

Arabic

خيارات علاج الفشل الكلوي

اختيار العلاج المناسب



خيارات علاج الفتشل الكُوي

اختيار العلاج المناسب



تمهيد

لقد تم إعطاؤك هذا الكتيب التمهيدي لأنه ظهر بالتشخيص أنك مصاب بالفشل الكلوي وأنت بحاجة لغسل الكلى أو لعملية نقل كلى في وقت ما بالمستقبل. وهذا وقت صعب بالنسبة لمعظم الناس، وهناك الكثير من الأمور النفسية والعملية التي يجب التعامل معها. ولعلك شديد القلق بشأن المستقبل. غير أن هناك الألف من الناس في كل أنحاء العالم يعيشون حياة نشطة ومجزية للغاية على الرغم من إصابتهم بالفشل الكلوي. كما أن غسل الكلى ونقل الكلى من العلاجات الناجحة بشكل كبير ويمكن أن تبقيك في أتم صحة. وفي أستراليا، هناك حاليًا حوالي 8600 شخص يتلقون العلاج بغسل الكلى، فضلًا عن حوالي 6500 شخص تم نقل كلى إلى أجسامهم. وفي عام 2005، بدأ 2210 مرضى جدد العلاج في أستراليا.

سيريد طبيبك أن تعرف قدر الإمكان عن كل العلاجات المتاحة. اقرأ هذا الكتيب بعناية وتحدث عنه مع عائلتك. ونحن نأمل أن يساعدك في فهم الطريقة التي يتم بها كل علاج وتحديد العلاج الأنسب لك. وقد يقرر البعض عدم تلقي أي علاج، خاصة إذا كانت لديه مشاكل طبية أخرى قد تحدّ من فوائد غسل الكلى أو نقل الكلى.

استخدم هذا الكتيب لمساعدتك في تدكّر المحادثات والمعلومات التي حصلت عليها من اختصاصي أمراض الكلى وأفراد وحدة أمراض الكلى التي تتبعها. وقد ترغب أولاً في قراءة الكتيب برمته للحصول على لمحة شاملة ثم إعادة قراءة الفصول التي تهتم أكثر من غيرها الآن. اقترب مما ينتظرك خطوة خطوة، إذ لا يحصل كل شيء دفعة واحدة. ومن المعتاد أن يتحدث الشخص ويقرأ عن كل الاحتمالات مرارًا وتكرارًا قبل اتخاذ قرار. وسيساعدك الموظفون على اختيار العلاج الأنسب لك ولعائلتك.

لمساعدة المرضى غير الناطقين باللغة الإنكليزية، تمت ترجمة هذا الكتيب من الإنكليزية إلى اللغات العربية، والصينية، واليونانية، والإيطالية، والفيتنامية. كما يتوفر مترجمون شفهيون في المستشفيات للتباحث مع أعضاء الهيئة الطبية والموظفين الآخرين.

يمكن الحصول من أعضاء وحدة الكلى ومركز موارد الكلى على معلومات وتوعية ومشورة إضافية عن مرض الكلى، وغسل الكلى، ونقل الكلى، والمسائل الشخصية، والأمور المتعلقة بطرق المعيشة. اعرّف عن مرضك وعلاجه، إذ أن معرفتك ومشاركك النشطة في علاجك سيساعدك على العيش متمتعًا بالصحة والسعادة والنشاط.

Denise O'Shaughnessy

موظفة اجتماعية متقدمة

مركز موارد الكلى

(Senior Social Worker

Renal Resource Centre)

Darling Point NSW

أذار/ مارس 2007



تقدير

تم إعداد هذا الكتيب وترجمته وإنتاجه باللغات العربية، والصينية، والإيطالية، والفيتنامية، كمشروع مشترك بين مركز موارد الكلى وفريق العمل الإكلينيكي لمنطقة العاصمة الكبرى. وينوّه مركز موارد الكلى بالتمويل والإسهامات السخية للموظفين الإكلينكيين ولستهلكي شبكة خدمات الكلى وGMCT.



المحتويات

16	الفصل 4: نقل الكلى.....	4	الفصل الأول: عندما تفشل الكلى
16	ما هو نقل الكلى؟	4	وظيفة الكلى الطبيعية.....
16	من أين يتم الحصول على الكلى للنقل؟	4	مرض الكلى المزمن
16	· متبرعون أموات	4	أعراض مرض الكلى المزمن.....
17	· متبرعون أحياء	5	كيف أقرر نوع غسل الكلى الأفضل لي؟.....
17	نسب نجاح نقل الكلى	6	التكيف مع غسل الكلى.....
18	نقل الكلى من متبرّع حي	7	الفصل 2: غسل الدم
	الآثار طويلة المدى على المتبرعين الأحياء	7	كيف يتم غسل الدم؟.....
18	من الأقارب أو غير الأقارب.....	7	الوصول إلى الوعاء الدموي لغسل الدم.....
20	الاستعداد لنقل الكلى.....	7	غسل الدم في البيت
20	· الصلاحية لعملية النقل	8	غسل الدم في المراكز المستقلة والمستشفيات
20	· فئات الدم، وأنواع الأنسجة، والمضاهاة	8	ما الذي يمكنني القيام به خلال العلاج
21	· قائمة انتظار عمليات النقل.....	10	بغسل الدم؟
21	· محافظة الشخص على صحته قبل نقل الكلى	10	الأدوية، والسوائل، والغذاء، والتمارين
22	عملية النقل.....	10	الحمل و منع الحمل.....
22	بعد العملية.....	10	العمل
23	الرعاية بعد النقل.....	10	الإجازات
23	الحياة مع كلية جديدة		
	الفصل 5: التحكم بالفشل الكلوي	12	الفصل 3: الغسل البريتوني
24	بدون غسل كلى	12	كيف يتم الغسل البريتوني؟.....
	الفصل 6: أفكار ختامية	13	· الغسل البريتوني الانتقالي المستمر (CAPD)
26		13	· الغسل البريتوني التلقائي (APD).....
			الوصول إلى داخل الجسم لإجراء الغسل
		13	البريتوني.....
		15	الغسل البريتوني في المنزل.....
		15	الأدوية، والسوائل، والغذاء، والتمارين
		15	الحمل ومنع الحمل.....
		15	العمل
		15	الإجازات

وظيفة الكلى الطبيعية

الكليتان عضوان حيويان في الجسم، لكلٍ منهما حوالي مليون مَصْفَى تسمى **كَبِيَّات** (بالإنكليزية **glomeruli**)، تقوم بإزالة الفضلات والسوائل الزائدة من الدم عن طريق البول. يتم خزن البول في المثانة ومن ثم يخرج من الجسم عبر القسطرة (انظر الشكل 1). كذلك تقوم الكليتان بإنتاج وتنظيم هرمونات (هرمونات) تساعد في التحكم بضغط الدم، وإنتاج خلايا الدم الحمراء، والمساعدة في بناء عظام سليمة.

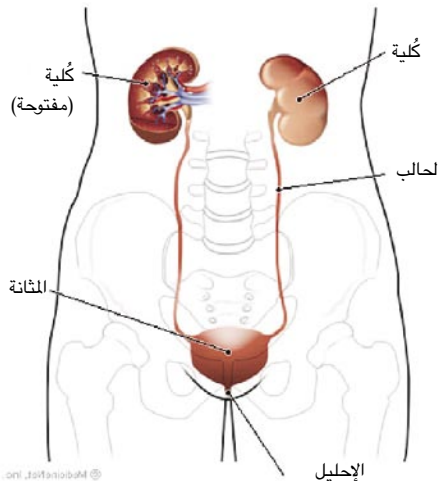
مرض الكلى المزمن

تحدث الإصابة بمرض الكلى المزمن عندما تتلف أنسجة الكلية على مدى فترة زمنية طويلة. والكثيرون لا يدركون إصابتهم بمرض في الكلية إلا بعد خسارة أكثر من 70% من وظائفها. وعندما يلحق تلف شديد بالكليتين معاً، فإن العلاجين الوحيدين المتوفرين لإعادة الكليتين إلى تأدية وظيفتهما هما غسل الكلى ونقل الكلى. والأسباب الأكثر شيوعاً للفشل الكلوي في أستراليا هي داء السكري، والتهاب مصافي الكلى، وارتفاع ضغط الدم.

