

زرع الكلى - أ خيارات العلاج



ما هو زرع الكلى؟

عندما يصبح القصور الكلوي متقدماً جداً، تصبح الكلى متضررة لدرجة أنها لا تتمكن من القيام بوظائفها. إن زرع الكلى هو علاج للقصور الكلوي ولكنه لا يشكل شفاء. يوفر زرع الكلى حياة أكثر نشاطاً وأطول، وتحرر من غسيل الكلى ومن قيود الحمية الغذائية. لكن كلفتك الجديدة تحتاج إلى عناية مدى الحياة.

الكلى المزروعة تأتي من متبرعين أحياء أو متوفين. الشخص الذي يحصل على الكلى هو المتلقي والشخص الذي يعطي الكلى هو الواهب. يمكن للواهب أن يكون من الأقارب أو الشريك أو أحد الأصدقاء المقربين. الواهبين المتوفين هم أشخاص قرروا منح أعضاءهم بعد الوفاة. لمزيد من المعلومات، انظر إلى المنشورة عنالوقائع بعنوان "القرار بأن تكون واهب كلية حي"، أو "هبة الكلى الحية" أو "وهب الأعضاء والأنسجة والزرع".

من يمكنه زرع كلية؟

يمكنك أن تخضع لعملية زرع الكلى إذا كانت حالتك الطبية مناسبة ووضعك الصحي مستقر خلال المدة التي تخضع فيها لغسيل الكلى. إذا كانت الكلية المزروعة من واهب حي، غالباً ما تستطيع الخضوع لعملية الزرع قبل أن تبدأ بغسيل الكلى. لمزيد من المعلومات، انظر إلى المنشورة عنالوقائع بعنوان "غسيل الكلى" أو "غسيل الكلى الصفاقي".

لسوء الحظ إن عملية زرع الكلى لا تناسب جميع الأشخاص. إذا كنت تعاني من مشاكل طبية أخرى كبيرة، يشكل غسيل الكلى أفضل علاج لك. إن العوامل المؤثرة هي:

- موافقتك على فكرة الزرع.
- صحتك العامة، بغض النظر عن القصور الكلوي.
- استعدادك للخضوع للاختبارات والعملية الجراحية.
- استعدادك لمتابعة العلاج بالأدوية مدى الحياة.



هل يتم زرع الكلى بنجاح؟

إن عمليات زرع الكلى تتم بنجاح كبير. 95% من عمليات الزرع تبقى تعمل بعد سنة، و 80% تبقى تعمل بعد خمسة سنوات. إن معدل الانتظار لكلية من واهب متوف هو حوالي 4 سنوات.

المحافظة على الرشاقة والصحة البدنية على قدر الإمكان يساعد على بقائك مناسباً لعملية الزرع كما يساعدك على المعافاة. من المستحسن إجراء فحوصات لصحتك ولأسنانك دورياً وأيضاً المحافظة على:

- القيود الموصى بها المتعلقة بالنظام الغذائي والسوائل.
- الوزن المثالي لسنتك وقياسك. الأشخاص البدينين أكثر عرضة للمشاكل خلال العملية.
- برنامج غسيل الكلى.
- برنامج اللياقة البدنية أو التمارين الرياضية الدوري.

تنصح النساء بإجراء فحص الثديين الذاتية كل شهر وتصوير الثديين بالأشعة السينية ومسح عنق الرحم مرة كل سنتين. بالنسبة للرجال، يفضل إجراء اختبار البروستات سنوياً.

كما إنه مهم أن تكون من غير المدخنين لأن التدخين يضر بالأوعية الدموية في الكلى وفي باقي أنحاء الجسم! إن التدخين يزيد من خطر النوبات القلبية، السكتات الدماغية، ومشاكل الرئة بعد الجراحة.

ما هو تقييم متلقي الكلية؟

إن عملية زرع الكلية والعقاقير المستعملة للحد من رفض الجسم لها قد تضع ضغطاً على جسمك وتخلق لك مشاكل إذا لم تكن بصحة جيدة. إن الفحوصات الطبية التي تجرى لتقييم صحتك قبل عملية الزرع تشمل:

- فحص جسدي
- فحوصات دم
- صور بالأشعة السينية للقلب والرئتين.
- أحياناً تشخيص فوقصوتي وصور أخرى للقلب للتأكد من صحته.
- فحص جراحي للشرايين والأوردة والمثانة.
- اختبارات دورية للتأكد أنه لم يتراكم لديك أجساماً مضادة.

