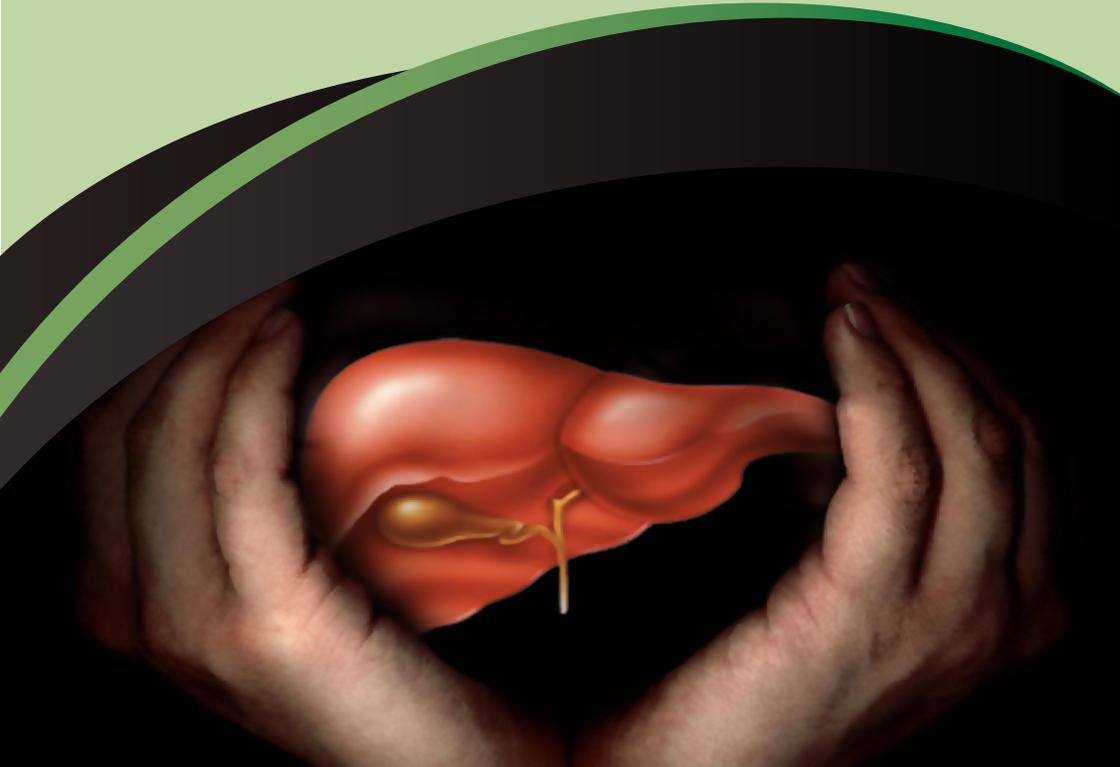




دليل زراعة الكبد

Liver Transplant Guide





دليل زراعة الكبد

Liver Transplant Guide

مقدمة

من الطبيعي أن يكون لدى مرضى الكبد العديد من الأسئلة، لذلك تم تصميم هذا الكتيب كي يجيب على كل أسئلتهم ويشرح لهم ولجميع أفراد عائلاتهم جميع الخطوات قبل وبعد عملية الزراعة، كما أنه يهدف إلى إعطائهم معلومات عن عملية الزراعة نفسها والعلاجات والأدوية المختلفة وكذلك الخطوات التي من شأنها أن تعيدهم إلى الحياة اليومية الطبيعية بإذن الله.

المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
٤	• أنواع زراعة الكبد
٥	• قرار التبرع
٦	• المراحل التي يمر بها مريض الكبد ١. مرحلة التقييم وقائمة الانتظار ٢. مرحلة التنويم بوحدة زراعة الكبد ٣. مرحلة ما بعد الخروج من المستشفى ٤. مرحلة المتابعة في عيادة الزراعة
١٤	• الجهاز المناعي
١٦	• الأدوية الخاصة بمرضى زراعة الكبد
٢٨	• برنامج العناية بنفسك

أنواع زراعة الكبد

هناك نوعان لزراعة الكبد:

١. زراعة كبد كاملة من متوفى دماغياً:

حيث يتم أخذ الكبد من المتوفى دماغياً بعد إعلان وإثبات حالة الوفاة الدماغية، ويتم استئصالها من المتبرع المتوفى دماغياً في أسرع وقت ممكن، وخلال هذه الفترة توضع الكبد في محلول خاص داخل الثلج للمحافظة عليها، ومن أهم الأمور المطلوبة أن تكون فصيلة دم المتبرع مطابقة لفصيلة دم المريض وأن يكون حجم الكبد مناسب للمريض.