أعراض مرض الكلى المزمن

يمكن أن تنشأ بعض الأعراض التالية أو كلّها متى انخفضت نسبة وظيفة الكلية (يتم قياسها بإجراء فحص للدم أو البول) إلى ما دون 30%:

- < احتباس السوائل ممّا ينشأ عنه انقطاع النَّفَس وانتفاخ الكاحلين والقدمين
- < التعب
- < الصداع
- < ضعف الذاكرة والتركيز
- < سرعة الاهتياج
- < النوم المتقطع
- < تملل في الرجلين
- < الحكة
- < فقدان الشهية والغثيان
- < فقدان الوزن
- < ضعف الرغبة الجنسية وتغيّر في القدرة الجنسية



الشكل 1: الجهاز البولي

سيقوم اختصاصي أمراض الكلى (يُعرف أيضًا باسم «طبيب الكلى» أو «اختصاصي مبحث الكلى») بتوصيتك بإجراء غسل للكلى إذا لم يُعد بالإمكان التحكّم بهذه الأعراض عن طريق الأدوية وتغيير النظام الغذائي. إن غسل الكلى طريقة مأمونة وفعّالة كبديل للجزء المفقود من وظيفة الكلية. وهي لا تُنبت وظيفة كليتك أو تحسّنها، غير أنك متى بدأت بغسل الكلى فستلاحظ تحسّناً واضحاً في صحتك ونشاطك، حيث أن الكثير من هذه الأعراض ستخف كثيراً أو تختفي تماماً.

ويكون نقل الكلى خياراً علاجياً آخر للكثيرين. ففي بعض الحالات، قد «يستبق» هذا العلاج غسل الكلى إذا وُجد متبرّع حي (راجع الفصل 4: نقل الكلى). غير أنه من الاعتيادي جداً البدء في غسل الكلى قبل عملية النقل. وغسل الكلى إجراء ضروري لحين توفر متبرّع مناسب. ويمكن أن يستغرق ذلك أحياناً عدة سنوات. وهناك من الناس من لا يكون نقل الكلى مناسباً لهم من الناحية الطبيّة. فهؤلاء يستطيعون إجراء غسل الكلى كعلاج طويل المدى. وبما أن غسل الكلى قد يكون كذلك، فمن المهم اختيار نوع الغسل الأنسب لأسلوب حياتك.

في بعض الحالات، يمكن أن تكون الأعباء والمسائير الناجمة عن عمليتي غسل الكلى ونقل الكلى أكثر من فوائدهما، إذ يمكن توفير حياة حسنة النوعية ونتائج أفضل، خصوصاً في حالة بعض المسنين، باتّباع أنواع أخرى من العلاج. وسيتم بحث ذلك في الفصل 5، التحكّم الطبي بالفشل الكلوي. تحدث إلى طبيبك إذا لم تكن متأكّداً من صلاحية البدء بغسل الكلى.

كيف أقرّر نوع غسل الكلى الأفضل لي؟

إذا أوصى لك اختصاصي الكلى بغسل الكلى ورغبت في الحصول على معلومات عن هذا الإجراء، هناك نوعان من غسل الكلى: غسل الدم والغسل البريتوني. وسيأتي بحثهما في الفصلين 2 و3.

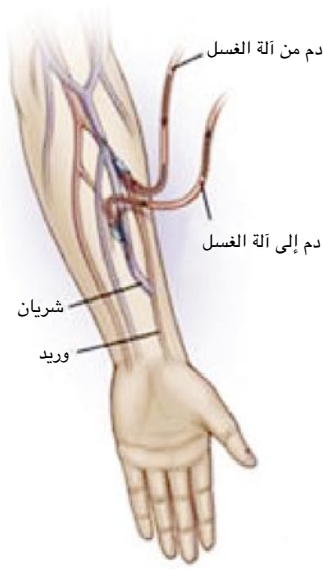
يتوقف خيارك لنوع الغسل على ظروفك الشخصية، بشرط ألا يكون هناك سبب طبي معين لتفضيل نوع على الآخر. تشمل هذه الظروف حالة عائلتك، ومكان سكنك، وما إذا كنت تعمل، وأسلوب حياتك، وما إذا كنت تحب السباحة بصورة منتظمة، وقدرتك على إجراء هذا العلاج بنفسك أو قدرتك على السفر إلى أحد المراكز لتلقي العلاج. يستطيع اختصاصي الكلى وأعضاء وحدة علاج الكلى مساعدتك في اختيار نوع الغسل الأنسب لك.

التكيف مع غسل الكلى

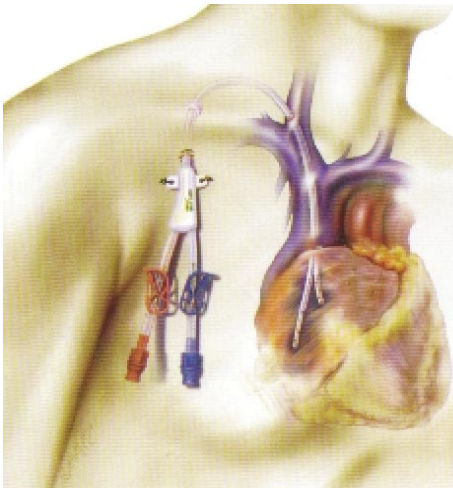
بعد تشخيص الفشل الكلوي لديك، من الطبيعي أن تتساءل عن سبب حدوث ذلك وأن تتألم مجموعة من الأحاسيس كالصدمة والغضب والافتقار. لكن وطأة هذه الأحاسيس تخف في نهاية المطاف، خصوصاً عندما تعرف أن بإمكانك أن تحيا حياة نشطة على الرغم من الفشل الكلوي. اعرف أكبر قسط من المعلومات عن العلاج واستفد من دعم أصدقائك وعائلتك في ذلك الوقت. فهم يريدون مساعدتك، لذلك عليك عدم الانسحاب أو الانعزال عنهم.

مع مرور الوقت، ستجد أنه من الأسهل أن تقبل غسل الكلى كجزء من حياتك، ويجب أن تتوقع الشعور بمزيد من الصحة والإيجابية بعدما تبدأ غسل الكلى. كما أن العودة إلى دراستك وعملك وأنشطتك الترفيهية والاجتماعية ستساعدك على التكيف. ستكون هناك بعض التغييرات الحتمية في حياتك، لكنك ستستطيع تدبيرها. فتكنولوجيا غسل الكلى في هذه الأيام تجعل العودة إلى ممارسة الحياة بصورة كاملة ومجزية أمراً ممكناً تماماً.

تذكر أن اختصاصي الكلى وأفراد وحدة علاج الكلى ومركز موارد الكلى موجودون لمساعدتك أنت وأفراد عائلتك في إيجاد أفضل سبيل لإدارة حياتك مع غسل الكلى.



الشكل 2: ناسور شرياني وريدي



الشكل 3: قسطرة دائمة تحت الترقوة

كيف يتم غسل الدم؟

غسل الدم علاج يبدأ عندما تبلغ النسبة المتبقية من وظيفة كليتيك أقل من 10%. وهو مصمم لتنقية الدم من الفضلات وإزالة أية سوائيل زائدة من الدم. يتم تنظيف الدم خارج الجسم باستخدام آلة لغسل الدم وكلية صناعية (غشاء الغسل). تستغرق كل عملية غسل للكلى عادةً أربع إلى ست ساعات، ويتم إجراؤها عادةً ثلاث مرات في الأسبوع، لكنها قد تجرى مرات أكثر ولمدد أطول.

يمكن إجراء غسل الدم في المنزل، أو في وحدة غسل الكلى بالمستشفى، أو في إحدى وحدات غسل الكلى المستقلة (راجع الصفحة التالية). يتم دعم وتشجيع الكثيرين لإجراء غسل الكلى في منازلهم، أما إذا لم يكن ذلك ممكناً، فيتم الإعداد للحضور إلى أحد المستشفيات أو المراكز المستقلة. غير أنه قد لا يكون هذا الأمر ممكناً من الناحية العملية في المناطق الريفية والناحية لأنه قد لا توجد وحدة قريبة لعلاج الكلى. في هذه الحالات، قد يكون غسل الكلى (غسل الدم أو الغسل البريتوني) في المنزل، أو تغيير مكان إقامة الشخص، هو الخيار الوحيد المتوفر.

