

NIERENTRANSPLANTATION - EINE BEHANDLUNGSMÖGLICHKEIT

WAS IST EINE NIERENTRANSPLANTATION?

Wenn die Nierenkrankheit ein sehr fortgeschrittenes Stadium erreicht, sind Ihre Nieren so stark geschädigt, dass sie ihre Funktion nicht mehr ausüben können. Eine Transplantation ist eine Behandlung der Nierenkrankheit, bietet aber keine Heilung. Ein Transplantat ermöglicht eventuell eine aktivere Lebensweise und verlängert das Leben, es befreit einen von der Dialyse sowie von Einschränkungen der Ernährung. Allerdings benötigt Ihre neue Niere lebenslang besondere Pflege.

Nierentransplantate kommen von lebenden oder verstorbenen Spendern. Die Person, welche die Niere erhält, ist der Empfänger, und die Person, welche die Niere gibt, ist der Spender. Lebende Spender können Verwandte, Lebenspartner oder enge Freunde sein. Verstorbene Spender sind Menschen, die sich entschlossen haben, nach ihrem Tod ihre Organe zu spenden. Weitere Informationen dazu finden Sie in den Merkblättern „*Der Entschluss, ein lebender Nierenspender zu werden*“, „*Lebendnierenspende*“ und „*Organ- und Gewebespenden und Transplantationen*“.

WER KANN EIN TRANSPLANTAT ERHALTEN?

Sie können ein Transplantat erhalten, wenn Sie medizinisch geeignet und bei der Dialyse stabil sind. Wenn das Transplantat von einem Lebendspender stammt, kann die Operation oft schon erfolgen, bevor man mit der Dialyse beginnt. Weitere Informationen dazu finden Sie in den Merkblättern „*Hämodialyse*“ und „*Peritonealdialyse*“.

Leider eignet sich nicht jeder dazu, ein Transplantat zu erhalten. Wenn Sie andere ernste Gesundheitsprobleme haben, ist die Dialyse vielleicht eine bessere Behandlungsmöglichkeit für Sie.

Faktoren, die Ihre Eignung beeinflussen können, sind z.B.:

- Zustimmung zur Idee der Transplantation
- Allgemeiner Gesundheitszustand außer der Nierenkrankheit
- Bereitschaft, die Untersuchungen und die Operation auf sich zu nehmen
- Bereitschaft, für den Rest des Lebens Medikamente einzunehmen



SIND NIERENTRANSPLANTATIONEN ERFOLGREICH?

Nierentransplantationen sind sehr erfolgreich. 95% der Transplantate arbeiten nach einem Jahr gut und 80% noch nach fünf Jahren. Die durchschnittliche Wartezeit auf eine Spenderniere ist etwa 4 Jahre.

Wenn Sie sich fit und möglichst gesund halten, bleiben Sie viel eher für eine Transplantation geeignet und erholen sich schneller. Gut sind regelmäßige Gesundheitsvorsorge- und Zahnuntersuchungen, genau so wie die Einhaltung

- der empfohlenen Einschränkungen bei der Flüssigkeits- und Nahrungsaufnahme
- des idealen Körpergewichts für Ihr Alter und Ihre Körpergröße. Übergewichtige Menschen haben bei Operationen ein erhöhtes Komplikationsrisiko;

- des Dialyseplans
- eines geregelten Fitness- oder Übungsplans

Frauen wird empfohlen, monatlich selbst ihre Brüste zu untersuchen und alle zwei Jahre ein Mammogramm sowie einen Pap-Abstrich machen zu lassen. Männern werden jährliche Prostatauntersuchungen empfohlen.

Es ist auch wichtig, nicht zu rauchen, da Rauchen die Blutgefäße in den Nieren und in anderen Bereichen Ihres Körpers schädigt! Rauchen erhöht Ihr Risiko von Herzinfarkten, Schlaganfällen und Lungenproblemen nach der Operation.

WAS IST EINE NIERENEMPFÄNGER-BEWERTUNG?

Die chirurgische Transplantation und die Medikamente zur Vorbeugung einer Abstoßung können eine große Belastung für Ihren Körper sein und zu Problemen führen, wenn Sie sich nicht wohl fühlen. Daher werden vor der Transplantation medizinische Tests zur Bewertung Ihres Gesundheitszustands durchgeführt, unter anderem:

- eine ärztliche Untersuchung
- Blutuntersuchungen
- Röntgen des Herzens und der Lunge
- manchmal Ultraschall oder andere Bildgebung zur Untersuchung der Gesundheit des Herzens
- eine chirurgische Überprüfung Ihrer Arterien, Venen und Ihrer Blase
- periodische Tests zur Sicherstellung, dass Sie keine Antikörper aufbauen

WIE WERDEN NIEREN ZUGEORDNET?

