

- Regresará a su casa con recetas de medicamentos para el dolor para tomar por la boca. Puede tomarlos durante las primeras dos semanas después de la cirugía si los necesita para el dolor de la incisión.
- No tome ningún medicamento de venta sin receta (esto incluye vitaminas, hierbas y suplementos) sin antes leer la guía sobre medicamentos de venta libre en su carpeta del trasplante. Si tiene preguntas, llame al equipo del trasplante.
- Nunca deje de tomar sus medicamentos inmunosupresores o anti-rechazo ni ajuste la dosis sin hablar primero con su coordinador o médico del trasplante. Si vomita después de tomar sus pastillas y no ve nada de medicamento en el vómito, no repita la dosis. Si ve sus medicamentos, puede volver a tomar las pastillas. Si los vómitos continúan, llame a su coordinador del trasplante.

- Lleve su tarjeta de medicamentos a todas sus citas en la clínica para que se puedan anotar todos los cambios.

Atención de seguimiento

- Durante las 6 semanas siguientes, tendrá que ver a uno de sus médicos una vez por semana. En el momento del alta, le darán sus citas de seguimiento. Durante esas seis semanas también deberán hacerle análisis de sangre dos veces por semana.
- También es muy importante que reciba una buena atención médica de rutina y que tome ciertas precauciones cuando reciba cuidados. Lea la importante sección sobre otros proveedores de cuidados de salud en su carpeta del trasplante.

Signos de peligro

- A veces ocurren complicaciones. Según el tipo de cirugía que le hayan hecho, preste atención a los siguientes signos de peligro. Si cualquiera de ellos ocurre, llame de inmediato al coordinador del trasplante. Fuera del horario de atención al público, hay alguien disponible las 24 horas al día, los 7 días de la semana llamando al (617) 632-9700. **La operadora llamará al enfermero o médico de turno. Si tiene una emergencia, llame siempre al 911.**

Trasplante de riñón, hígado o páncreas

- temperatura de 101 °F o más alta
- diarrea, náuseas, cólicos estomacales o vómitos fuertes
- enrojecimiento, hinchazón o dolor alrededor de la incisión
- secreción roja brillante o maloliente en la herida
- vuelve a tener hinchazón en la cara, las manos o los pies, o dificultad para respirar
- síntomas de tipo gripal como escalofríos, dolor de articulaciones, dolor de cabeza o mucho cansancio
- problemas al orinar como dolor, ardor u orinar con mucha frecuencia
- niveles de azúcar en la sangre de más de 400 (si le dan el alta del hospital con insulina, consulte también el folleto que le dio su enfermero)
- tos con flema, con fiebre o escalofríos
- dificultad para respirar con dolor de pecho (llame al 911)

Trasplante de hígado

- quizás no tenga ningún síntoma de rechazo al trasplante de hígado

Trasplante del riñón

- hinchazón de las manos o la cara
- menos volumen de orina
- sensibilidad en la región del riñón

Trasplante de páncreas

- cualquier nivel de azúcar en la sangre de más de 200
- sensibilidad en la región del páncreas

Instrucciones generales de alta

Videos educativos para pacientes de trasplante

El Comité de Educación sobre Trasplantes de BIDMC desea informarle de un recurso educativo para usted y su círculo de apoyo. Recomendamos que los pacientes de trasplante y las personas que los cuidan vean el DVD disponible en el hospital o visiten el sitio web del Instituto de Trasplantes de BIDMC para ver videos educativos:

www.bidmc.org/transplantvideos

Hablemos de trasplantes: Habilidades de supervivencia con su nuevo órgano

El propósito de este video es enseñarle “habilidades de supervivencia” para el regreso a su hogar después del trasplante. Le recomendamos que mire estos videos con sus familiares y amigos. Los temas incluyen instrucciones generales de alta después de una cirugía, medicamentos y dieta después de un trasplante de órgano sólido.

Hemos creado este programa para facilitarles el aprendizaje. No cubre toda la información. Se debe usar junto con la carpeta “El cuidado de su trasplante” (“Caring for your Transplant”, en inglés) y las sesiones educativas ofrecidas por su equipo médico. El equipo de trasplante incluye a médicos, cirujanos, enfermeros, farmacéuticos, trabajadores sociales y a menudo a nutricionistas y fisioterapeutas.