من الضروري الوصول إلى الدم أو الدورة الدموية لإجراء الغسل. ويمكن ذلك بواسطة إجراء جراحي للوصول إلى وعاء دموي.

الوصول إلى الوعاء الدموي لغسل الدم

سيوصي لك الجراح بنوع الوصول الأنسب لك. يحتاج الوصول لإجراء غسل الكلى إلى غرز إبرتين (قُصْبَتَيْن) في الوريد، تقوم إحدهما بإرسال دمك إلى آلة الكلية الصناعية، بينما تعيد الأخرى الدم إلى جسمك. وبما أن هذا الإجراء يتم ثلاث مرات على الأقل في الأسبوع، فإنه من الضروري وجود نقطة موثوقة للوصول.

يتم هذا الإجراء بواسطة عملية جراحية بسيطة لوصل أحد شرايين ساعدك - وأحياناً عضدك - بأحد أوردته. يُطلق على ذلك اسم ناسور (انظر الشكل 2). فإذا كانت الأوعية الدموية في ذراعك صغيرة أكثر مما ينبغي، تُستخدم رقعة شريانية باستخدام شريان من ساقك أو رقعة باستخدام مادة صناعية (gortex) للتمكين من الوصول لإجراء غسل الدم، ويكون ذلك عادةً في ذراعك وأحياناً في فخذك. من المفضل اتخاذ الترتيبات الخاصة بجراحة الوصول قبل أن يصبح غسل الكلى ضرورياً بعدة أشهر. وهذا يعني أن ناسورك سيكون جاهزاً للاستعمال متى بدأ غسل الكلى، ويمكنك بذلك تجنب الضيق الناتج عن الوصول المؤقت.

إذا لزم إجراء غسل الكلى بصورة فورية ولم يكن تم إعداد الناسور أو الرقعة، يمكن استخدام شكل مؤقت من أشكال الوصول باستخدام قسطرة لندة تُغرز في أوردة الرقبة أو الجزء العلوي من الصدر (قسطرة عنقية أو تحت الترقوة) (انظر الشكل 3). ويُفضل معظم الناس تجنب هذه الإجراءات لارتفاع إمكانية الالتهاب الناتج عنها.

المنزل أو المركز المستقل أو المستشفى: أي مكان أنسب لي؟

غسل الدم في المنزل

يتوقف نجاح غسل الدم في المنزل إلى حد كبير على رغبتك في البقاء مستقلاً ومتحكماً بصورة مباشرة في علاجك. ومن المفيد أيضاً أن تسلك موقفاً إيجابياً وأن تتوفر لك عائلة أو شبكة أصدقاء مستقرة توفر لك الدعم. يقوم الكثيرون بغسل الكلى بمساعدة من شركائهم، بينما يستطيع آخرون القيام بذلك بأنفسهم. هناك تزايد في عدد الذين يجرون عمليات غسل الدم في المنزل ليلاً (6-8 ساعات) وتكرارها، خصوصاً أن ذلك يترك ساعات النهار للأعمال الأخرى ويؤدي إلى تحسين الصحة بمقدار كبير.

تقدم الحكومة معدات الغسل، والمواد التي تُرمى بعد الاستعمال، والتدريب اللازم لإجراء غسل الدم بالمنزل، بدون مقابل. أما المرضى، فيقدمون تمديدات السباكة اللازمة للآلة، والكرسي المائل إلى الخلف، والموازين. ومن الممكن اتّخاذ ترتيبات للحصول على مساعدة في تمويل هذه الأشياء.

سيحملك طبيبك إلى وحدة تدريب متخصصة في غسل الدم في المنزل. ومتوسط المدة اللازمة لتعلّم إجراء علاجك عن طريق غسل الدم هو 6-8 أسابيع. إذا كنت تعمل، ستحتاج للإعداد لترك العمل خلال مدة التدريب. وسيساعدك اختصاصي الكلى والأخصائي الاجتماعي وموظفو التمريض في تقرير ما إذا كان العلاج في المنزل ممكناً.

غسل الدم في المراكز المستقلة والمستشفيات

إذا كان غسل الدم في المنزل غير مناسب، لأسباب طبية أو اجتماعية، فإن العلاج بغسل الكلى يتوفر في مراكز غسل مستقلة ذاتية الرعاية، ويستمر عادة 5 ساعات ويجرى 3 مرات في الأسبوع. إلا أن مواقع هذه المراكز الخاصة لا تكون دائماً مناسبة من حيث بعدها عن منزلك، خصوصاً في المناطق الريفية والناحية. في معظم الحالات، ستكون مسؤولاً عن الإعداد لانتقالك إلى مركز غسل الكلى. والنقل بعربات الإسعاف غير متوفر عادةً لهذا الأمر.

في المركز المستقل، يمكنك إدارة علاج غسل الكلى بنفسك تحت إشراف طاقم تمريض. وإذا كانت هناك مشاكل طبية معقدة، يتوفر غسل الدم في المستشفى مع رعاية تمريضية طوال فترة استمرار المرض الشديد وأحياناً كخيار على المدى الطويل. ويستطيع اختصاصي الكلى والأخصائي الاجتماعي وطاقم التمريض إعطاءك المزيد من المعلومات عن موقع غسل الكلى الأنسب لك.



< غسل الدم في المنزل



< غسل الدم في مركز مستقل أو مستشفى

ما الذي يمكنني القيام به خلال العلاج بغسل الدم؟

إذا كان إجراء غسل دمك يتم خلال النهار، فمن المحتمل إجراء ذلك وأنت ترقد في كرسي مائل إلى الخلف. وللأسف، فإنه ليس بالإمكان أن تمشي خلال الغسل، لكن من الممكن بالتأكيد أن تقرأ أو تشاهد التلفاز أو تستمع إلى الموسيقى، أو تتبادل الأحاديث، أو تنام. ولا يشعر الشخص بإزعاج خلال الغسل. وأصعب ما في الأمر هو القيام بشيء لتمرير الوقت. وغسل الكلى في البيت يوفر أقصى درجات المرونة. والكثيرون، خصوصاً الذين يعملون بدوام كامل، يقومون هذه الأيام بإجراء غسل كلاًهم ليلاً في جو المنزل المريح.

< الأدوية والسوائل والغذاء والتمارين إن غسل الدم لوحده ليس كافياً لإبقائك معافى. فالأدوية، وتحديد السوائل التي تشربها، والتحكّم بغذائك، هي عادةً أمور ضرورية أيضاً. فالعلاج **بغسل الدم** يتم بصورة **متقطعة**، لذلك فإن الفضلات والسوائل الزائدة قد تتجمّع بين كل جلستَي غسل دم.

تقل التقييدات مع ازدياد عدد جلسات غسل الدم. ومن المهم جداً أن تتناول كل الأدوية التي وصفها لك طبيبك (في الأوقات المناسبة)، والتقيّد بشرب كميات السوائل المحددة لك، والانتباه لغذائك. كما أن ممارسة التمارين بانتظام تفيد في زيادة قوتك، وطاقتك، وحيويتك، وصحة قلبك.

< الحمل ومنع الحمل تستطيع المرأة التي في سن الإنجاب وتقوم بغسل دمها أن تحمل، **لكن نشدّد في النصح لها بالأحمل**، إذ أن فرص استمرار الحمل إلى نهايته الطبيعية وإنجاب طفل بحجم طبيعي تكون ضئيلة جداً. لذلك يجب تأجيل الحمل إلى ما بعد إجراء عملية نقل ناجحة للكلى.

< العمل يتيح لك غسل الدم الاستمرار في متابعة حياة نشطة. ومن الممكن بالتأكيد، خصوصاً إذا كنت تقوم بغسل الدم في المنزل، أن تتابع العمل بدوام كامل حتى وإن كان عملك مجهداً جسدياً إلى حد ما. لكن الجمع بين العمل وغسل الدم في أحد المراكز المستقلة يمكن أن يكون صعباً. فالعلاج في المنزل يوفر مزيداً من المرونة.

