



Kidneys R Us

FROM THE
QIRN3 PATIENT ADVISORY
COMMITTEE

March 2010

MI EXPERIENCIA SOBRE TRANSPLANTE

Por Swami Swaminathan

Comencé mi travesía actual con transplante cuando fui integrado en la lista de espera en Abril 2009 en el Hospital Presbiteriano de Nueva York. Trate lo más que pude para no ponerme ansioso sobre el transplante y seguir viviendo mi vida como lo he estado haciendo en los últimos años en diálisis. Evite decirle a las personas sobre mi estatus para evitar me estuvieran preguntando cada dos semanas si sabía o no algo sobre el proceso del transplante. Del Presbiteriano me dijeron que una vez había sido calificado para la lista de transplante, el tiempo de espera era de uno a tres años.

Yo había buscado ser incluido en las listas de transplantes en cinco otros hospitales de Nueva York, Pensilvania, Nueva Yersey y Maryland. Escogí concentrar mis esfuerzos en el Presbiteriano de Nueva York por las siguientes razones:

1. Me sentía mas cómodo con los médicos y personal médico cada vez que tenía alguna cita médica.
2. Tuve la oportunidad de asistir grupos de apoyo y pude apreciar que los pacientes que se habían transplantado ahí tenían unas metas muy satisfactorias.
3. También tome en consideración la distancia entre mi casa y el hospital. Sabía tenía que visitar el hospital frecuentemente luego de mi transplante para mis visitas de seguimiento. El hospital estaba más accesible y solo me tomaba una hora y media utilizando la autopista. Los otros hospitales me quedaban distantes, incluyendo las condiciones en las carreteras y demás.

Para mi sorpresa , recibí una llamada del Presbiteriano de Nueva York el 1 de octubre de 2009 indicándome

que ellos tenían un riñón esperando por mí. Yo no lo podía creer pudiera ser posible en tan corto tiempo. Comencé a creer mi vida estaba cambiando.

Estuve hospitalizado por solo seis días en la ciudad de Nueva York y salí de alta con un termómetro y una unidad para medir presión arterial. Me dijeron tenía que tener una balanza para poder llevar seguimiento de mi peso y tomar mis signos vitales dos veces al día. Me ordenaron varios medicamentos para evitar el rechazo al transplante. Hay situaciones que se ven en el proceso de recuperación luego de un transplante pero no deben ser razón para desanimarse. El personal de transplante esta accesible para ayudar en caso de algún problema o pregunta sobre transplante.

Los medicamentos para transplante bajan el sistema inmune. Tuve que hacer algunos ajustes en mi vida para asegurar no me estaba exponiendo a enfermedades. Seguí las instrucciones sin ninguna excepción. Usted debe tomar en consideración:

1. No reciba visitas en el hospital o en su casa una vez salga del hospital. Cualquier visitante con catarro pude contagiar fácilmente una paciente de transplante.
2. Evite lugares muy poblados como tiendas o restaurantes.
3. Descanse. Tome siestas durante el día. Su cuerpo necesita suficiente descanso para recuperarse.
4. Utilice su número de transplante de emergencia si tiene algún signo de catarro, fiebre, tos, etc.

Siempre he creído en la necesidad de mantenerse activo en la vida. Siempre me ejercite mientras estaba en

diálisis y planifico continuar esta practica como paciente de transplante. Siempre he mantenido un fuerte deseo de ser independiente y lo hacia mientras estaba en diálisis manteniéndome lo más fuerte y saludable posible. Esto también beneficia mi proceso de transplante.

Mi experiencia ha sido impresionante. Estoy tan agradecido por esta segunda oportunidad en la vida. Creo fervientemente en unirse a grupos de apoyo y en com-

partir sus experiencias. Y no olvide agradecer a su familiar quien le hizo la donación de riñón. Este decidió ofrecerle un regalo de vida para cambiar su vida para siempre. Nunca olvidare mi gran fortuna al recibir mi transplante, por mi donador, por su familia y por su desprendimiento el cual ha cambiado mi vida para lo mejor.