كيف يتم تطابق الكلى؟

كل مرة تتوفر كلية شخص متوفى واهب يتم اختيار متلقٍ يتمتع بأفضل تطابق للدم والأنسجة. تؤخذ أيضاً بعين الاعتبار عوامل أخرى، مثل طول الفترة على قائمة الانتظار. يجب على الأشخاص الموجودين على قائمة الواهبين بعد الوفاة أن يكونوا من مقيمي أستراليا الدائمين.

وهب الكلى يشبه بأشكال كثيرة وهب الدم. بصورة عامة تستطيع أن تتلقى كلية من واهب فقط إذا كان باستطاعته وهبك دماً. بالنسبة للكلى من واهب متوفى، يجب أن تكون فئات دم الواهب والمتلقي متقاربتين جداً كي تنجح عملية الزرع. تتم مطابقة فئات الدم بشكل عام كما يلي:

فئة الدم	يستفيد من فئة الدم	يستطيع أن يهب لفئة الدم
O	O	AB, B, A, O
A	A, O	AB, A
B	O, B	AB, B
AB	AB, B, A, O	AB

تتسع الخيارات قليلاً بالنسبة للواهبين الأحياء، وأحياناً، ومع المعالجة المسبقة للمتلقى لإزالة الأجسام المضادة، يمكن إجراء العملية التي، بدون معالجة، تصطدم بعائق "عدم تطابق فئات الدم". بإمكان طبيب الكلية إرشادك إذا كان ذلك مناسباً لك.

حتى لو تطابقت فئات الدم، يجب أن يكون اختبار الأنسجة "سليماً". هذا يعني أن إمكانية مهاجمة الأجسام المضادة في جسمك للكلية الموهوبة هي قليلة. إذا سبق وخضعت لعملية زرع أو نقل دم فإن احتمال تكاثر الأجسام المضادة في جسمك أكبر. إن الأجسام المضادة تزيد احتمال ما يسمى "التطابق الإيجابي المتقاطع" وهذا يقلل من احتمال إيجاد كلية مطابقة. التطابق الإيجابي المتقاطع يعني أيضاً أن كليتك الجديدة تواجه الرفض.

سيتم الاتصال بك إذا توفرت كلية مناسبة لك. تأكد أن لدى المستشفى تفاصيل وسائل الاتصال بك وبالأشخاص الذين يمكن الاتصال بك عن طريقهم. إذا لم تتصل بالمستشفى سريعاً، قد تعرض الكلية على شخص آخر وتمنح له.

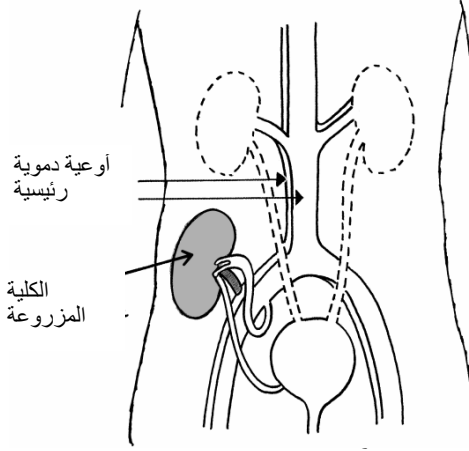
ماذا يجري خلال عملية زرع كلية؟

قبل إجراء العملية، توضع إبرة أو خط وريدي في ظهر يدك بحيث يمكن إعطاؤك الأدوية والسوائل.

أثناء الجراحة، توضع الكلية الجديدة في موقعها. لا يتم عادة إزالة كليتك. أحياناً، إذا كان لديك كلية مصابة بتعدد الأكياس، يتم إزالة واحدة لإتاحة المجال للزرع. يحصل هذا قبل إتمام عملية الزرع.

تستمر العملية عادة من 2 إلى 3 ساعات يليها ساعة إلى ساعتين لإستعادة الوعي. يتم شق جرح في الجزء السفلي من جسمك، في الجهة اليمنى أو اليسرى. يقام بتوصيل شريان ووريد الكلية الجديدة بالشريان والوريد الرئيسيين القريبين من مثانتك. يقام بتوصيل الكلية الجديدة بمثانتك لتمكنة البول من التدفق.