٢. زراعة جزء من كبد متبرع حي:

تعتبر زراعة جزء من الكبد من متبرع حي عملية جديدة من نوعها في العالم، وقد أصبحت هذه العملية الحل الأفضل لكثير من مرضى الكبد بسبب قلة الأعضاء وازدياد عدد المرضى الذين هم في حاجة ماسة لزراعة كبد ومنعاً لحدوث المضاعفات التي قد تؤدي إلى الوفاة الناتجة عن طول الانتظار للحصول على كبد من متوفى دماغياً.

قرار التبرع

مما لا شك فيه أن التبرع بجزء من الكبد هو قرار مهم لأنه يعني موافقة المتبرع على إجراء عملية جراحية له، ومن جهة أخرى يعتبر التبرع بجزء من الكبد إلى شخص قريب من أعظم الأعمال التي يمكن أن يقوم بها المتبرع وفاء لصلة الرحم، ليس هذا فقط بل إنه من أكرم ما يمكن أن يقدمه المرء لقريبه المريض لأنه سوف يساعده بعد الله على استعادة صحته التي فقدتها بعدما أصيب بالفشل الكبدي، ولا ريب أن قرار التبرع هو قرار مشرف يستحق الثناء والتقدير من مجتمعنا ولا يجزي عليه إلا الله عز وجل.

من أهم الشروط الواجب توافرها في المتبرع أن يكون بصحة جيدة وخالياً من أي مرضٍ وأن يكون راغباً بالتبرع بدون أي ضغط أو دوافع أخرى تعود إليه وأن يكون بالغاً راشداً عاقلاً وعمره بين ٢٠ - ٥٠ سنة، وكذلك أن تكون فصيلة دم المتبرع متوافقة مع فصيلة دم المتلقي أو أن تكون فصيلة دم المتبرع «O» وأن يكون نحيفاً.

بعدها يتم إعطاء المتبرع رقم سجل طبي مؤقت مرفق مع رقم السجل الطبي للمريض المتبرع له، هذا ونصح بأن يتم التشاور مع العائلة وكل من لديه رغبة في التبرع عليه أن يتقدم بعد إجراء فحص فصيلة الدم كي يتم اختيار الأفضل صحياً للتبرع، بعد ذلك يتم إجراء تحاليل طبية مفصلة ودقيقة للمتبرع منها تحاليل الدم والأشعة التفصيلية وتخطيط القلب وتصوير شرايين وأوردة الكبد وكذلك القنوات المرارية، وفحص عينه من الكبد حتى يتم التأكد من أن المتبرع بصحة جيدة ولا يشكو من أي مرض ومن أن كبده سليمة ولا يوجد ما يمنع عملية التبرع.

بعد العملية سوف يقضي المتبرع يوماً واحداً في غرفة الإنفاة وبضعة أيام في جناح التنويم، يخرج بعدها ليمارس حياته اليومية بشكل طبيعي إن شاء الله تعالى، كما ستم متابعة المتبرع لفترات طويلة للاطمئنان على صحته.

(ملحوظة : يتم إغلاق الجرح بطريقة تجميلية لكي لا يترك أي أثر في المستقبل).

أما بالنسبة للمريض فسوف يتم إجراء تحاليل طبية ومخبرية كاملة، يخضع بعدها لعملية الزراعة ويمضي تقريباً ٣ أيام في العناية المركزة، ومن ثم ينتقل إلى جناح التنويم لمدة ٧ - ١٠ أيام، و بعد خروجه من المستشفى سوف يتابع مع عيادة زراعة الكبد بشكل أسبوعي لمدة ٣ أشهر على أن يلتزم بكافة التعليمات الخاصة للمحافظة على صحته حسب إرشادات الطبيب.

