molestias en el hombro y el pecho durante hasta 48 horas después de la cirugía. Esto es causado por el dióxido de carbono, el cuerpo absorbe el dióxido de carbono.

3 DÍAS

- Si ve material de sutura (parece hilo de pescar) sobresaliendo se puede cortar al nivel de la piel con un cortaúñas

2 SEMANAS

- Sus incisiones han sido cerradas usando un hilo de sutura absorbente, que corre justo debajo de la piel y no requiere remoción.
- Además, sus incisiones son reforzadas usando pedazos de cinta especial llamada Steri-Strip. Puede ducharse con el Steri-Strip colocado y no es necesario cubrirlos. Simplemente deje correr agua jabonosa tibia a través de ellos. Las tiras se pueden quitar después de 2 semanas si aún no se han desprendido por sí solas. Alternativamente, se usará pegamento para la piel para cubrir las incisiones en lugar de Steri-Strip. Este pegamento se disolverá y se descascarará en las próximas semanas.

2-4 SEMANAS

- No sumerja sus incisiones en una piscina o bañera hasta que estén completamente curadas, generalmente en 2 a 4 semanas.
- Es normal que se sienta fatigado, tenga dolor/dolor alrededor de la incisión, un cambio en los hábitos intestinales, o pérdida de apetito. La mayoría de estos síntomas deben resolverse en 1 a 2 semanas, aunque la fatiga puede requerir de 4 a 6 semanas para resolverse por completo.

Llámenos si experimenta alguno de los siguientes:

- Fiebre > 38 grados
- Ardor al orinar u orina inusual.
- Hinchazón o sangrado significativo en el sitio de la incisión
- Aumento repentino del drenaje de la herida, especialmente si está por encima de la piel.
- Dolor en su incisión que no se resuelve después de dos meses
- Dificultad para respirar o hinchazón de las piernas
- Empeoramiento del dolor que no se controla con el con analgésicos,

Si tiene alguno de los signos y síntomas anteriores o experimenta cualquier otro problema, por favor, póngase en contacto con nosotros inmediatamente.

El manejo del dolor

Le proporcionaremos una receta para un analgésico narcótico. Los analgésicos narcóticos pueden provocar estreñimiento. No está obligado a tomarlo. Si lo toma, no conduzca ni beba alcohol, ya que la combinación de ambos puede provocarle somnolencia. Como alternativa, puede tomar Paracetamol según las indicaciones. El paracetamol NO es un AINE.

Inicio Medicamentos y Suplementos

A menos que se indique lo contrario, los medicamentos para la alergia, los antidepresivos, la aspirina (dosis baja), los agentes para reducir el colesterol, las multivitaminas una vez al día y los medicamentos para la tiroides son seguros para reanudar de inmediato. Si está tomando medicamentos para la presión arterial, recibirá instrucciones específicas sobre cuándo reanudarlos.

Es importante tener evacuaciones regulares. Usted será provisto de ablandadores de heces para ayudar a prevenir el estreñimiento. Estos medicamentos están disponibles sin receta si necesita algún suministro adicional.

Ciertos suplementos a base de hierbas pueden causar lesiones renales. Por favor, no comience ni reanude ningún suplemento de hierbas sin comunicarse con el equipo de trasplante. Si toma una píldora anticonceptiva oral a base de estrógeno, le recomendamos esperar al menos 30 días antes de reanudarlo.

Los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos, también conocidos como AINE, son medicamentos de venta libre y recetados que comúnmente se utilizado para tratar síntomas tales como dolores y molestias, artritis, gripe, fiebre, dolores de cabeza o dolor de garganta. Los AINE genéricos comunes incluyen ibuprofeno, naproxeno, celecoxib, diclofenaco, indometacina y muchos otros. La aspirina es un AINE cuando se usa en una dosis lo suficientemente alta para tratar el dolor. Hay muchos AINE disponibles y un farmacéutico es la mejor persona para preguntar si un medicamento en particular se considera un AINE o no.

AINE y los riñones

Como todos los medicamentos, los AINE tienen efectos secundarios. A veces, los AINE pueden causar problemas renales. Los AINE interfieren con la producción de prostaglandinas, lo que puede provocar una reducción del flujo sanguíneo a los riñones, especialmente en pacientes deshidratados. En raras ocasiones, los pacientes pueden desarrollar una reacción alérgica a los AINE dentro de los riñones, lo que puede provocar inflamación y daño renal.

¿Puedo tomar AINE?

