

Organtransplantation

Der Ablauf

Meistens erwacht der transplantierte Patient auf der Intensivstation. Zum einen müssen nach einer Organtransplantation spezielle Hygienemaßnahmen eingehalten werden, zum anderen ist nach einer so großen Operation eine intensive Überwachung des gesundheitlichen Zustandes sehr wichtig.

Durch die Gabe von immunsuppressiven Medikamenten wird verhindert, dass die körpereigenen Abwehrkräfte das transplantierte Organ wieder abstoßen. Diese Immunsuppressiva werden in den ersten Tagen sehr hoch dosiert gegeben und der Patient ist damit besonders anfällig für Infektionskrankheiten.

In der Zeit danach muss die immunsuppressive Therapie und ihre Dosierung individuell festgelegt werden. Akute Abstoßungen treten zumeist nur in den ersten drei Monaten nach einer Transplantation auf. Das Risiko nimmt im Laufe der Zeit ab. Dennoch ist eine lückenlose, wenn auch niedrig dosierte, Immunsuppression lebenslang notwendig.

In aller Regel bleiben die Patienten zwei bis drei Tage auf der Intensivstation. Hier überwacht man, ob das Transplantat seine Funktion aufnimmt. Möglichst bald sollte der transplantierte Patient aufstehen und ein paar Schritte gehen. Meist erfolgt dann sehr schnell die Verlegung auf eine normale Transplantationsstation.

Die Nachversorgung

In den folgenden Tagen und Wochen wird die optimale Einstellung der immunsuppressiven Medikation individuell an den Transplantierten angepasst. Dazu gehört eine intensive Überwachung des Blutspiegels.

Daneben lernt der Patient auch, nach und nach Teile seiner Behandlung selbst zu übernehmen. Er lernt die Eigenverantwortung für seine Therapie zu übernehmen. Dazu gehört unter anderem die pünktliche und exakte Einnahme seiner Medikamente. Auch muss der transplantierte Patient in der Lage sein, mögliche Anzeichen eines Abstoßungsprozesses schnell zu erkennen.

Wichtig ist für den Patienten auch, dass er bestimmte Hygienemaßnahmen einhält. Die Immunsuppressiva können zwar nach und nach reduziert werden, aber auch eine geringe Dosierung bewirkt eine gewisse Infektionsgefahr. Die Patienten müssen darauf achten, dass sie sich nicht leichtsinnig einer möglichen Infektionsgefahr aussetzen.

Mögliche Anzeichen eines Abstoßungsprozesses

Allgemein: Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Blutdruckanstieg, Schmerzen im Transplantatbereich, Vergrößerung des Transplantats, Gewichtszunahme, Beinschwellung auf der Seite des Transplantats, Fieber

Bei einer Nierentransplantation: Abnahme der Urinmenge

Bei einer Lebertransplantation: Gelbfärbung der Haut oder der Augen, heller Stuhlgang, dunkler Urin

Weitere Informationen zum Leben mit einer Organtransplantation

Arbeit und Beruf

Nach einigen Wochen bzw. Monaten können Organtransplantierte meistens wieder in ihren Beruf zurückkehren. Es ist aber darauf zu achten, dass sie keine allzu schweren körperlichen Arbeiten verrichten müssen. Manchmal muss daher eine Umschulung ins Auge gefasst werden. Der Sozialdienst in der Klinik oder auch in der Reha bietet Beratung an.

Ernährung

Transplantierte müssen keine Diät einhalten. Wer Cyclosporin nimmt, sollte auf Grapefruits verzichten. Diese enthalten Substanzen, durch die die Aufnahme des Wirkstoffes gehemmt wird. Auf größtmögliche Hygiene sollte beim Kochen geachtet werden. Obst und Gemüse sollte möglichst geschält oder sehr gründlich gewaschen werden. Tabu sind Rohmilch und rohes Fleisch. Auf Obst und Salate, die am Boden wachsen, sollte im ersten Halbjahr verzichtet werden, weil das Risiko, sich mit Keimen aus dem Erdboden zu infizieren, zu groß ist.

Reisen und Urlaub

Für viele Transplantierte bedeutet es ein Stück gewonnene Lebensqualität wieder verreisen zu können. Vor eine Reise sollte man dies aber mit seinem Nachsorgearzt besprechen. Natürlich muss man auf eine Reise eine großzügig bemessene Reserve an Medikamenten mitnehmen, damit bei einem unerwarteten Ereignis keine Versorgungsprobleme entstehen.

Nicht zu empfehlen ist es, in Gebiete zu fahren, die ein hohes Infektionsrisiko (Cholera, Malaria usw.) haben. Bekommt man Durchfälle, ist immer auch die Aufnahme der Medikation nicht ausreichend sichergestellt. Auch muss man bedenken, wenn man in die Sonne fährt, dass Transplantierte ein höheres Risiko haben an Hautkrebs zu erkranken. Ein hoher Lichtschutzfaktor ist deshalb unerlässlich.

Sport

Sportliche Aktivitäten sind generell erwünscht, da sie die Gesundheit fördern. Ideal sind Wandern und Radfahren, leichtes Jogging oder Nordic Walking. Dabei sollten aber extreme Belastungen vermieden werden. Auch alle Kampfsportarten und solche Sportarten mit einer hohen Verletzungsgefahr (z. B. Fußball) sollten nicht betrieben werden.

Hygiene

Generell sollten Transplantierte auf die Hygiene achten; besonders in den ersten Monaten nach der Transplantation. Selbstverständlich gehört dazu eine sorgfältige Körperhygiene. Auch sollte der Kontakt zu erkälteten oder an einer Infektion erkrankten Personen vermieden werden.

Auch Haustiere sollte man sich nicht anschaffen. So können z. B. Katzen Toxoplasmose und Papageien eine schwere Form der Lungenentzündung übertragen. Vorsichtig sollte man auch bei Zimmerpflanzen sein, da oftmals in der Blumenerde Pilzkulturen enthalten sind. Sicherer ist hier auf Hydrokulturen umzusteigen.

Sexualität und Kinderwunsch

Das oftmals durch die schwere Grunderkrankung eingeschränkte Sexualleben normalisiert sich in den meisten Fällen wieder. Bei Potenzstörungen kann oft der Urologe helfen. Es spricht auch nichts gegen eine Schwangerschaft. Voraussetzung: Das transplantierte Organ arbeitet stabil und der Gesundheitszustand ist gut. Der Kinderwunsch sollte in jedem Fall mit dem behandelnden Nachsorgearzt besprochen werden. Eine Schwangerschaft sollte aber im ersten Jahr nach der Transplantation vermieden werden. Auch eine mögliche Empfängnisverhütung sollte mit dem Nachsorgearzt besprochen werden. Nicht alle der Möglichkeiten sind für transplantierte Frauen ohne Gefahr nutzbar.

Darauf müssen Transplantierte achten

- Regelmäßige Einnahme der Medikamente
- Fieber und Blutdruckkontrolle
- Funktion des Transplantats prüfen
- Dosierung der Medikamente kontrollieren (in Absprache mit dem Arzt)
- Komplikationen frühzeitig erkennen
- Hygiene und Infektionsschutz