المراحل التي يمر بها مريض زراعة الكبد

مرحلة التقييم وقائمة الانتظار:

هي الفترة الزمنية من وقت توفر متبرع أو إدراج اسم المريض على لائحة الانتظار وحتى إجراء العملية وخروج المريض من المستشفى بعد الزراعة، ويختلف طول هذه الفترة من مريض لآخر وفيها يتم دراسة تاريخ حالة المريض بواسطة فريق الزراعة في أيام محددة، ويجب أن يتوقع المريض أن يكون على قائمة الانتظار من عدة أيام إلى عدة شهور.

من الصعب معرفة طول فترة الانتظار بسبب قلة عدد المتبرعين، ولكن أثناء فترة الانتظار سيتم متابعة المريض في عيادة ما قبل الزراعة بصفة دورية على حسب حالته الصحية.

العوامل التي تؤثر على مدى طول فترة الانتظار هي:

- ١- فصيلة الدم.
- ٢- حجم الجسم.
- ٣- حدة المرض مقارنة بالمرضى الآخرين على قائمة الانتظار.
- ٤- توفر الأعضاء أثناء فترة الانتظار.

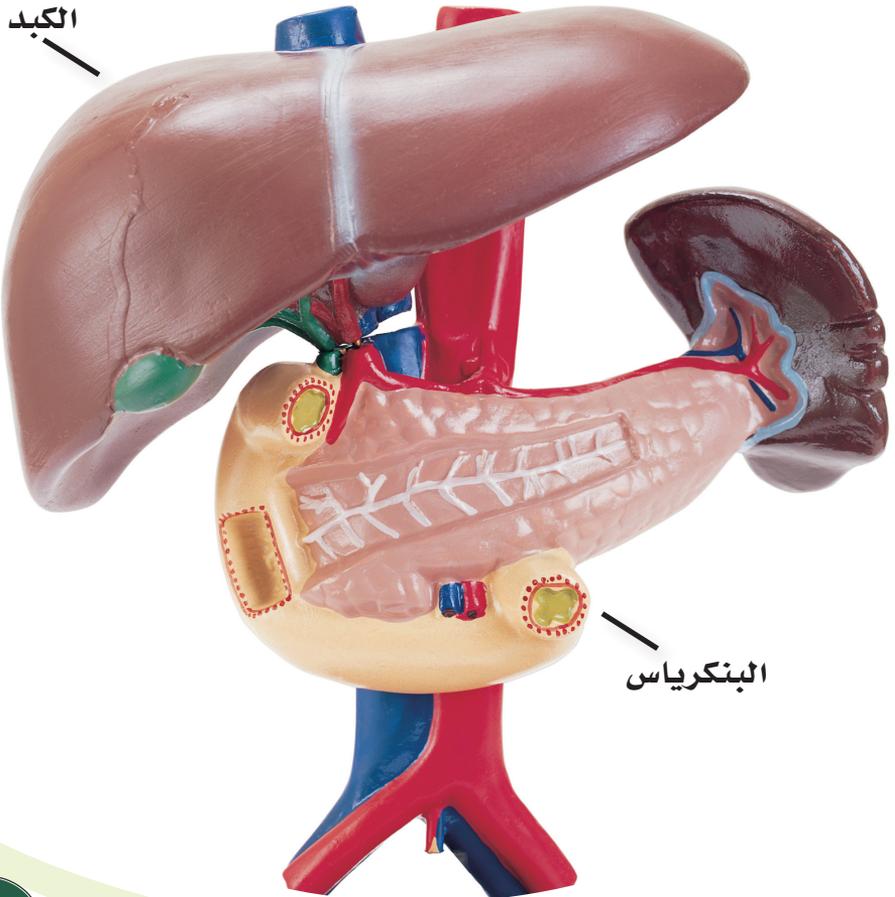
الفحوصات:

الفحوصات التي يمكن إجراؤها قبل عملية الزراعة تشمل:

١. أشعة للصدر: وهي تساعد الطبيب على تقييم حالة القلب والرئتين.
٢. تخطيط القلب: ويستغرق هذا الفحص دقائق قليلة ويتم تسجيل كيفية عمل القلب.