يتم وضع أنبوب مؤقت أو قثطر في مثانتك لمدة 5 أيام لتصريف البول في كيس. يوتى بهذا الأنبوب من الإحليل، نقطة خروج البول. هذا يساعد الفريق الطبي على التحقق من حسن عمل كليتك. غالباً يوضع أنبوب إلى أنبوبين في جرحك لتصريف السوائل بعيداً. تزال الأنابيب عادة بعد 1 إلى 4 أيام.



مكان الكلية المزروعة

ماذا يجري بعد الجراحة؟

ستشعر بعد الجراحة بالتريح والتضايق وتضع قناع الأوكسيجين. يغطي موقع العملية ضمادة.

يبقى الخط الوريدي في مكانه [ظهر يدك] بحيث تمرر السوائل لك إلى أن يسمح لك بتناول الطعام. سوف توصف لك الأدوية لمساعدتك على تحمل الألم.

سيعطيك أخصائي العلاج الطبيعي خطة للتمارين. من المهم أن تقوم بتمارين السعال، التنفس وتمارين الساقين بهدف التقليل من خطر الالتهاب الرئوي والجلطات في ساقيك بعد الجراحة. قد تكون متضايقاً في البدء ولكن هذا يعتبر عادياً.

بعض الأشخاص يفرزون بولاً مباشرة بعد الزرع. لكن البعض الآخر يحتاج إلى غسيل الكلى لفترة قصيرة حتى تبدأ الكلية الجديدة بالعمل. هذا لا يعني أنها لن تعمل، فقط أنها تحتاج للوقت لاستعادة عافيتها. ستؤخذ عينات دم يومية لفحص عمل كليتك الجديدة وللتعرف إلى أي إشارات مبكرة للرفض.

تختلف مدة الإقامة في المستشفى لكنها تتراوح عادة بين 3 إلى 10 أيام. هذا يعتمد على لياقتك البدنية والاستجابة إلى الكلية الجديدة وإمكانية نشوء أي مشاكل. قبل مغادرتك المستشفى يجري ترتيب موعد مع الجراح ومراجعات دورية مع أخصائي الكلى للتأكد من استعادة عافيتك.



بعد رجوعك إلى البيت، عليك أن تسلك نمط حياة سهل. من المهم عدم رفع أي شيء ثقيل خلال الأسابيع 6-8 الأولى. يمكن أن تشعر بالتعب والحاجة المتزايدة للنوم - إنه لمن المهم الإصغاء إلى جسمك وعدم استعجال معافائك أو القيام بأي نشاط يجعلك تحس بالآزعاج. من المهم في نفس الوقت أن تستعيد نشاطك الجسدي تدريجياً للإبقاء على لياقتك ورفاهيتك.

من الضروري أيضاً الاهتمام الخاص بنظافتك والتحقق من عدم وجود أي إفرازات أو احمرار أو زيادة في الألم في موقع الجرح. إذا أحسست بأي من هذه العوارض أو ارتفعت حرارتك، اتصل بالطبيب. قد تحصل تسربات صغيرة من جرحك لعدة أيام بعد الجراحة. سوف تبين لك الممرضة كيفية الاعتناء بجرحك قبل مغادرتك للمستشفى.

عقب زرع الكلية، عليك أن تتوقع تناول أدوية كابطة للمناعة مدى الحياة للحؤول دون رفض جسمك للكلية الجديدة.

ماذا يعني الرفض؟

نوعية نسيجنا جزء من تركيبنا الوراثية الجينية. نوعية أنسجتك مركبة من عدة (هناك ستة أنواع رئيسية) أنواع أنسجة ذات خصائص. في متوسط الحال، كلما تطابقت خصائص الأنسجة بينك وبين الواهب، كلما زادت حظوظ قبول جسمك للكلية الجديدة. هذا مع العلم أن نتائج الزرع لكل أشكال الهبات الحية (إذا كان الواهب من الأقرباء أم لا) هي على الأقل بنفس الجودة إذا لم تكن أفضل من نتائج زرع الهبات إذا كان الواهب متوفي. إن نتائج جميع أنواع الزرع ممتازة.

إن جهاز المناعة في جسمنا يحفظنا ضد هجمات المواد الغريبة. تفرز الكريات البيضاء الخاصة في جسمنا أجساماً مضادة. إن دمج عمل الأجسام المضادة وعمل بعض الخلايا الأخرى في جهاز المناعة ضد خصائص أنسجة الواهب تسمى "الرفض". بهذه الطريقة يحاول جهاز المناعة تدمير الكلية الجديدة.