Jedes Mal, wenn die Niere eines verstorbenen Spenders verfügbar wird, wird ein Empfänger mit dem am besten dazu passenden Blut und Gewebe ausgewählt. Auch andere Faktoren werden berücksichtigt, zum Beispiel wie lange der Empfänger schon auf der Warteliste steht. Personen, die auf der Warteliste für Spendernieren stehen, müssen ihren ständigen Wohnsitz in Australien haben.

Eine Nierenspende ist in vielerlei Weise einer Blutspende ähnlich. In der Regel können Sie eine Niere nur von einem Spender bekommen, der Ihnen auch Blut spenden kann. Bei Nieren von verstorbenen Spendern müssen Spender und Empfänger eine sehr ähnliche Blutgruppe haben, damit sich das Transplantat bewähren kann. Passende Blutgruppen werden normalerweise folgendermaßen ermittelt:

Blutgruppe	kann Blut erhalten von	kann Blut spenden an
O	O	O, A, B, AB
A	O, A	A, AB
B	B, O	B, AB
AB	O, A, B, AB	AB

Bei Lebendspendern sind die Möglichkeiten etwas breiter angelegt, um manchmal ist es möglich, nach einer Vorbehandlung des Empfängers, bei der Antikörper entfernt werden, eine Transplantation durchzuführen, die ansonsten „blutgruppeninkompatibel“ wäre. Ihr Nierenarzt wird Ihnen sagen können, ob dies für Sie in Frage kommt.

Selbst wenn Ihre Blutgruppe übereinstimmt, müssen Gewebetests ein „negatives“ Ergebnis aufzeigen. Das deutet auf eine geringere Wahrscheinlichkeit hin, dass Ihre Antikörper die Spenderniere angreifen werden. Wenn Sie schon früher eine Transplantation oder Bluttransfusionen erhalten haben, ist es wahrscheinlicher, dass Sie Antikörper entwickelt haben. Antikörper erhöhen die Wahrscheinlichkeit einer sogenannten „positiven Kreuzprobe“ und damit sinkt wiederum die Wahrscheinlichkeit, eine passende Niere zu

finden. Eine positive Kreuzprobe bedeutet auch, dass Ihre neue Niere abgestoßen werden könnte.

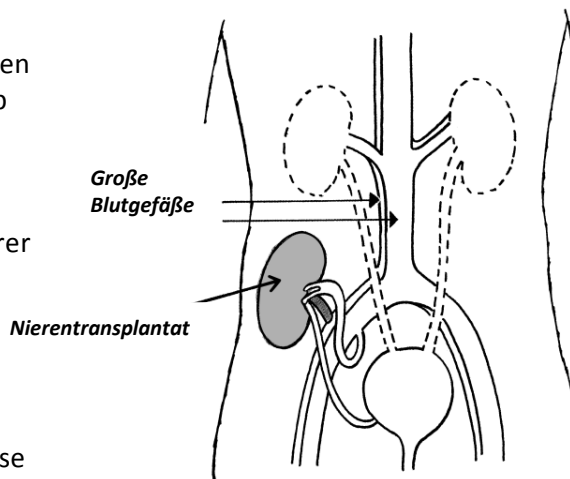
Sie werden kontaktiert, sobald eine passende Niere verfügbar wird. Stellen Sie sicher, dass das Krankenhaus Ihre Kontaktangaben und diejenigen anderer Personen hat, über die Sie kontaktiert werden können. Wenn Sie sich nicht schnell beim Krankenhaus zurückmelden, könnte die Niere jemandem anderen angeboten und anderweitig vergeben werden.

WAS GESCHIEHT WÄHREND EINER NIERENTRANSPANTATION?

Vor der Operation wird ein venöser Zugang in Ihren Handrücken gelegt, durch den Sie mit Medikamenten und Flüssigkeiten versorgt werden können.

Während der Operation wird die neue Niere in Position gebracht. Ihre eigenen Nieren werden normalerweise nicht entfernt. Wenn Sie allerdings große, polyzystische Nieren haben, wird eventuell eine von ihnen entfernt, um für das Transplantat Platz zu machen. Das wird dann gemacht, bevor die Transplantation durchgeführt wird.

Die Operation dauert in der Regel 2 bis 3 Stunden. Danach bleiben Sie 1 bis 2 Stunden im Aufwachraum liegen. In Ihren Unterleib wird auf der rechten oder linken Seite ein Schnitt angebracht. Die Nierenarterie und Vene der neuen Niere werden mit der Hauptschlagader und Vene in der Nähe Ihrer Blase verbunden. Die neue Niere wird mit Ihrer Blase verbunden, damit Urin fließen kann.