٣. اختبارات وظائف الرئتين: وهي تساعد الطبيب على تقييم مدى قدرة عمل الرئتين.

٤. أشعة بالموجات فوق الصوتية على البطن: هذا الاختبار آمن وغير مؤلم، وتستخدم الموجات الصوتية لأخذ صورة للأعضاء والأنسجة في البطن، وهذا يساعد الطبيب على تقييم حالة الكبد والطحال، ويشمل الاستعداد لهذا الاختبار الامتناع عن الأكل والشرب لعدة ساعات قبل الاختبار والذي مدته حوالي ٣٠ دقيقة.



٥. أشعة صوتية على البطن مع تتبع الأوعية الدموية الكبدية : هذا الفحص غير مؤلم وآمن، ويشمل هذا الفحص:
 - أ. تصوير للأعضاء والأنسجة في البطن.
 - ب. تعقب حركة الدم في الكبد.
٦. منظار للمعدة والأمعاء : في هذا الفحص سيقوم الطبيب بوضع منظار عن طريق الفم ويوجه إلى المريء والمعدة والإثني عشر (الجزء العلوي من الأمعاء). الاستعداد للفحص: التوقف عن الأكل والشرب من منتصف الليل. مدة الفحص: ٢٠-٣٠ دقيقة (بإمكان المريض الحصول على معلومات إضافية مكتوبة عن مناظير الجهاز الهضمي).
٧. أشعة صوتية ذات بعدين على القلب: في هذا الفحص لا يتم إدخال أي شيء في جسم المريض وتستهمل فيه موجات صوتية ذات تردد عال لتأخذ صوراً متحركة للقلب. هذه الأشعة تساعد الطبيب على تقييم قدرة القلب وتبين إن كان به أي شيء غير طبيعي. أو إن كان لا توجد أي استعدادات مسبقاً لهذا الفحص. مدة الفحص: ساعة واحدة.
٨. أشعة مقطعية بالكمبيوتر للبطن : في هذا الفحص يتم أخذ صور أشعة للأعضاء والأنسجة في البطن طبقة بعد طبقة، وهذا يساعد الأطباء على اكتشاف أي تغيير غير طبيعي في تجويف البطن. التحضير للاختبار: لا شيء. مدة الفحص: ٣٠ - ٤٥ دقيقة.
٩. غازات الدم: تؤخذ عينة من دم شرياني من رسغ اليد، ونتائج هذا الفحص تظهر نسبة الأوكسجين بالدم وبالتالي كفاءة وظيفة الرئتين.

عندما تتوفر كبد للمريض :

- لو كان المريض ينتظر زراعة كبد وغير مقيم بالمستشفى فيجب ترك وسيلة اتصال هاتفي ليتمكن منسق الزراعة من الاتصال بالمريض في حالة عدم تواجده بالمنزل.
- عند توفر كبد مناسبة، سوف يتم الاتصال بالمريض وفي هذه الحالة يجب على المريض الاتصال مباشرة بالمستشفى والسؤال عن منسق الزراعة، أما في نهاية الأسبوع (الخميس والجمعة) فيسأل عن طبيب زراعة الكبد المقيم

عند إبلاغ المريض بأنه سيتم زراعة كبد له يجب عليه :

1. الامتناع عن الأكل والشرب.
2. الحضور فوراً إلى قسم التنويم في المستشفى.

عند حضور المريض إلى وحدة الزراعة :