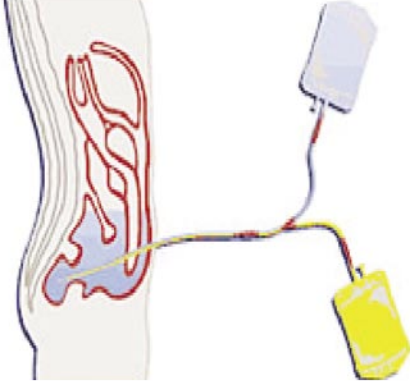
< الإجازات الإجازات طريقة هامة للاستراحة من روتين غسل الكلى. لكن مما يؤسف له أنه ليس بالإمكان أخذ إجازة من جلسات غسل الكلى. غير أن تغيير البيئة المحيطة وطلب إجراء العلاج (إذا كنت تقوم بالغسل في المنزل) بواسطة شخص آخر يكون مفيداً جداً لك ولعائلتك. وبالنسبة لغير المقتدرين مالياً، توفر بعض الولايات الأسترالية دور إجازات تملكها جمعيات مرضى الكلى. وهي متوفرة بأسعار معقولة جداً. ويمكن أحياناً تركيب آلة غسل الكلى في المنزل أو يمكن الإعداد لإجراء الغسل في مركز قريب. توجد مراكز غسل الكلى في معظم المدن والبلدات الكبرى في كل أنحاء أستراليا. ومن المأمون أن تسافر بالطائرة. **من الضروري حجز مواعيد غسل الكلى في الإجازات قبل وقت كافٍ.**

أما الحصول على العلاج بغسل الكلى في الخارج فإنه ممكن، لكنه قد يكون مرتفع الكلفة. وفي بعض البلدان، يستطيع الأستراليون المؤهلون لخدمات «ميكرو» إجراء غسل الكلى في المستشفيات الحكومية (عند توفر ذلك) بدون مقابل. هذه البلدان هي نيوزيلندا، والمملكة المتحدة، وجمهورية أيرلندا، وهولندا، والنرويج، والسويد. كما أن حاملي جوازات سفر البلدان الأعضاء في الاتحاد الأوروبي يمكنهم إجراء غسل الكلى في كل دول الاتحاد الأوروبي. أما في البلدان الأخرى، فعليك دفع تكاليف غسل الكلى. وفي بعض الأحيان تدفع صناديق التأمين الصحي الخاص جزءاً من الرسوم.



كيف يتم الغسل البريتوني؟

كما هو الحال بالنسبة لغسل الدم، فإن الغسل البريتوني علاج يُبدأ فيه عندما تبلغ الوظيفة المتبقية للكليتين أقل من نسبة 10%. ينقّي هذا الغسل الدم من الفضلات ويزيل أي سوائل زائدة من الدم في جلسات علاج **يومية**. لكن الغسل البريتوني، على النقيض من غسل الدم، ينقّي الدم داخل الجسم. ويُستخدم لذلك **البريتون أو الغشاء البريتوني** كمصفى للغسل. والبريتون غشاء يغلف جدار البطن من الداخل ويغطي الأعضاء البطنية.



الشكل 4: محلول وقسطرة الغسل البريتوني



< الغسل البريتوني الانتقالي المستمر (CAPD)

يتقطّر سائل خاص يسمى **محلول الغسل** إلى التجويف البطني عبر أنبوب خاص يسمى **قسطرة بريتونية (قسطرة ترنخوف)** (انظر الشكل 4). تمر الفضلات والسوائل الزائدة من الأوعية الدموية البالغة الصغر في الغشاء البريتوني إلى محلول الغسل، الذي يتقطر بعدئذٍ من التجويف البطني عبر القسطرة البريتونية. والغسل البريتوني علاج يومي تؤديه في المنزل، ويتم باستخدام سلسلة من التبادلات المرحلية. والتبادل هو عندما يتقطر محلول الغسل من التجويف البطني (حاملًا معه الفضلات والسوائل الزائدة من دمك) ويُستبدل بمحلول غسل جديد يتم إدخاله رويدًا إلى التجويف البريتوني.

هناك نوعان من الغسل البريتوني: CAPD و APD



< الغسل البريتوني التلقائي (APD)

الغسل البريتوني الانتقالي المستمر (CAPD)

عندما تتم التبادلات يدويًا خلال النهار، يُطلق على الإجراء اسم CAPD (الغسل البريتوني الانتقالي المستمر). يستغرق إكمال كل عملية تبادل لكمية لترين إلى 3 لترات من محلول الغسل 45 دقيقة. إلا أنه يمكنك القراءة أو مشاهدة التلفزيون أو غير ذلك خلال عملية إدخال السائل أو تقطّره إلى الخارج. تتم هذه التبادلات كل 6-4 ساعات خلال النهار. وبعد تقطّر المحلول المستخدم من بطنك إلى كيس فارغ وإدخال محلول جديد إلى التجويف البطني، يتم فصل كيس التقطّر من القسطرة والتخلص منه. ولا تحتاج أبداً للبس الكيس. وفي حالة CAPD، يكون هناك دائماً لترات 3 إلى 3 لترات من السائل في تجويّفك البطني. ومن الممكن أن تحمل هذا الحجم من المحلول في تجويّفك البطني بدون انزعاج.

وبين التبادلات، يمكنك القيام بكل أنشطتك المعتادة. فكل ما عليك عمله هو تخطيط جلسات التبادل للغسل بما يناسب روتينك اليومي. والأفضل أن تتم التبادلات وقت الفطور والغداء وفي وقت متأخر بعد الظهر والمساء.

الغسل البريتوني التلقائي (APD)

من الممكن أيضاً أن تتم هذه التبادلات لمدة 8-10 ساعات خلال الليل باستخدام آلة تبادل تلقائي. تسمح هذه الآلة بملء التجويف البطني بالمحلول وتقطّره منه تلقائياً أثناء نومك. وستحمل عادة كمية من السائل في تجويّفك البطني خلال النهار. وقد يُطلب منك أحياناً إجراء التبادل خلال النهار.

بالنسبة للأشخاص الذين يعملون أو كثيري المشاغل، يمكن أن تؤدي آلة التبادل إلى جعل الغسل البريتوني أمراً أكثر سهولة وتدبيراً. إلا أنها لا تكون مناسبة في كل الحالات.

الوصول إلى داخل الجسم لإجراء الغسل البريتوني

يدخل محلول الغسل إلى التجويف البطني ويخرج منه باستخدام أنبوب لدن خاص يسمى قسطرة بريتونية. خلال الجراحة، تُغرز هذه القسطرة في التجويف البريتوني ويتم إخراجها من تجويّفك البطني. وهي نقطة وصول دائمة لإجراء الغسل. من المهم جداً الاعتناء بقسطرتك وبنقطة خروجها من بطنك، أي موضع الخروج.

ويجب الانتباه لتجنّب إدخال أي التهاب إلى التجويف البطني. يُطلق على الالتهاب الذي يصيب البريتون اسم التهاب الصفاق. من الضروري أن تبدأ بالعلاج بمضاد حيوي حال ظهور أعراض الالتهاب.



الغسل البريتوني في المنزل

تُدار عملية الغسل البريتوني في المنزل. سيقوم طاقم التمريض بتعليمك كيفية إجراء التبادل الغسلي بسلامة. وستحضر إلى مركز التدريب **يوميًا** إلى أن تتعلم كيفية تنفيذ الإجراء بسلامة وثقة. وإذا كنت تخطط لإجراء الغسل البريتوني في الليل، فستتعلم أيضًا على كيفية استخدام آلة التبديل. يستغرق التدريب على الغسل البريتوني عادةً **أسبوعًا إلى أسبوعين**.

يجب أن تكون قادرًا على القيام بكل أنشطتك المعتادة ومتابعة العمل، خصوصًا إذا كنت تقوم بالغسل في الليل. والاعتبار الوحيد هو ما إذا كان أي من هذه الأنشطة يعرضك لخطر الالتهاب في نقطة الخروج أو التهاب الصفاق عن طريق القسطرة البريتونية. ويجب تجنب حالات محددة. مثلًا، يجب تجنب التعرّض لظروف العمل «الوسخة» أو السباحة في المياه غير النظيفة، مثل برك السباحة العامة المكتظة أو الشواطئ الملوثة. تحدث إلى اختصاصي الكلى عن أية مخاوف قد تكون لديك.