Lage der transplantierten Niere

Ein Röhrchen oder ein Katheter wird vorübergehend für bis zu 5 Tage in Ihre Blase eingesetzt, um den Urin in einen Beutel zu leiten. Dieses Röhrchen tritt aus Ihrer Harnröhre aus, dem Abflusskanal für den Urin. Dies hilft den Medizinern zu prüfen, ob Ihre Niere gut funktioniert.

Oft führen auch noch 1 oder 2 Röhrchen aus Ihrer Wunde heraus, durch die Flüssigkeiten abgeleitet werden. Diese werden in der Regel nach 1 bis 4 Tagen entfernt.

WAS GESCHIEHT NACH DER OPERATION?

Nach der Operation werden Sie sich schwach und unwohl fühlen, und Sie werden eine Sauerstoffmaske auf dem Gesicht haben. Ein Verband wird Ihre Operationswunde abdecken.

Der intravenöse Tropf bleibt an seiner Stelle, damit Ihnen Flüssigkeit verabreicht werden kann, bis Sie wieder essen können. Sie erhalten schmerzlindernde Medikamente.

Ein Physiotherapeut wird Ihnen einen Übungsplan geben. Es ist wichtig, die Hust-, Atem- und Beinübungen zu machen, um nach der Operation das Risiko einer Lungeninfektion und der Bildung von Blutklumpen in den Beinen zu minimieren. Sie mögen sich anfangs unwohl dabei fühlen, aber das ist ganz normal.

Manche Patienten geben sofort nach der Transplantation Urin ab. Andere dagegen benötigen kurzfristig eine Dialyse, bis die neue Niere ihre Arbeit aufnimmt. Das bedeutet nicht, dass sie

nicht funktionieren wird, sondern lediglich, dass sie etwas Zeit braucht, um sich zu erholen. Ihnen wird jeden Tag eine Blutprobe abgenommen, anhand derer die Funktion Ihrer neuen Niere überprüft wird und die dazu dient, frühe Anzeichen von Abstoßung zu erkennen. Die Dauer des Krankenhausaufenthalts ist unterschiedlich, aber normalerweise 3 - 10 Tage. Das hängt davon ab, wie fit Sie sind, wie Ihr Körper auf die neue Niere reagiert und ob irgendwelche Probleme auftreten. Bevor Sie das Krankenhaus verlassen, bekommen Sie einen Termin beim Chirurgen und die Nierenfachärzte werden regelmäßig Ihre Genesung überprüfen.



Nach Ihrer Heimkehr sollten Sie das Leben gemütlich anpacken. Es ist wichtig, dass Sie in den ersten 6-8 Wochen nichts Schweres heben. Sie werden sich vielleicht müde fühlen und werden mehr Schlaf brauchen – und es ist wichtig, auf Ihren Körper zu hören und sich Zeit zur Genesung zu nehmen. Sie sollten keinen Aktivitäten nachgehen, bei denen Sie sich unwohl fühlen. Gleichzeitig ist es aber auch wichtig, körperlich aktiv zu sein, um sich fit zu halten und Ihr Wohlbefinden zu stärken.

Sie sollten auch ganz besonders auf Hygiene achten und Ihre Wunde auf Absonderungen, Rötung oder erhöhte Empfindlichkeit beobachten. Wenn solche Symptome auftreten oder wenn Sie Fieber bekommen, wenden Sie sich an Ihren Arzt. Ihre Wunde wird eventuell einige Tage nach der Operation leicht nässen. Ein

Krankenpfleger wird Ihnen vor der Entlassung aus dem Krankenhaus zeigen, wie Sie Ihre Wunde pflegen müssen.

Nach einer Transplantation müssen Sie darauf gefasst sein, dass Sie Ihr restliches Leben lang Immunsuppressiva einnehmen müssen, um eine Abstoßung zu verhindern.

WAS IST EINE ABSTOSSUNG?

Unser Gewebetyp ist Teil unserer genetischen Ausstattung. Ihr Gewebetyp wird durch viele (darunter sechs Haupt-) Eigenschaften geprägt. Je mehr dieser Eigenschaften zwischen Ihnen und dem Spender übereinstimmen, umso größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass Ihr Körper die neue Niere annehmen wird. Dazu ist anzumerken, dass die Ergebnisse aller Formen von Lebendspenden (von verwandten und nicht verwandten Personen) mindestens genau so gut sind wie die Ergebnisse von verstorbenen Spendern, wenn nicht besser. Die Ergebnisse aller Formen von Transplantationen sind hervorragend.

Unser körpereigenes Immunsystem schützt uns vor Angriffen durch Fremdkörper. Spezialisierte weiße Blutkörperchen in unseren Körpern produzieren Antikörper. Wenn Antikörper und andere Zellen des Immunsystems den Gewebetyp des Spenders angreifen, nennt man das „Abstoßung“. Auf diese Weise versucht das Immunsystem, die neue Niere zu zerstören.