Su equipo de trasplante espera ofrecerles orientación y apoyo a usted y su familia en cada etapa de este proceso.

Si tiene cualquier pregunta o preocupación, llame a su coordinador de trasplante.

Gracias por su atención. Nuestros mejores deseos,

Comité de Educación sobre Trasplantes de BIDMC

**Para necesidades 24/7, comuníquese con el Instituto de Trasplantes:
Lowry Medical Office Building, 7.º piso
110 Francis Street, Boston, MA 02215
617-632-9700**

Después de su cirugía de trasplante

Esta hoja contesta algunas preguntas o inquietudes comunes que usted o su familia podrían tener después de su cirugía de trasplante. Si tiene otras preguntas o no entiende algo de su operación, llame a su enfermero coordinador.

Cómo continuar con su recuperación

Esta “Carpeta del trasplante” tiene mucha información detallada sobre la recuperación de una cirugía de trasplante. Por favor tómese el tiempo para leerla. También conviene que la lean sus familiares o personas que lo(a) cuiden en su casa. Algunos puntos importantes para asegurar una recuperación exitosa:

- En preparación para el alta necesitará un monitor de presión arterial, un termómetro y una báscula.
- Pésese y tómese la temperatura y la presión arterial a la misma hora todos los días. Anote los resultados en su diario. Si tiene una temperatura de 101 °F o más alta, o aumenta más de 3 libras en 2 días, llame a su médico.
- Si es necesario que vuelva a medir sus niveles de azúcar en la sangre o a administrarse insulina en el hogar, se lo diremos. Los receptores de un trasplante de hígado tienen que tomar prednisona durante unos dos meses después del trasplante. Algunos receptores de trasplantes de riñón también tienen que tomar prednisona después del trasplante. La prednisona puede aumentar los niveles de azúcar en la sangre.
- Llame a su coordinador del trasplante si tiene cualquier resultado anormal de los signos vitales o niveles altos de azúcar en la sangre.
- Planee con antelación para que nunca se le acaben los medicamentos inmunosupresores o antirechazo. Llame al farmacéutico con 5 a 7 días de anticipación para que sus medicamentos estén disponibles y listos antes de que se le acaben.
- Para reponer medicamentos, llame al coordinador de trasplantes de lunes a viernes en el horario de atención al público. Sin embargo, si necesita reponer un medicamento antirechazo en un fin de semana, llame al coordinador de trasplantes de turno, no espere al lunes. Recuerde que a veces es difícil conseguir estos medicamentos durante un fin de semana por razones de seguro. **PLANEE CON ANTICIPACIÓN.**
- Si no puede tomar un medicamento, dígaselo de inmediato a su médico. Por ejemplo, si tiene

náuseas o no puede tomar un medicamento por otro motivo, infórmelo sin demora.

- Si tiene que estar cerca de una persona resfriada o con gripe, recuerde que lavarse las manos con frecuencia es la mejor manera de prevenir la propagación de gérmenes. Tanto usted como la persona enferma deben lavarse las manos a menudo, ya sea con agua y jabón o, si no hay suciedad visible en las manos, con un limpiador de manos a base de alcohol.
- No fume. Fumar aumenta el riesgo de contraer una infección respiratoria y la probabilidad de que su órgano nuevo falle.
- Si necesita una inmunización, para viajar o como parte de su cuidado de rutina, asegúrese de que no le den ninguna vacuna con virus vivos. El médico o la enfermera que le aplique la vacuna podrá decirle si contiene o no virus vivos. Consulte siempre con su equipo del trasplante.
- Usted no debe recibir ninguna vacuna durante los primeros 3 meses después del trasplante ni durante los primeros 3 meses después del tratamiento de un episodio de rechazo. La inyección anual de la vacuna contra la gripe se recomienda siempre y cuando hayan pasado 3 meses de su trasplante.
- También puede haber restricciones en su dieta. Lea las pautas de alimentación en la sección de nutrición. Su medicación aumenta el riesgo de contraer una infección a través de los alimentos.
- Es importante que le pregunte a médico si puede consumir alcohol. Las personas que han recibido un trasplante de hígado no pueden beber nada de alcohol porque puede dañar el hígado trasplantado. Las personas que han recibido un trasplante de riñón o páncreas tal vez puedan tomar una bebida alcohólica ocasionalmente, tres meses después del trasplante. Consulte siempre esto con su médico.
- No coma toronjas ni tome jugo de toronja, ya que puede afectar la acción de algunos medicamentos.