< **الأدوية والسوائل والغذاء والتمارين** إن الغسل البريتوني لوحده ليس كافيًا لإبقائك معافى، إذ أن أخذ كل الأدوية التي وصفها لك طبيبك (في الأوقات المناسبة)، والتقيّد بكميات السوائل والغذاء المحددة لك، كلها من الأمور الهامة جدًا لضمان بقاءك بصحة جيدة. كما أن ممارسة التمارين بانتظام تفيد في زيادة قوتك، وطاقتك، وحافزك، وصحة قلبك.

وقد يكون التحكم بالغذاء والسوائل أقل تقييدًا للأشخاص الذين يتلقون العلاج بالغسل البريتوني من أولئك الذين يُعالجون بغسل الدم. والسبب هو أن الغسل البريتوني يقوم باستمرار بإزالة الفضلات والسوائل الزائدة من جسمك.

< **الحمل ومنع الحمل** تستطيع المرأة التي في سن الإنجاب وتقوم بالغسل أن تحمل، لكن نشدّه في **النصح لها بألا تحمّل**، إذ أن فرص استمرار الحمل إلى نهايته الطبيعية وإنجاب طفل بحجم طبيعي تكون ضئيلة جدًا. لذلك يجب تأجيل الحمل إلى ما بعد إجراء عملية نقل ناجحة للكولة.

< **العمل** يتيح لك الغسل البريتوني الاستمرار في متابعة حياة نشطة. ومن الممكن بالتأكيد أن تتابع العمل بدوام كامل حتى وإن كان عملك مجهدًا جسديًا إلى حد ما. كما أن الغسل البريتوني ممكن في مجموعة من بيئات العمل. أما إذا كان ذلك صعبًا في بيئة عملك، فقد يكون من الأكثر مرونة إجراء الغسل البريتوني في الليل.

< **الإجازات** الإجازات طريقة هامة للاستراحة من روتين الغسل. لكن مما يؤسف له أنه ليس بالإمكان أخذ إجازة من جلسات غسل الكلى. غير أن تغيير البيئة المحيطة يكون مفيدًا جدًا لك ولعائلتك. وبالنسبة لغير المقترنين ماليًا، هناك دور إجازات تملكها جمعيات مرضى الكلى في بعض الولايات، وهي متوفرة بأسعار معقولة جدًا.

ولحسن الحظ، فليس من الواجب أن تتقيّد خطط إجازاتك بالغسل البريتوني. فيمكنك إما أخذ لوازِم غسلك معك أو، في معظم الحالات، **تستطيع شركة الغسل أن ترسل ما يلزمك إلى مقصد إجازتك**. تنطبق هذه الترتيبات أيضًا على الإجازات في الخارج.

ما هو نقل الكلى؟

يتضمن نقل الكلى أخذ كلية من جسم شخص وزرعها جراحياً في جسم شخص آخر مصاب بفشل كلوي. ونقل كلية واحدة يوفر ما يكفي من الوظيفة الكلوية لإبقاء الشخص المتلقي معافى.

وبالمقارنة مع غسل الكلى، فإن نقل الكلى يمنحك تحسناً أكبر في نوعية حياتك وفي طول عمرك، إذ لن يكون عليك قضاء بضع ساعات كل أسبوع لإجراء العلاج بغسل الكلى. كما لن يتعين عليك التقيد بحدود الغذاء والسوائل التي تُفرض مع إجراء غسل الكلى. وبشكل عام، فإنك ستشعر بصحة أفضل وتستمتع بحرية أكبر.

بعد عملية نقل كلية، سيبطل من الضروري أن تراجع اختصاصي الكلى بانتظام. كما أنه من الجوهري أن تتناول أدوية خاصة كل يوم لمنع رفض الكلى المزروعة من جانب جهاز المناعة في جسمك. ويكون من الضروري استمرار الإشراف الطبي وتناول الأدوية مدى بقاء الكلى المزروعة.

والهدف في أية عملية زرع هو الحد من إمكانية رفض الجسم للكلى. أولاً، يجب أن يكون للمتبرع والمتلقي فئات دم ملائمة. ثانياً، يجب أن يضاهاى نوع أنسجة المتبرع (أنظر أدناه) نوع أنسجة المتلقي إلى أكبر حد ممكن.

سيتم تقييم ملائمة جسمك لعملية النقل. فإذا أوصي لك بعملية نقل كلية، فسيوضع اسمك على قائمة انتظار عمليات نقل الكلى بعد البدء بإجراء غسل الكلى. وإذا كان لديك متبرع حي، فقد يكون بالإمكان إجراء عملية النقل قبل البدء في غسل الكلى. يُطلق على ذلك اسم النقل «الاستباقي».

من أين يتم الحصول على الكلى للنقل؟

هناك نوعان من المتبرعين بالكلى:

المتبرعون الأموات

يتم تخصيص الكلى من المتبرعين الأموات للشخص الموجود اسمه على قائمة انتظار عمليات النقل والذي يضاهاى نوع أنسجته نوع أنسجة المتوفي أكثر من سواه. يتم فحص المتبرعين الأموات المحتملين من حيث إصابتهم بالسرطان والفيروسات للتأكد من عدم انتقال هذه الأمراض إلى المتلقي.

ولسوء الحظ، فليس هناك ما يكفي من المتبرعين الأموات لأعداد المرضى المنتظرين لعمليات نقل الكلى. وهذا يعني أنه قد يتعين عليك الانتظار عدة سنوات قبل أن تتوفر كلية من متبرع ميت. ولحسن الحظ، فبغسل الكلى يمكن أن تظل بصحة جيدة أثناء انتظارك متبرعاً بكلية.

لا توجد ضمانات بأن الكلى ستعمل أو بطول مدة عملها. غير أن فرص النتائج الجيدة مرتفعة. (راجع معدلات نجاح نقل الكلى أدناه)

يُرجى ملاحظة ما يلي: إذا لم تكن مقيمًا أستراليًا دائمًا مؤهلاً لـ "مديكير"، فإنه لا يمكن تخصيص كُلية لك من قائمة انتظار عمليات النقل. إذا كان لديك متبرِّع حي. فإنه يمكن إجراء عملية النقل في أستراليا على نفقتك.

المتبرِّعون الأحياء

لسنوات عديدة، شكّل أقارب الدرجة الأولى، كأمهات المتلقِّين وآبائهم وإخوتهم وأخواتهم وأولادهم البالغين، المصادر الرئيسية من المتبرِّعين الأحياء (المتبرِّعون الأحياء الأقارب). ومن الشائع الآن أن يكون المتبرِّعون بالكلّي أشخاصًا لا تربطهم قرابة بالمتلقي، مثل الأشخاص الذين تربطهم صلات عاطفية أو عائلية قوية بمتلقي الكُلية (المتبرِّعون الأحياء من غير الأقارب). وهذا يعني أن الأزواج والأصدقاء وأفراد العائلة بالمصاهرة يمكن أن يكونوا أيضًا متبرِّعي كلى أحياء. ويحدث من حين لآخر أن يقوم متبرِّعون مجهولون بالتبرِّع بكلابهم، لكن هذا الأمر أقل شيوعًا بكثير (المتبرِّعون الأحياء ذوو النوايا الطيبة من غير الأقارب).

وتُستخدَم في حوالي 40% من عمليات نقل الكُلية في أستراليا هذه الأيام كلى مأخوذة من متبرِّعين أحياء. ولا توجد ضمانات بأن الكُلية ستعمل أو بطول مدة عملها. غير أن فرص النتائج الجيدة مرتفعة. (راجع معدلات نجاح نقل الكُلية أدناه)

وفوائد الجراحة باستخدام كُلية مأخوذة من متبرِّع حي هي:

- < تجنَّب الانتظار لمدة طويلة للحصول على كُلية من مجموعة متبرِّعين أموات
- < إمكانية التخطيط بصورة ملائمة لعملية نقل الكُلية للمتبرِّع والمتلقي. من الممكن أحيانًا إجراء عملية النقل قبل البدء بغسل الكُلية
- < من المحتمل أن تكون هناك مضاهاة أكبر بين الأنسجة إذا كان المتبرِّعون الأحياء من عائلتك ومجموعتك الإثنية
- < الكُلية المأخوذة من المتبرِّعين الأحياء تعمل عادة فورًا (تحتاج الكُلية المأخوذة من متبرِّعين أموات إلى مدة أطول كي تبدأ في تأدية وظيفتها)

نسب نجاح عمليات نقل الكُلية

تبلغ نسبة نجاح الكُلية المنقولة العاملة بعد سنة واحدة من جراحة نقل من متبرِّع حي حوالي 97% ومن متبرِّع ميت حوالي 92% (أمانة سجل ANZDATA، 2006). كما تبلغ نسبة نجاح الكُلية المنقولة العاملة بعد خمس سنوات من عملية نقل من متبرِّع حي حوالي 86% ومن متبرِّع ميت حوالي 80% (أمانة سجل ANZDATA، 2006).