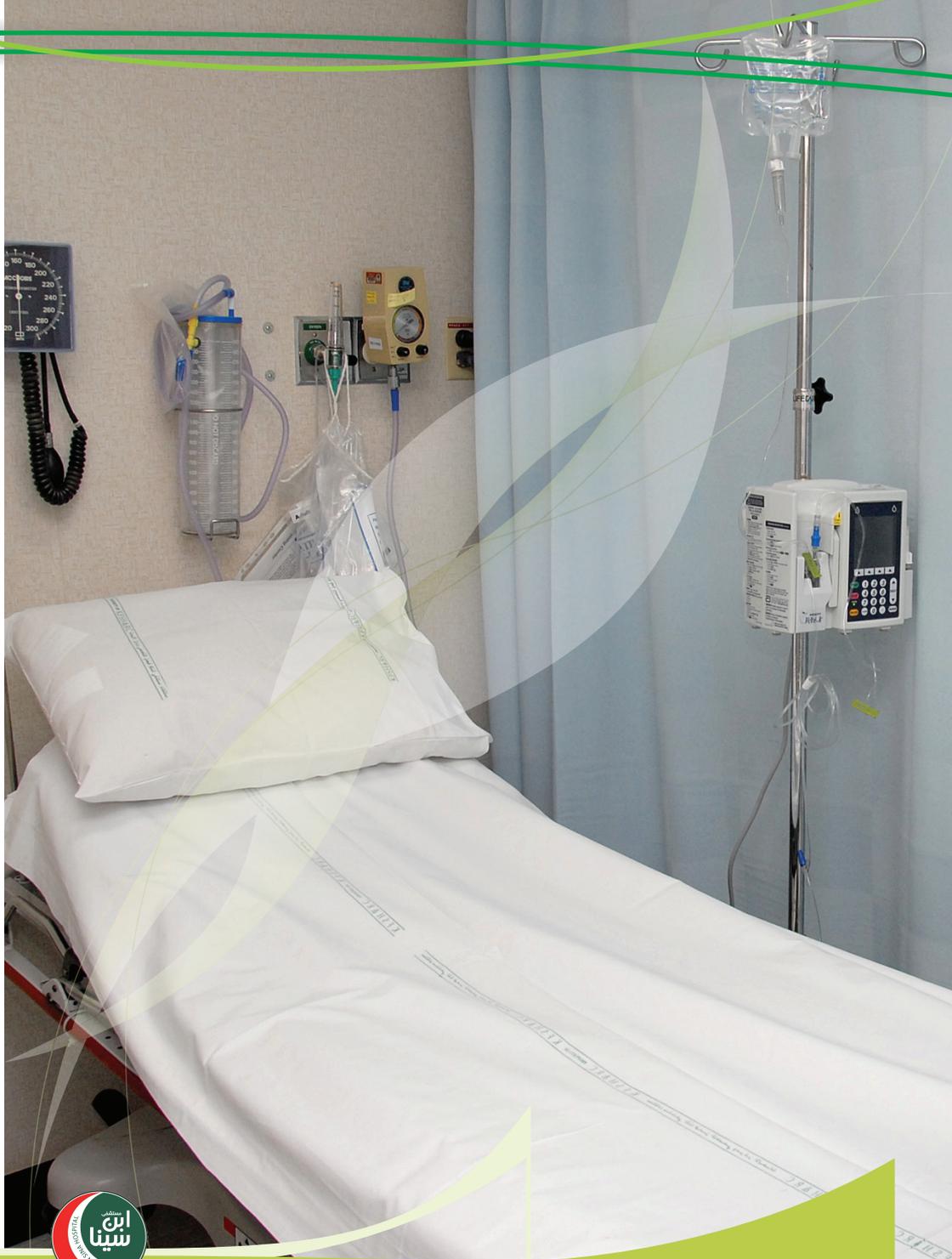
1. لن يأكل المريض أو يشرب أي شيء.
2. سحب دم لإجراء الكثير من التحاليل.
3. تركيب مغذي.
4. أخذ عينة بول.
5. عمل أشعة للصدر.
6. إجراء تخطيط للقلب.
7. عمل حقنة شرجية بالماء حتى يتم تنظيف الأمعاء.

مرحلة عملية زراعة الكبد:

تتكون العملية الجراحية لزراعة الكبد من خطوتين:

1. استئصال الكبد المتليفة.
2. زراعة الكبد الجديدة.