DIÁLISIS NOCTURNA

Alguna se ha preguntado si ¿existe una opción a los tratamientos de diálisis convencionales que toman de 3 a 4 horas, tres veces en semana en una unidad de diálisis?. Diálisis en el Hogar es una opción para algunas personas. Diálisis Peritoneal esta también disponible para algunos pacientes. Otra opción esta ahora disponible en Nueva Yérsey y es diálisis nocturna en las unidades de diálisis. Esta forma de hemodiálisis fue inicialmente introducida en Canadá para los 1990s. El éxito de este programa es ahora replicado por varios otros países.

Hemodiálisis Nocturna es una forma de hemodiálisis que se puede llevar a cabo tanto en la casa como en el centro de diálisis mientras en paciente duerme normalmente en la noche. La mayoría de estos pacientes se dializan de tres a cuatro noches en la semana de seis a 12 horas, con un promedio de ocho horas. El paciente que se dializa en la casa por las noches, luego de consultar con su nefrólogo, puede dializarse con más frecuencia. Los pacientes en hemodiálisis nocturna en la unidad, se continúan dializando tres veces en la semana en un periodo de tiempo mayor del que se trata si fuera durante el día. Esto permite que el paciente tenga mejores resultados de laboratorio y se sienta mucho mejor. Los tratamientos nocturnos permiten que el paciente preserve un programa normal de trabajo, escolar y de actividades familiares.

Algunas de las ventajas de la hemodiálisis nocturna incluyen: la persona se siente mejor, más alerta y energizado; más tiempo para sus actividades diarias; reduce los gastos económicos debido a las menos hospitalizaciones y menor uso de los atrapadores de fósforo; una dieta más

liberal; disminución de los problemas respiratorios al dormir; presiones bajas; mejora las funciones cardiacas y ayuda a mejorar su funcionamiento sexual.

Algunas de las preocupaciones relacionadas a diálisis cuando esta durmiendo incluyen los ruidos de la máquina y la posibilidad de que se desconecte alguna aguja. Los ruidos de la maquina no han demostrado ser una problema mayor para los pacientes. Los pacientes actualmente en diálisis nocturna han podido bloquear estos ruidos sin problema. Las agujas necesitan estar debidamente aseguradas para evitar se salgan de sitio. Los pacientes que se dializan en la unidad tienen disponibles a todo el personal clínico para monitorearlo y asistirlos mientras duermen.

Los pacientes que han escogido hemodiálisis nocturna en el hogar necesitan hacer los arreglos para poder ser adiestrados junto a un acompañante. Si esta interesado en la modalidad de hemodiálisis nocturna, hable con su nefrólogo. Nueva Yérsey actualmente tiene varios centros que ofrecen esta opción y se planifica crear más.

Para más información por favor visite los sitios en la red : www.aakp.org y www.wikipedia.org.

¡ÚNETE A LA PAC HOY!

El Comité Asesor del Paciente (PAC) está formado por pacientes de centros de diálisis en nuestra red de ESRD # 3. El comité apoya la misión de la Red renal para mejorar la calidad de la atención prestada a los pacientes de ESRD y representar y apoyar a la población de pacientes de ESRD. El comité desarrolla el boletín de los pacientes y promueve materiales educativos para los pacientes de ESRD. Los miembros de las PAC tiene una preocupación genuina por la calidad de la atención y anima a los pacientes a participar en su salud, habilidades y experiencias, y asistir a las reuniones. ¡Llame gratis al 1-888-877-8400 y unirse a la PAC!

Como contactar al QIRN3
Cranbury Gates Office Park
109 South Main Street, Suite 21
Cranbury, NJ 08512
Phone: 888-877-8400 (toll-free)
Fax: 609-490-0835
Email: qirn3@nw3.esrd.net

¡Estamos en
Internet!
www.qirn3.org