إذا عملت الكُلية المنقولة بصورة جيدة في السنة الأولى تكون فرص عملها جيدة لسنوات طويلة. إلا أنه لا يوجد ما يضمن بأنها ستعمل إلى الأبد. أما إذا فشلت عملية النقل، يظل بالإمكان عادة إجراء عملية نقل ثانية. والكثيرون من الذين أُجريت لهم عمليات نقل كُلية منذ 25-30 سنة مازالوا بصحة جيدة جدًا بوجود الكُلية المنقولة هذه.

عمليات نقل الكلى من المتبرعين الأحياء

تحقق عمليات نقل الكلى من المتبرعين الأحياء نجاحًا كبيرًا. ويمكن إجراء عمليات النقل من المتبرعين إما بإجراءات **الشق المفتوح**، وهو عبارة عن إجراء شق كبير تحت الأضلاع، أو ما يسمى **بجراحة ثقب المفتاح**، وهو عبارة عن شق أصغر كثيرًا في البطن واستخدام كاميرا لإرشاد عملية سحب الكلية.

يزداد اتّباع طريقة **الثقب المفتوح** هذه الأيام، وهي تجعل عملية سحب الكلية من المتبرّع أقلّ إزعاجًا. كما أن الشفاء من العملية أسرع. ويمكن إخراج المتبرّع من المستشفى في غضون يومين إلى 4 أيام بعد عملية ثقب المفتاح، كما يمكنه عادة العودة إلى العمل خلال شهر من العملية. ويجب تجنّب رفع الأشياء الثقيلة لمدة حوالي 4 أسابيع.

أما **جراحة الشق المفتوح** التقليدية فتحتاج للبقاء في المستشفى لمدة أسبوع. وفي هذه الحالة، يجب تجنّب رفع الأشياء الثقيلة لمدة حوالي 3 أشهر.

إذا كان أحد يفكر بأن يكون متبرّعًا حيًا من الأقارب أو متبرّعًا حيًا من غير الأقارب، فعليه بحث الأمر مع اختصاصي في أمراض الكلى. في بداية الأمر لا تكون هناك حاجة لإفحوص دم بسيطة. إذا أظهرت هذه الفحوص أن المتبرّع المحتمل ملائم لك وكان المتبرّع المحتمل يرغب في متابعة المزيد من الفحوص، سيكون من الضروري إجراء فحوص أشعة سينية للصدر، وفحص لوظيفة الكلية، ورسم قلب كهربائي، ورسم للدماغ، وفحص صحة عام. ولن يتم تعريض صحة المتبرّع للخطر من أجل الحصول على كلية.

ويُعتبر قبول دفعة من أي نوع من المتلقّي لقاء التبرّع بالكلية أمرًا غير قانوني. ويتم تقييم جميع

المتبرّعين للتأكد من أن قرارهم غير متأثر بأي نوع من أنواع الربح المالي أو النفع الشخصي. وتجرى معهم جلسات إرشادية لضمان معرفتهم معرفة تامة بكل المخاطر والنتائج التي يمكن أن تنشأ عن تبرّعهم وتؤثر على علاقتهم بالمتلقّين. يمكن بحث أية مخاوف تتعلق بالمصروفات الطبية أو سواها أو التأمين الطبي مع الأخصائي الاجتماعي في وحدة علاج الكلى.

النتائج طويلة المدى على المتبرّعين الأحياء والمتبرّعين من غير الأقارب

إن العيش بكلية واحدة لا يؤثر على طول العمر المتوقع للمتبرّع بالكلية. وبشكل عام، يعتبر المتبرّعون أن مساعدة أحبائهم تجربة مجزية للغاية. كما أن الأزواج والوالدين قد يستفيدون استفادة مباشرة من تحسن نوعية حياة المتلقّي وعائلته.

وفي عدة حالات، تتكون لدى بعض المتبرّعين مشاعر سلبية أو متضاربة بشأن التبرّع، وهو أمر قد يؤدي أحياناً إلى تأزم أو عدم انسجام في العائلة. كما أنه من الممكن أن تفشل عملية نقل الكلية. ومن غير الممكن إعادة الكلية إلى المتبرّع. وفشل الكلية المتبرّع بها يمكن أن يجلب ضيقاً شديداً لكل المعنيين. لذلك فإنه من المهم جداً أن تفكر بكل مضاعفات التبرّع وأن تبحثها بطريقة شاملة مع اختصاصي الكلية أو الأخصائي الاجتماعي أو الاختصاصي النفسي، وهم يتمتعون بخبرة في هذه المسائل.



الاستعداد لنقل الكلى

< ملاءمة الشخص لنقل الكلى

من الضروري إجراء استقصاءات طبية للتأكد من ملاءمتك لعملية نقل كلى. تشمل هذه الاستقصاءات فحوصاً جسدية، وفحوص دم، وصوراً بالأشعة السينية للقلب والرئتين وأحياناً للمعدة والمثانة. هناك جلسات توعية قبل عملية النقل تعدك للجراحة ورعايتك المستمرة.

قد يواجه الأشخاص المصابون بمشاكل طبية خطيرة، مثل أمراض القلب و/أو الأوعية الدموية الشديدة، مشاكل تتعلق بعمليات نقل الكلى. وقد يكون غسل الكلى في الغالب علاجاً أنسب لهؤلاء. بل أن البعض قد يكونون مرشحين إلى علاجهم بالغسل لدرجة أنهم يفضلون عدم إجراء عملية نقل. سيبحث اختصاصي الكلى معك مدى ملاءمتك من الناحية الطبية وخياراتك المفضلة لعملية النقل.

وفيما يتعلق بالأشخاص الذين نجم الفشل الكلوي لديهم عن داء السكري النوع 1 ويفكرون بعملية نقل كلى، قد يكون من الممكن إجراء عملية مشتركة لنقل كلية وبنكرياس. يمكن الحصول من اختصاصي الكلى على معلومات إضافية وشروط الأهلية.

< فئات الدم، وأنواع الأنسجة، والمضاهاة

يجب أن تكون فئات الدم لدى المتبرع والمتلقي متناسبة لإجراء عملية نقل كلى. كما أنه من الضروري أن تكون هناك مضاهاة في خلايا الدم البيضاء. وهذا ما يُطلق عليه «أنواع الأنسجة» و «المضاهاة».

1. فصيلة الدم

تضاهي فصائل الدم العادية (A, B, AB, O) خلايا الدم الحمراء لدى المتبرع والمتلقي. ويجب أن تكون متلائمة. كما هو الحال في عمليات نقل الدم. إذا كانت فصيلة دم متبرع غير متلائمة مع فصيلة دم المتلقي، يُقترح بحث الموضوع بمزيد من التفصيل مع اختصاصي الكلى.

لائحة الملاءمة لأغراض عملية النقل:

فصيلة دم المتبرع

فصيلة دم المتلقي

O	AB	B	A	
نعم	كلا	كلا	نعم	A
نعم	كلا	نعم	كلا	B
نعم	نعم	نعم	نعم	AB
نعم	كلا	كلا	كلا	O

٢. أنواع الأنسجة والمضاهاة

يشمل هذا مضاهاة نوع من خلايا الدم البيضاء يسمى «خلايا لمفاوية». لهذه الخلايا وكل خلايا الجسم مؤشرات خاصة على أسطحها تسمى «أنتجن». هناك مجموعة خاصة من هذه الانتجنات تسمى HLA (أنتجنات الخلايا اللمفاوية البشرية)، ولها أهمية في عمليات النقل. كلما ازدادت المضاهاة بين أنتجنات المتبرّع والمتلقّي ارتفعت فرصة نجاح عملية النقل. وهذا ينطبق على عمليات النقل من المتبرّعين الأحياء والأموات على السواء.