مرحلة التنويم بوحدة زراعة الكبد:

- بعد تحسن حالتك سيتم نقلك من العناية المركزة إلى القسم الداخلي الخاص بوحدة الكبد.
- في فترة وجودك بوحدة زراعة الكبد بعد الجراحة ستكون هناك ممرضة مخصصة لرعايتك والتي تهتم بعلاجك وبجرحك، وبحالتك الصحية العامة.
- أثناء بقاءك في وحدة الزراعة سنقوم بتشجيعك على أن تبدأ في العناية بنفسك حيث أن هدفنا هو أن تكون على دراية كاملة بعملية الزراعة والرعاية بعد العملية وكذلك بعد الخروج من المستشفى.
- من المهم أيضاً أن يكون بعض أفراد العائلة على دراية بما يحدث.
- نشجع الزيارة أثناء بقاءك في المستشفى حتى يشعر أفراد عائلتك وأصدقائك بالارتياح من ناحية الزراعة تماماً، ولأن دورهم أساسي في استكمال استشفائك في المنزل بعد خروجك من المستشفى، وتعودك على حياة المنزل والحياة خارج المستشفى كما كنت معتاداً من قبل أن تصاب بمرض في الكبد.

ملاحظة مهمة :

- من المهم جداً عدم الاختلاط بالزوار وخاصة المرضى لأنك تستخدم علاجاً يقلل مناعة الجسم ويجعلك قابلاً للعدوى، لذلك يجب مراعاة عدد الزوار وعدد الزيارات، وكذلك يجب تفادي السلام بالأيدي والتقبيل والعناق.
- عندما تتحسن حالتك، يتم إعطاؤك تصريح خروج من المستشفى لمدة يوم أو لنهاية الأسبوع حتى تعتاد أنت وعائلتك على أن تكونوا خارج المستشفى، وهذا يقلل بشدة من القلق عند خروجك من المستشفى بشكل نهائي.



مرحلة ما بعد خروجك من المستشفى:

- في الثلاثة أشهر الأولى بعد الجراحة، من المهم أن تتجنب الضغط على الجرح أو عضلات البطن الممتلئة.
- يجب أن لا تحمل أي شيء وزنه أكثر من ٥ كيلو جرام أو عمل أي تدريبات رياضية وخاصة للبطن، عدا ذلك لا يوجد أي تحديد لنشاطك المعتاد.
- عند استعمالك لأي شيء جديد يجب أن تكون دقيقاً في الموازنة بين الراحة والنشاط اليومي.
- استمر في تدريبات الفراش ثم ابدأ بالمشي لتسريع عملية الشفاء.
- في البداية قم بالمشي لمدة ٢٠ - ٣٠ دقيقة مرة واحدة في اليوم، عندئذ يمكنك أن تزيد من سرعة المشي.
- أثناء فترة الاستشفاء لا تتردد أن تسأل أخصائي العلاج الطبيعي أو طبيبك عن هذه الأنشطة.
- حافظ على علاجك واعرف ما تحتاج إليه من علاج ناقص وتأكد من إحضار العلاج معك إلى المستشفى عند زيارتك للعيادة وعند التنويم كل مرة.

- سيقوم الطبيب ومنسق الزراعة بالتحدث معك قبل خروجك من المستشفى عن متابعتك في عيادة ما بعد الزراعة، ومن خلال اختبارات الدم والأشعة والفحص السريري التي تقوم بإجرائها وأحياناً من خلال التنويم مرة أخرى في المستشفى للمتابعة فقط.
- يقوم الفريق بمتابعتك عن قرب من خلال إجراء بعض الفحوصات، وبهذه الطريقة يتم اكتشاف أي محاولات رفض للكبد المزروع أو التعرف على أي عدوى قبل أن تشعر بأي أعراض، كما أن تنظيم العلاج يكون مستمرا ويتم ضبطه حسب نتائج الفحوصات.

- ربما يحتاج الأمر بعد خروجك من المستشفى إلى عمل فحوصات وأخذ عينة من الكبد حسب الحاجة وهذا الأمر يتم تحديده بواسطة أطباء الزراعة وربما يتطلب الأمر تنويمك في المستشفى.

