

Leitfaden für Patienten

Zum stationären Aufenthalt nach Transplantation

Für jeden, der zu einer Organtransplantation ins Krankenhaus einbestellt wird, bedeutet dies eine besondere Belastung. Auch wenn im Rahmen der unter Umständen langen Wartezeit viele Fragen geklärt worden sind und die Patienten sich zum Teil sehr ausführlich mit der Transplantation befasst haben, werden doch häufig die Fragen rund um den anstehenden Krankenhausaufenthalt entweder nur am Rande gestreift oder ganz vergessen.

Daher hat es sich als hilfreich herausgestellt, den Patienten schon im Vorfeld einen Leitfaden an die Hand zu geben, der sich mit diesen Fragen befasst. Erfahrungsgemäß empfinden die meisten Patienten die Herausgabe dieses Leitfadens als sehr positiv. Er bietet ihnen und ihren Angehörigen Sicherheit und gibt ihnen die Möglichkeit, sich aktiv an der Vorbereitung zur Transplantation zu beteiligen. Er gewährleistet außerdem, dass sich die Patienten in der Zeit zu Hause zwischen der Entlassung und dem ersten Nachsorgetermin in der Ambulanz an die – in der Regel mündlich gegebenen – Anweisungen aus dem Krankenhaus halten.

Der hier abgedruckte Leitfaden ist als Flyer gefaltet. Den Autorinnen ist wichtig, die Patienten mit den nötigen Informationen zu versorgen, dies aber kurz und knapp zu halten. Handbücher zum Thema Transplantation sind genügend im Umlauf, dienen aber der Lektüre zu Hause. Der Flyer ist als Leitlinie für den alltäglichen Gebrauch in der Anfangszeit um die Transplantation gedacht und kann problemlos in der Handtasche oder Hosentasche mitgeführt werden.

Dorothee Lamann, Ute Suhr, Carola Pörschke, Krankenschwestern, Universitätsklinikum Münster

Sehr geehrter, lieber Patient!

Sie haben sich auf die Warteliste zur Nieren-, Bauchspeicheldrüsen- oder Lebertransplantation setzen lassen. Leider kann niemand Ihre genaue Wartezeit vorhersagen; wir wünschen Ihnen, dass sie sich so kurz wie möglich gestaltet. Vorab schon einmal einige Informationen, die Ihnen helfen, wenn „es losgeht“.

Es ist soweit

Sie werden angerufen und gebeten, möglichst sofort zu uns in die Klinik zu kommen. Bringen Sie bitte eine aktuelle Medikamentenliste und eine Kulturtasche mit folgendem Inhalt mit:

- eine neue Zahnbürste und eine neue Tube Zahncreme
- ein neuer Kamm oder eine neue Haarbürste
- ein Elektrorasierer oder Einwegrasierer, der sich leicht reinigen lässt
- ein Paar abwaschbare Badelatschen

Alles andere wie Kleidung, Handtücher, Bademantel etc. wird in der ersten Zeit aus hygienischen Gründen von uns gestellt! Ihr erster Weg führt

Sie in die Poliklinik der Allgemeinchirurgie in der Waldeyerstr. 1, 1. Etage links. Zunächst erfolgt eine umfangreiche Blutentnahme und eine gründliche Untersuchung. Nach Abschluss aller Vorbereitungen begleiten wir Sie entweder direkt in den OP oder für eine kurze Zeit auf die Station. Nach der Transplantation werden Sie in der Regel direkt auf die Station gebracht.

Auf der Station

Sie werden an einen Monitor angeschlossen, der Ihre Körperfunktionen kontinuierlich überwacht. Außerdem haben Sie einen Blasenkatheter bekommen, der den Urin kontrolliert ablaufen lässt und Ihnen möglicherweise Probleme bereiten kann, wie Blasenschmerzen und ständigen Harndrang, obwohl der Urin abläuft. Diese Beschwerden vergehen nach einiger Zeit.