عندما يمتزج دم من المتبرّع بدم من المتلقّي ولا يحصل رد فعل، يُطلق على ذلك مضاهاة سالبة. يجب أن تكون هناك مضاهاة سالبة كي يمكن الاستمرار في عملية النقل.

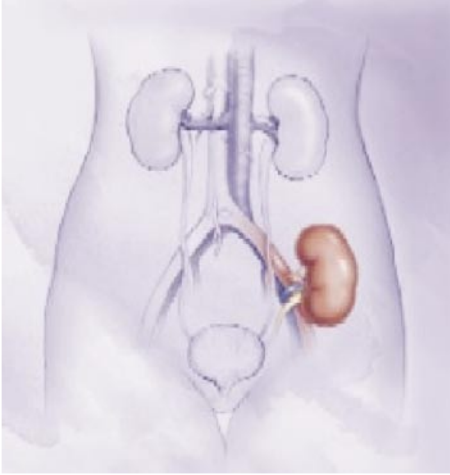
قائمة انتظار عمليات النقل

يتم تسجيل اسم كل شخص ينتظر إجراء عملية نقل كُلية من متبرّع ميت على قائمة وطنية على الكمبيوتر. تؤخّذ كل شهر عيّنة دم لفحص ما إذا تكوّنت مضادات أجسام لأنتجن HLA (مثلاً بسبب عملية نقل دم) وللمضاهاة بين الخلايا إذا توفرت كُلية من أحد المتبرّعين. ومتى توفرت كُلية أحد المتبرّعين، تتم مضاهاة نوع أنسجة المتبرّع مع نوع أنسجة كل الأشخاص المدرجين على القائمة. ومن ثم يتم تخصيص هذه الكُلية للمتلقّي صاحب نوع الأنسجة الأقرب إلى نوع أنسجة المتبرّع. إذا كان هناك عدد من المتلقّين تضاهي أنواع أنسجتهم نوع أنسجة المتبرّع، تخصّص الكُلية للمتلقّي الذي قضى أطول فترة على قائمة الانتظار.

البقاء بصحة جيدة قبل عملية نقل الكُلية

من المهم جداً أن تحافظ على صحتك أثناء انتظارك لعملية نقل. فإذا كانت حالتك الصحية العامة ضعيفة، تقل إمكانية اعتبارك مرشحاً جيداً لعملية نقل. يجب عليك ما يلي:

- < الالتزام بجدول غسل الكُلى للبقاء بصحة جيدة
- < عدم التدخين للحد من مخاطر أمراض القلب والالتهابات الرئوية بعد عملية النقل
- < التحكّم بوزنك للحد من خطر الإصابة بمرض القلب
- < التحكّم بضغط دمك للحد من خطر الإصابة بمرض القلب
- < ممارسة التمارين لتحسين لياقتك وقوتك وحيويتك والحد من خطر الإصابة بمرض القلب
- < زيارة طبيب الأسنان لمنع التهاب الأسنان واللثة بعد عملية النقل
- < حماية جلدك من حروق الشمس للحد من خطر الإصابة بسرطان الجلد بعد عملية النقل



الشكل 5: عملية نقل كلية

عملية النقل

تستغرق العملية 3-5 ساعات تقريباً. ولا يتم فيها استئصال كليتيك. فتوضع الكلية الجديدة على الجانب الأيسر أو الأيمن من البطن تحت السرة (انظر الرسم 5). ويتم وصل وريد وشريان الكلية الجديدة بوريد وشريان في حوضك. ويتم وصل الإحليل (أنبوب البول) من الكلية إلى المثانة.

بعد العملية

يكون هناك عادة بعض الألم حول موضع العملية. ويمكن التحكم في الألم بنجاح عن طريق استخدام أدوية قوية. وتكون هناك حاجة لقسرة مثانة (أنبوب لإفراغ البول) وأنباب صرف من الجرح في بطنك لمدة أسبوع للمساعدة في الالتئام. ويكون التعافي سريعاً للغاية، إذ ينهض معظم الناس من السرير بعد يوم واحد من العملية ويستطيعون المشي في غضون بضعة أيام.

أحياناً، قد تحتاج كلية متبرّع ميت لعدة أيام أو أسابيع (وأطول من ذلك أحياناً) كي تبدأ العمل بصورة صحيحة. إذا حصل ذلك، فإنه لا يعني أن الكلية لن تعمل بصورة حسنة في نهاية الأمر. وفي الوقت الذي تتعافى فيه الكلية، قد تحتاج للاستمرار في الغسل للمحافظة على حسن التوازن الكيميائي في جسمك.

تتوقف مدة بقاءك في المستشفى على مستوى أداء الكلية وما إذا كانت هناك أية مضاعفات. لكن متوسط مدة البقاء في المستشفى هو أسبوع إلى أسبوعين.

العناية بعد عملية النقل

هناك عدد من الاحتياطات التي يجب أن تقوم بها بعد عملية النقل للعناية بالكُلية المنقولة ويصحك العامة. ستحتاج لتناول مجموعة من أدوية مضادة للرفض كل يوم مدى حياة الكُلية المنقولة. هناك إمكانية عالية لرفض الجسم للكُلية إذا توقفت عن تناول الدواء.

وبما أن جهاز المناعة لديك سيضعف نتيجة الأدوية المضادة للرفض، فستحتاج لبذل عناية خاصة لتجنّب مصادر العدوى. وستحتاج أيضاً للانتباه بشكل خاص لجدك لحمايته من التعرّض للشمس، إذ أنك ستكون أكثر عرضة للإصابة بسرطان الجلد. وهذا أحد الآثار الجانبية الأخرى للأدوية المضادة للرفض.

يمكن أن تزيد بعض الأدوية المضادة للرفض شهيتك فيصبح من السهل ارتفاع وزنك. ويمكن باتّباع نظام غذائي صحي وممارسة التمارين بانتظام المساعدة على الحد من خطر الإصابة بمرض القلب.

الحياة مع كُلية جديدة

يمكن أن يؤدي نقل الكُلية إلى التحرّز من الالتزام بغسل الكُلى وإلى حياة تتميز بالصحة. يجب أن تكون قادراً على العودة إلى مزاولة كل أنشطتك الاعتيادية وملك بدوام كامل بعد 3-6 أشهر من عملية نقل الكُلية.

من الطبيعي أن تمر بمرحلة من التأقلم. فتكون هناك، في البداية، زيارات متكرّرة إلى اختصاصي الكُلى. ويعني ذلك عادة زيارات يومية لعدة أسابيع بعد عملية النقل. بالنسبة للمقيمين في الأرياف، قد يعني ذلك الإقامة على مقربة من وحدة عمليات النقل لمدة أسبوعين إلى 4 أسابيع بعد عملية النقل. وقد يعطل ذلك روتينك وحياة عائلتك وربما عملك أيضاً. كما قد تحتاج للتكيف مع حقيقة عدم معرفة المدة التي يمكن للكُلية المنقولة أن تستمر في عملها بشكل مؤكد والإحباط الذي تنطوي عليه العودة إلى إجراءات غسل الكُلى. لكن استمرار عمل الكُلية مع مرور الوقت هو أفضل طمأينة لك. كما أن الزيارات التي تقوم بها إلى العيادة تصبح أقل عندما يستقر عمل كليتك.

إذا كنت تخططين للحمل، فيجب أن تبחי مدى استحسان وسلامة الحمل مع طبيب الكُلى بأسرع ما يمكن. لا يُنصح النساء اللاتي تلقين كلى جديدة بالحمل إلا بعد انقضاء سنة إلى سنتين على عمل الكُلى بصورة جيدة. إن بعض الأدوية المضادة للرفض الجديدة ليست مأمونة الجانب للحمل. هناك مخاطر متزايدة لبروز مضاعفات، لذلك من المطلوب إجراء متابعة دقيقة للحمل. وقد يلزم إجراء بعض الفحوص والتصوير بالأشعة السينية، ويجب إجراؤها قبل أن تحملي.

التحكّم بالفشل الكُلوي بدون غسل الكلى

إنّ العلاج بغسل الكلى يمكن أن يطيل الحياة لكنه لا يحسّن دائماً نوعيتها، خصوصاً عندما تكون الصحة العامة والنشاط متأثرين أصلاً بالتقدّم في السن والأمراض الأخرى.