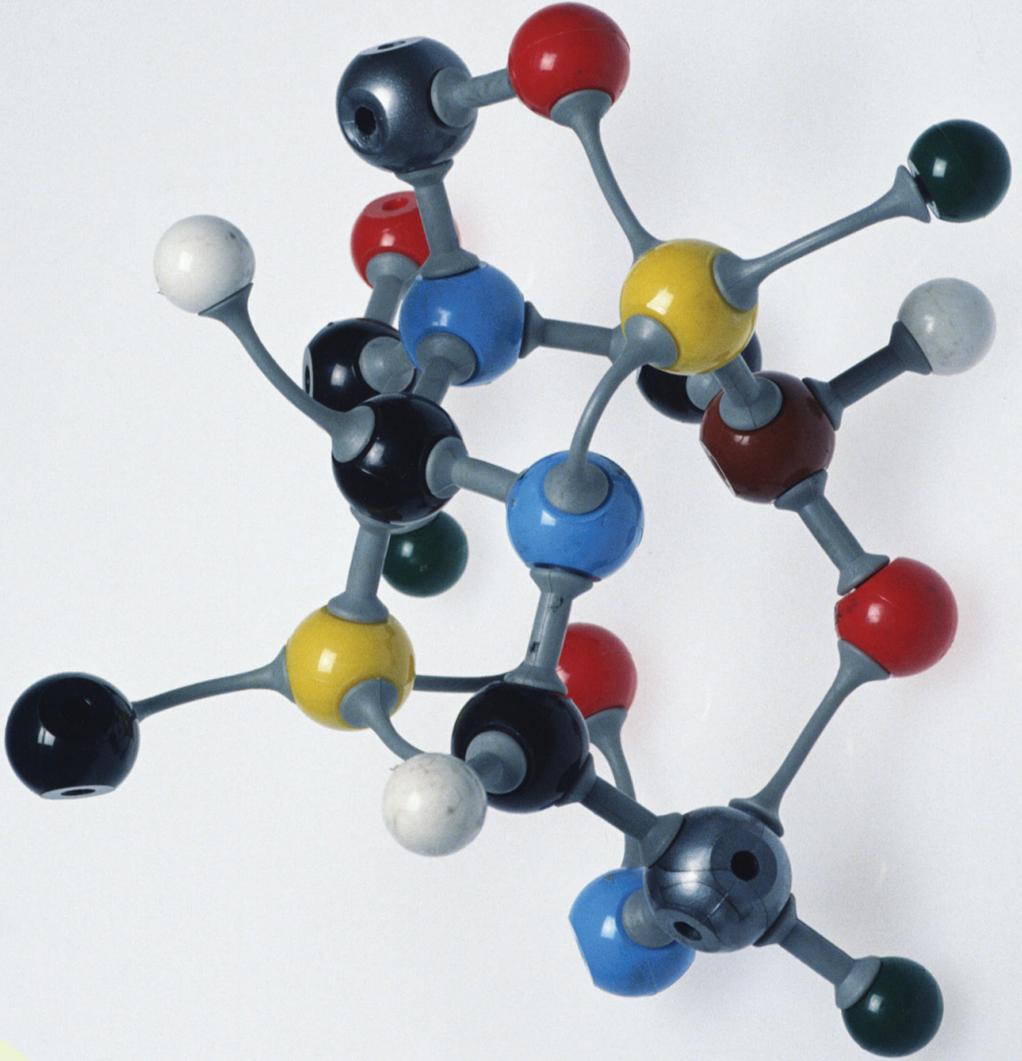
مرحلة المتابعة في عيادة الزراعة:

جهازك المناعي:

- الجهاز المناعي هو وسيلة الجسم للدفاع عن نفسه.
- يستطيع هذا الجهاز أن يخبرنا بما هو جزء منا وما هو غريب عنا، والجهاز المناعي دائماً في حالة استعداد لحمايةنا في أي وقت.
- عند وجود جسم غريب يحاول اقتحام جسدنا مثل فيروس أو بكتيريا أو أنسجة غريبة يستجيب الجهاز المناعي ويقوم بالتعرف على الجسم الغريب وتدميره.
- يقوم جهاز المناعة في الجسم بمحاربة أي جسم أو عضو غريب لذلك يتم إعطاء المريض الزارع أدوية لتخفيف المناعة وذلك للمحافظة على العضو المزروع وخوفاً من حصول رفض للعضو.