بعض مستويات الرفض بعد الزرع تعتبر عادية. قد تكون حادة أو مزمنة. يحدث الرفض الحاد عادة في الأسابيع أو الأشهر القليلة الأولى بعد الزرع. يبدأ الرفض المزمن عادة بعد سنة أو عدة سنوات بعد الزرع وقد تكون معالجته بطيئة جداً وأكثر صعوبة. أكثرية حالات الرفض الحاد يمكن معالجتها ومعظم هذه المعالجات تبقى ناجحة.

ما هي الأدوية اللازمة؟

عقب زرع الكلية، عليك تناول العقاقير الكابتة للمناعة مدى الحياة. يتم اختيار مزيج الأدوية الخاص بك بعناية شديدة لمنح الكلية المزروعة أحسن الفرص للنجاح. لكل عقار فوائده ومخاطره.

يمكن أن تتعرض لعوارض جانبية من جراء هذه العقاقير. الكثير من هذه العوارض الجانبية لا تدوم وترتبط بحجم الجرعات، ومن هذه العوارض:

- انتفاخ وتورم الوجه والجسم
- ازدياد في الشهية وزيادة في الوزن
- مزاج متغير
- حب الشباب
- ضعف في العضلات
- ارتجاف في اليدين
- اضطراب في المعدة
- عسر هضم
- إسهال
- زيادة نمو في اللثة والتهابات في اللثة



هناك عوارض جانبية أخرى أكثر خطورة مثل:

- الارتفاع في ضغط الدم
- زيادة خطر التعرض للالتهابات
- زيادة خطر السرطان، بصورة خاصة سرطان الجلد
- ارتفاع لمستوى السكري في الدم
- ارتفاع لمستوى الكوليستيرول
- التغير بالتعداد الدموي
- العطب الكلوي
- ضعف العظام

من المهم أن تتحدث مع طبيبك أو الصيدلي بخصوص الأدوية الخاصة بك للحصول على النصائح حول:

- متى وكيف تأخذ أدويةك
- تجنب نسيان الجرعات
- العوارض الجانبية
- كيفية تخزين والعناية بالأدوية
- القيود المحتملة الخاصة بالنمط الغذائي
- التفاعلات مع الأدوية الأخرى

إذا بدأت تقلق بالنسبة لإحدى العوارض الجانبية، عليك مناقشتها مع طبيبك أو الصيدلي. لا تتوقف عن تناول أدويةك إلا في حال أشير لك بذلك من قبل فريق الرعاية الصحية الخاص بك.

إذا كنت بحاجة للعلاج من قبل اخصائيين صحيين آخرين مثل طبيب الأسنان، أعلمهم بعملية الزرع التي قمت بها. تكلم مع طبيبك قبل تناول أي وصفة طبية أو أي عقار آخر للتأكد بأنها لا تؤثر على الكلية المزروعة.

لمزيد من المعلومات بالنسبة لصحة الكلى أو هذا الموضوع، الرجاء الاتصال بـ "صحة الكلى - أستراليا: معلومات عن الكلى"
(Kidney Health Australia: Kidney Information Line)، اتصال مجاني 1800454363 أو معاينة موقعنا
www.kidney.org.au

يهدف هذا العمل الى أن يكون مقدمة عامة لهذا الموضوع ولا يعني أن يكون بديلاً لنصائح طبيبك أو خبير الصحة. لقد بذلت كل عناية كي تكون المعلومات مفيدة للقارئ وقابلة للتطبيق في كل ولايات أستراليا. وينبغي التنويه بأن Kidney Health Australia تقرّ بأن تجربة كل شخص هي فردية وأن ثمة اختلافات في المعالجة والإدارة عائدة لظروف شخصية ولخبير الصحة وللولاية التي يقيم المرء فيها. وإذا كنت بحاجة الى معلومات إضافية فاستشر دائماً طبيبك أو خبير الصحة.

تمت مراجعة هذا النص في تموز/يوليو 2012

إذا كنت أصمّ أو تعاني من ضعف في السمع أو التكلم، اتصل بـ National Relay Service www.relayservice.com.au:

- مستخدمو TTY اتصلوا بـ 1800555677 ثم اطلب 1800454363
 - مستخدمو Speak and Listen اتصلوا بـ 1800555727 ثم اطلب 1800454363
- مستخدمو شبكة الإنترنت (internet relay) www.relayservice.com.au " Make an internet relay call now " ثم اطلب 1800454363