عند إخبار الناس بأنهم يحتاجون لغسل كلى، فإنّه من المعتاد أن تكون استجاباتهم لأوّل وهلة هي تأجيل العلاج أو حتى رفضه. فهم في الغالب يُصابون بالصدمة والاكْتئاب ويكونون غير مستعدين لمواجهة المستقبل. إن هذه ردة فعل طبيعية عند وجود أخبار غير سارة. لكن الاستجابة الأكثر إيجابية بكثير للمستقبل تتبع عادة بعد أن يعرف الشخص عن خيارات العلاج ويتعامل مع كل القضايا والمشاعر التي تستحضرها مثل هذه الأخبار. والأشخاص الذين يتمتعون بصحة جيدة، فيما عدا الفشل الكُلوي لديهم، يستطيعون تدبّر حياتهم بنجاح كبير مع غسل الكلى أو عمليات نقل الكلى.

غير أن بعض الأشخاص الذين يعانون من مشاكل طبية معقدة ومن اعتلال) الصحة المزمن، خاصة كبار السن، قد يشعرون بأن لا فائدة تُرجى من غسل الكلى، إذ أنهم يعتقدون بأن الغسل سيطيل حياة المرض المزمن وتكاليفهم والقصور الموجود في حياتهم.

مقارنة بين حسنات وسيئات العلاج بالغسل

عندما يختار الشخص العلاج بالغسل فإنه يجب أن يشعر بالثقة بأن ذلك سيزيد ويحسّن من استمتاعه بالحياة وألا يقسو في حكمه إلى درجة اعتبار أن ذلك سيحيل حياته بؤساً. إذا كنت تعتقد أن غسل الكلى لن يفيدك فيجب بحث أية تحفظات لديك مع اختصاصي الكلى. فهو أفضل المؤهلين لبحث حالتك وشرح مدى حسنات أو سيئات الغسل الممكنة في حالتك.

رفض العلاج بالغسل

بعد التباحث مع اختصاصي الكلى والعائلة، قد تختار العلاج بدون غسل الكلى. هناك أدوية للتحكّم بالأنيما (ضعف مستوى خلايا الدم الحمراء) والاختلالات الكيميائية والهورمونية، ومستحضرات للدعم الغذائي، وكريمات مضادة للحكة، ومهدئات للنوم المتقطع والتلمل في الرجلين، يمكن استخدامها بفعالية عالية لتخفيف الأعراض وتحسين عافيتك بأقصى ما يمكن.

الانسحاب من العلاج بالغسل

يمكن التفكير بموضوع الانسحاب من العلاج بالغسل عندما يصبح عبء الغسل أكبر من فوائده. فربما مر وقت وأنت تتابع العلاج بالغسل، أو ربما يكون لديك مشاكل طبية خطيرة أخرى، أو أنه ربما يؤثر على استمتاعك بالحياة ويحد من استقلاليتك. كما أن السفر إلى وحدة علاج الكلى والعودة منها، أو إجراء الغسل لك، أو حتى تدبّر أمر علاجك في المنزل، ربما أصبحت كلها أكثر صعوبة وإرهاقاً واستنزافاً للكثير من وقتك.



في مثل هذه الظروف، يمكن أن تصبح الحياة شديدة الصعوبة وتدور كلها حول العلاج بالجلسل والزيارات التي لا تنتهي إلى المستشفى والذهاب إلى المواعيد الطبية الأخرى. في مثل هذه الظروف، يكون من المعقول التفكير بالانسحاب من العلاج بغسل الكلى.

الرعاية التلطيفية

إذا قررت عدم البدء في العلاج بغسل الكلى أو الانسحاب من العلاج، فهناك رعاية طبية تخصصية تسمى «الرعاية التلطيفية»، يمكن أن تكون رديفًا للرعاية التي يقدمها لك اختصاصي الكلى. عندما يكون الفشل الكُلوي في مراحل متقدمة جدًا أو إذا انسحبت من العلاج بالجلسل، يستطيع اختصاصي الكلى واختصاصي الرعاية التلطيفية التحكم بأعراضك وتحقيق أقصى مستوى من الراحة وأفضل نوعية للحياة.

عائلتك

إن غسل الكلى ونقل الكلى علاجان يحتاجان لالتزام خاص وكذلك لالتزام ومشاركة في الغالب من عائلتك. واختيار عدم إجراء الغسل أو التوقف عنه يمكن أن يكون قرارًا صعبًا للغاية لك ولحبك. يستطيع اختصاصي الكلى، أو الأخصائي الاجتماعي، أو المرشد الروحي، أن يساعدك في تباحثك مع العائلة. بالنسبة للكثيرين، يكون قرار عدم إجراء العلاج بالجلسل مناسبًا جدًا ويؤدي حتمًا إلى راحتهم النفسية.

أفكار ختامية

بعد أن يُظهر التشخيص وجود فشل كَلَوِي، تمر كل العائلات بآزمة. وليس من الغريب أن يثير أفراد العائلة أو الأصدقاء إمكانية التبرّع بكُلِيّة حية. إن التبرّع بالكُلِيّة قرار كبير لأيّ كان، ويجب التفكير جيداً قبل الإقدام عليه. لا تتسرّع في مسارٍ معيّن قبل أن تدرس خياراتك جيداً.

تأكّد من أنك تعرف كل ما يمكنك معرفته عن كل أساليب غسل الكُلِي ونقل الكُلِي وكيفية المحافظة على الصحة والنشاط. وفي معظم الحالات، ليس من الضروري أن تُجرى عملية نقل الكُلِيّة مباشرة.

فغسل الكُلِي علاج فعّال جداً ويمكن بموجبه البقاء معافى لسنوات عديدة.

ستستفيد أنت وعائلتك من الدعم النفسي والعاطفي والاجتماعي الآن وفي كل مراحل العلاج الأخرى. من المهم أن تبحث كل خياراتك وكيفية تأثير كل واحد منها على حياتك. والأخصائيون الاجتماعيون أعضاء في فريق علاج الكُلِي، وهم مدربون لمساعدتك في هذه المسائل. كما أن اختصاصي الكُلِي وأعضاء هيئة التمريض في وحدة علاج الكُلِي ومركز موارد الكُلِي موجودون لمساعدتك أنت وعائلتك كي تحصلوا على معلومات عن غسل الكُلِي ونقل الكُلِي وتدبرهما بنجاح.

إن الكثيرين قبلك قد حققوا نجاحاً كبيراً.

نتمنى لك كل التوفيق.

خيارات علاج الفشل الكلوي: اختيار العلاج المناسب

هذا الكتيب متوفر باللغات الإنكليزية، والعربية،
والصينية، واليونانية، والإيطالية، والفيتنامية



RENAL RESOURCE CENTRE, 2007

(مركز موارد الكلى، 2007)

Darling Point Road 37

Darling Point NSW 2027

هاتف: +61 2 9362 3995 أو

+61 2 9362 3121

مكالمة مجانية: 1800 257 189

فاكس: +61 2 9362 4354

renalresource@nscchahs.health.nsw.gov.au

www.renalresource.com

منشورات مركز موارد الكلى تَؤَيِّدُهَا الجمعية

الأسترالية والنيوزيلندية لأمراض الكلى

(The Australian and New Zealand Society

of Nephrology) والمؤسسة الأسترالية لنقل الكلى

.(Transplant Australia)



جهات اتصال مفيدة:

Renal Resource Centre

(مركز موارد الكلى)

خط المعلومات

خط مجاني: 1800 257 189

هاتف: 02 9362 3995

renalresource@nscchahs.health.nsw.gov.au

www.renalresource.com

Kidney Health Australia

(المؤسسة الأسترالية لصحة الكلى)

خط مجاني: 1800 682 531

www.kidney.org.au

Transplant Australia

(المؤسسة الأسترالية لنقل الكلى)

www.transplant.org.au



RENAL RESOURCE CENTRE

37 Darling Point Road

Darling Point NSW 2027

Telephone: +61 2 9362 3995 or

+61 2 9362 3121

Freecall: 1800 257 189

Facsimile: +61 2 9362 4354

renalresource@nscchahs.health.nsw.gov.au

www.renalresource.com