Sie bekommen bestimmte Medikamente, so genannte Immunsuppressiva, die eine Abstoßung des Organs verhindern sollen, sowie Cortison. Alle sonstigen Medikamente die Sie benötigen, dazu zählen auch Schmerzmittel, erhalten Sie ebenfalls.

Zur Beachtung

- Wegen der hohen Cortisongabe zu Beginn dürfen Sie Ihr Zimmer erst verlassen, wenn der Arzt es erlaubt.
- Sie dürfen das Zimmer nur mit Mundschutz verlassen.
- Alle Besucher dürfen die Station nur nach Aufforderung und in Schutzkleidung betreten.
- In den ersten Tagen bitte nur Besuche von den engsten Angehörigen. Pro Patient immer nur zwei Besucher. Kinder unter 14 Jahren und Personen mit Infektionen (Erkältung etc.) dürfen die Station nicht betreten.
- Eine exakte Bilanzierung (Einfuhr an Trinkmenge – Ausscheidung von Urin) ist notwendig, deshalb ist tägliches Wiegen vor dem Frühstück und das Einhalten der verordneten Trinkmenge sehr wichtig.
- Bitte keine Lebensmittel mitbringen lassen, auch kein frisches Obst und keine Blumen.
- Mitgebrachte Bücher sollten immer eingeschweißt und Zeitungen immer unten aus dem Stapel entnommen worden sein.

Bei der Entlassung

Am Tag der Entlassung bekommen Sie mehrere Dinge mit:

- eine Medikamentenliste
- Medikamente (besonders Immunsuppressiva) für den Tag oder das Wochenende
- die Telefonnummer der Station. Notieren Sie sich den Namen eines Ansprechpartners. Die Telefonnummer der Ambulanz erhalten Sie bei Ihrer ersten Vorstellung.

Bitte nehmen Sie vorher alle Medikamente ein und frühstücken Sie wie gewohnt. Beachten Sie, Ihre Immunsuppressiva wegen der Blutentnahme noch nicht einzunehmen, bringen Sie die Tabletten aber mit.

Zu Hause

Lassen Sie sich Zeit, überfordern Sie sich nicht, der Alltag hat Sie schnell genug wieder! Ein paar Tipps für den Alltag:

- Medikamente immer mindestens für 24 Stunden im Voraus richten!
- Feste Einnahmezeiten für die Immunsuppression einplanen und einhalten!
- Den eigenen Tagesrhythmus berücksichtigen: Bedingung ist eine regelmäßige Einnahme (zwölf Stunden Abstand zwischen Morgen- und Abenddosis).
- Lassen Sie bitte Ihren Anrufbeantworter immer eingeschaltet sodass wir die Möglichkeit haben, Ihnen bei Bedarf eine Nachricht zu hinterlassen.
- Einmal täglich wiegen!
- Regelmäßig Blutdruck- und Ausführkontrolle, gegebenenfalls Blutzucker.
- Als Gedächtnisstütze: alles in ein Heft eintragen, auch Änderungen in der Medikamenteneinnahme und Fragen an den Arzt etc.
- Bitte von Menschenmengen fernhalten (Grippezeiten, Busfahrten, Winter), Einkäufe nicht zu „Stoßzeiten“ erledigen, Großveranstaltungen meiden.
- Keine Topf- oder Gartenpflanzen umtopfen oder umsetzen, auch später nur mit Handschuhen.
- Haustiere sind erlaubt, sie dürfen aber nicht mit ins Bett. Kein intensiver Hautkontakt.

Ernährung, Sport

- Prinzipiell ist alles erlaubt, aber bitte im ersten Vierteljahr Vorsicht bei Rohmilchprodukten aller Art, rohes Obst und Gemüse gründlich waschen und schälen.
- Schwimmbad, Sauna: bitte erst den Arzt fragen.
- Sport: Haben Sie sich vorher sportlich betätigt, können Sie Ihre Sportart nach Absprache mit dem Arzt wieder aufnehmen. Auch „fiten“ Neueinsteigern steht Sport offen. Adressen von Verbänden bekommen Sie in der Ambulanz.