Recomendamos evitar los AINE inmediatamente después de la donación. Le recomendamos que evite el uso diario/regular y evite las dosis altas de AINE. Creemos que los AINE utilizados en una dosis de venta libre recomendada administrados durante 1 o 2 días probablemente sean seguros y bien tolerados por la mayoría de los donantes de riñón en vida.

NO use AINE si tiene más de 65 años, toma medicamentos para la presión arterial, tiene una enfermedad que le provoca deshidratación o no puede mantener una ingesta adecuada de alimentos y agua.

No existen estudios científicos bien realizados que evalúen la seguridad de los AINE en donantes de riñón. Las recomendaciones anteriores son de naturaleza general y, a la larga, debe hablar sobre el uso de AINE con su médico que se lo recetó.

Seguimiento médico después de donar

Como mencionamos antes, es increíblemente importante que haga un seguimiento con nosotros después de la donación, por dos razones principales:

- ¡Queremos asegurarnos de que esté sano y que el riñón que le queda funcione bien!
- Protocolos de calidad exigen que hagamos un seguimiento con todos los donantes vivos a los seis meses, un año y dos años después de la donación.

Deberá realizarse un seguimiento, que consiste en análisis de laboratorio (sangre y orina) y un cuestionario del donante (incluido el peso y la presión arterial). De acuerdo con su fecha de donación:

- Seguimiento de seis meses
- Seguimiento de un año
- Seguimiento de dos años

También le recomendamos que haga un seguimiento anual con su médico de atención primaria después de la donación de riñón.

Preguntas frecuentes de seguimiento

Mis resultados de creatinina/eGFR no están en el rango "normal". ¿Tengo Enfermedad Renal Crónica? ¿Debería preocuparme?

¡Usted donó uno de sus dos riñones! Esto significa que su función renal total ha disminuido. En promedio, terminará con alrededor del 30% menos GFR (tasa de filtración glomerular o simplemente función renal) que su línea de base antes de la cirugía. Esto puede llevar a que un nivel de creatinina y/o eGFR analizado en sus laboratorios de rutina estén fuera del rango "normal". Este NO significa que tenga "Enfermedad renal crónica", y si los números permanecen estables (incluso fuera del rango "normal") y en ausencia de proteína en la orina, su función renal permanecerá estable y el riesgo de progresión a tener enfermedad renal es mínima. El equipo controlará sus valores de creatinina y GFR en sus plazos de seguimiento y se comunicará con usted si sus resultados son preocupantes. Los donantes y/o sus médicos primarios pueden comunicarse con el equipo si tienen más preguntas o inquietudes sobre los resultados de laboratorio.

¿Cuándo puedo volver a casa después de la cirugía?

Si necesita volar a casa o conducir una larga distancia, le recomendamos que se quede en el área hasta después de su cita de seguimiento de 7 a 10 días. Tenga en cuenta que los períodos prolongados en los que no se mueve mucho (por ejemplo, sentarse en el asiento de un avión o conducir durante varias horas seguidas) aumentan el riesgo de desarrollar coágulos de sangre en las piernas, por lo que queremos que tome descansos frecuentes para dar una vuelta.

¿Cuándo puedo conducir?

Sentarse erguido (especialmente con el cinturón de seguridad sobre el regazo) puede ser incómodo después de la cirugía. Recomendamos que los donantes esperen hasta que reciban la autorización del cirujano donante para volver a conducir. Los donantes NO deben conducir mientras toman analgésicos narcóticos.

¿Cuándo puedo volver al trabajo?

No hay una respuesta única para esta pregunta; mucho dependerá de lo que haga en el trabajo y de cómo se sienta durante su recuperación. Si puede trabajar desde casa o trabajar días más cortos inicialmente, es posible que pueda volver a trabajar unas semanas después de la cirugía. Si su trabajo implica levantar objetos pesados o mucho esfuerzo físico, queremos que espere al menos de 6 a 8 semanas para permitir que las incisiones sanen. Si tiene alguna pregunta durante su recuperación o necesita completar algún papeleo para su trabajo, comuníquese con el equipo de donantes.

Nuevamente, muchas gracias!

Mas información:

Surgical Experts - Clínica de Trasplante Renal
surgicalexperts.mx

Consultorio #1, Clínica de Hemodiálisis, Christus Muguerza.
Calzada San Pedro #350, San Pedro Garza García, Nuevo León, México.

Consultorio #512, Hospital Christus Muguerza Sur.
Carretera Nacional 6501, Monterrey, Nuevo León, México.