Ein gewisses Maß an Abstoßung ist nach Transplantationen recht gängig. Sie kann akut oder chronisch sein. Zu einer akuten Abstoßung kommt es innerhalb der ersten paar Wochen oder Monate nach einer Transplantation. Eine chronische Abstoßung stellt sich normalerweise ein Jahr oder viele Jahre nach der Transplantation ein und kann sehr langsam vorstatten gehen. Sie lässt sich viel schwerer behandeln. Für die meisten Fälle der akuten Abstoßung gibt es Behandlungen und sie sind meistens erfolgreich.

WELCHE MEDIKAMENTE BRAUCHT MAN?

Nach einer Transplantation muss man für den Rest des Lebens Immunsuppressiva einnehmen. Ihre persönliche Kombination wird sorgfältig zusammengestellt, um Ihrem Transplantat die besten Chancen auf Erfolg zu geben. Jedes Medikament hat Vorteile und Risiken.

Diese Medikamente können Nebenwirkungen haben. Viele davon treten nur kurzfristig auf und hängen von der Dosierung ab. Einige mögliche Nebenwirkungen sind:

- Schwellung und Rundung des Gesichts und des Körpers
- Erhöhter Appetit und Gewichtszunahme
- Stimmungsschwankungen
- Akne
- Muskelschwäche
- Handzittern
- Magenverstimmung
- Verdauungsstörungen
- Durchfall
- Überwucherndes Zahnfleisch und Zahnfleischinfektionen



Andere Nebenwirkungen sind ernster, zum Beispiel:

- Erhöhter Blutdruck
- Erhöhtes Infektionsrisiko
- Erhöhtes Krebsrisiko, besonders von Hautkrebs
- Hoher Blutzuckerspiegel
- Hoher Cholesterolspiegel
- Verändertes Blutbild
- Nierenschäden
- Schwächung der Knochen

Es ist wichtig, dass Sie sich von Ihrem Arzt oder Apotheker zu Ihren Medikamenten beraten lassen:

- Zeitpunkt und Art der Einnahme der Medikamente
- Vermeidung des Vergessens der Einnahme
- Nebenwirkungen
- Lagerung und Behandlung der Medikamente
- Eventuelle Einschränkungen bei der Ernährung
- Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten

Wenn Sie wegen Nebenwirkungen besorgt sind, besprechen Sie dies mit Ihrem Arzt oder Apotheker. Hören Sie nicht auf, Ihre Medikamente einzunehmen, außer wenn Ihnen Ihr Gesundheitsteam dazu rät.

Wenn Sie Behandlungen anderer Gesundheitsexperten wie etwa von Zahnärzten benötigen, weisen Sie diese auf Ihre Transplantation hin. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, bevor Sie verschriebene oder nicht verschreibungspflichtige Medikamente einnehmen, um sicherzugehen, dass diese sich nicht negativ auf Ihr Transplantat auswirken.

Weitere Informationen zur Nierengesundheit oder zu diesem Thema erhalten Sie von Kidney Health Australia: Kidney Information Line (gebührenfreie Rufnummer) 1800 4 543 639 oder besuchen Sie die Website www.kidney.org.au

Dies ist eine allgemeine Einführung ins Thema und nicht dazu gedacht, den Rat Ihres Arztes oder Gesundheitsexperten zu ersetzen. Es wurde sorgfältig darauf geachtet, dass die Informationen für den Leser relevant sind und dass sie für alle Bundesstaaten Australiens gelten. Es wird darauf hingewiesen, dass Kidney Health Australia anerkennt, dass die Erfahrung jedes Menschen individuell unterschiedlich ist und dass es aufgrund der persönlichen Umstände, des Therapeuten und des Staates, in dem man lebt, zu Variationen bei der Behandlung und Versorgung kommen kann. Sollten Sie weitere Informationen benötigen, wenden Sie sich stets an Ihren Arzt oder Gesundheitsexperten.

Überarbeitet im Juli 2012

Wenn Sie taub oder hörgeschädigt oder sprachbehindert sind, wenden Sie sich an den National Relay Service www.relayservice.com.au:

- Als TTY-Nutzer rufen Sie 1800 555 677 an und bitten um Weiterverbindung zu 1800 454 363
- Als Nutzer von „Speak and Listen“ rufen Sie 1800 555 727 an und bitten um Weiterverbindung zu 1800 454 363
- Als Nutzer des Internet-Relais - www.relayservice.com.au – wählen Sie „Make an internet relay call now“ und bitten um Weiterverbindung zu 1800 454 363