Actividad

- No conduzca hasta que haya dejado de tomar medicamentos para el dolor y se sienta capaz de responder a una emergencia.
- Puede subir escaleras.
- Puede salir al aire libre. Evite viajar grandes distancias.
- Durante 6 semanas, no levante más de 10 a 15 libras de peso. Éste es el peso aproximado de un

maletín o una bolsa de compras. Esto incluye alzar a niños, pero se pueden sentar en su regazo.

- Puede empezar a hacer un poco de ejercicio liviano cuando se sienta capaz de hacerlo. Para mayor información, lea la sección sobre pautas de actividad de su carpeta.
- Por lo general se permite nadar después de 4 a 6 semanas, siempre que la incisión haya cicatrizado por completo. Antes de ir a nadar, confirme con su equipo del trasplante que puede hacerlo.
- Después de 6 semanas puede empezar a hacer ejercicio más intenso, pero use el sentido común y empiece despacio.
- Puede reanudar la actividad sexual cuando se sienta en condiciones de hacerlo.
- Pasar mucho tiempo bajo el sol aumenta el riesgo de cáncer de piel en todas las personas. Los medicamentos que usted toma aumentan su riesgo de tener cáncer por los efectos dañinos de la exposición al sol. Evite pasar mucho tiempo bajo el sol. Cuando esté al sol, use en todo momento una pantalla solar. Use prendas de mangas largas y un sombrero de ala ancha.

Cómo puede sentirse

- Tal vez sienta debilidad o agotamiento durante 6 semanas. Duerma siestas con frecuencia. Incluso las tareas simples pueden causarle agotamiento.
- Quizás sienta dolor de garganta por el tubo que le colocaron durante la cirugía.
- Tal vez tenga dificultad para concentrarse o para dormir. Podría sentirse deprimido(a).
- Quizás note que tiene poco apetito o que la comida no tiene el mismo sabor. Esto está relacionado con sus medicamentos nuevos. Mejorará en unas semanas.
- Todos estos sentimientos y reacciones son normales y deberían desaparecer en poco tiempo. Si no se pasan, dígaselo a su enfermero o médico.

Su incisión

- Su incisión podría estar ligeramente rojiza alrededor de los puntos o las grapas. Esto es normal.
- Puede lavar delicadamente el material reseco alrededor de la incisión.

- Si le han colocado steri-strips (tiritas delgadas de cinta adhesiva sobre la incisión), no las saque durante 2 semanas. Si se desprenden solas antes, está bien.
- Es normal sentir un reborde firme a lo largo de la incisión. Esto desaparecerá.
- Tal vez sienta poco de insensibilidad alrededor de la incisión. Esto es normal.
- Evite exponer la incisión a la luz solar durante 6 a 12 meses.
- No aplique ningún ungüento o polvo a la incisión a menos que se lo hayan recomendado.
- Tal vez note una pequeña cantidad de líquido claro o ligeramente rojizo que mancha el vendaje o su ropa. Si las manchas son abundantes, llame a su coordinador del trasplante.
- Puede ducharse. No se bañe en una tina hasta que su herida haya sanado completamente y esté cerrada. Si tiene preguntas, consulte con su enfermera.
- En los próximos 6 a 12 meses, su incisión se volverá más clara y menos prominente.

Intestinos

- El estreñimiento es un efecto secundario común de medicamentos como el Percocet o la codeína. Si es necesario, puede tomar un ablandador de heces o un laxante suave. Lea la sección sobre medicamentos de venta libre en su carpeta de trasplante.
- Si tiene dificultad o dolor al defecar, por favor llame a su coordinador del trasplante.
- Si tiene diarrea, no tome medicamentos antidiarreicos. Beba muchos líquidos pero evite el Gatorade y otros suplementos de electrolitos porque podrían alterar los análisis de laboratorio. Si la diarrea no mejora en 1 a 2 días, llame a su coordinador del trasplante.

Medicamentos

- Siga el régimen de medicación indicado en la tarjeta de medicamentos que le dieron en el hospital. No siga tomando los medicamentos que tomaba antes del trasplante si no aparecen en su nuevo régimen de medicación. Si no está seguro(a) de qué medicamentos tomar, llame a su coordinador del trasplante. Es importante que usted comprenda bien qué medicamentos debe tomar y cuándo.