أعراض الرفض:

١. اصفرار الجلد والعينين (الصفار).
٢. حمى.
٣. زيادة الوزن (أكثر من كيلو غرام في اليوم).
٤. تورم اليدين أو البطن أو القدمين.
٥. فقدان الشهية، الغثيان والاستفراغ.
٦. الإحساس بالتعب.
٧. حكة في الجلد.



الأدوية الخاصة بمرضى زراعة الكبد

- يلعب العلاج دوراً مهماً بعد الزراعة، لذلك فإن هذا الجزء من الكتيب على درجة كبيرة من الأهمية وستعود إليه عدة مرات فهو يشمل علاجات الرفض، والأعراض الجانبية لها وطرق تناولها وبعض الملحوظات المهمة عنها.
- هناك بعض العلاجات سيتم إضافتها لتتحكم في الأعراض الجانبية المختلفة والمضاعفات حسب احتياجك لها.
- يتم توفير العلاج مجاناً للمرضى المسجلين بمستشفى الملك فيصل التخصصي.
- لن تحتاج إلى كل الأدوية التي سيتم ذكرها هنا لأن العلاج سيقدره الطبيب حسب حالتك ووفقاً لحاجتك.
- يجب أن تعلم الاسم، الغرض، والجرعة، والأعراض الجانبية لكل علاج تأخذه قبل مغادرتك المستشفى.

أدوية منع الرفض :

- تعتبر هذه أهم الأدوية التي ستأخذها.
- هذه الأدوية سوف تتناولها طوال الحياة، وسوف يعمل كل دواء من هذه الأدوية بطريقة مختلفة بعض الشيء.
- سوف تتناول علاجين أو ثلاثة منها وذلك حسب الحاجة.



علاجات منع الرفض المستعملة حالياً هي:

تكروليمس (بروجراف، ف ك ٥٠٦)
Tacrolimus (FK 506, Prograf)

• الغرض منه :

- ◆ علاج مثبط للمناعة لمنع الجسم من رفض الكبد المزروعة.
- ◆ هذا العلاج أساسي بعد الزراعة.
- ◆ عادة يتم إعطاؤه عن طريق الفم.
- ◆ نجاح علاج منع الرفض يعتمد على تناولك الدواء بدقة وحسب إرشادات الطبيب.



٠,٥ مليجرام

• الآثار الجانبية :

- هذا العلاج فعال جداً لمنع الجسم من رفض الكبد المزروعة ولكن له بعض الآثار الجانبية والتي تشمل ما يلي:
- ١. عند ارتفاع نسبته في الدم يسبب بعض الخلل في دور الجهاز العصبي المركزي متمثلة في صداع ورعشة في اليدين.



١ مليجرام

٢. يسبب بعض الخلل في وظائف الكلية ولكن يتم السيطرة على هذا بواسطة تقليل الجرعة إن أمكن.

٣. ارتفاع في ضغط الدم ويتم علاجه عن طريق أدوية خافضة للضغط.

٤. جميع الأدوية المخفضة للمناعة تجعلك أكثر عرضة للإصابة بالالتهاب والعدوى، لذا يجب أن تكون على دراية بأعراض وعلامات العدوى.

٥. ارتفاع نسبة السكر في الدم.



٥ مليجرام

• بعض الإرشادات عند تناول إف كيه :

عند استخدام حبوب الحموضة يجب تناول هذا الدواء (إف كيه) بحوالي ساعتين قبل أو بعد دواء الحموضة.

• ماذا لو نسيت جرعة؟

إذا نسيت جرعة، تناولها حالما تتذكرها. ولكن إذا تذكرتها خلال فترة ساعتين قبل موعد الجرعة التالية، تخطى الجرعة السابقة وتناول الجرعة التالية من غير أن تضاعف الجرعة.

السيكلوسبورين - أ (نيورال، سندميون) (Cyclosporine-A (Neoral, Sandimmune)

• الغرض منه :

- ◆ علاج مثبط للمناعة لمنع الجسم من رفض الكبد المزروعة.
- ◆ قد يكون هذا العلاج أساسياً بعد الزراعة.
- ◆ يمكن إعطاؤه عن طريق الوريد أو الفم.
- ◆ يبدأ هذا العلاج بعد الزراعة.
- ◆ نجاح علاج منع الرفض يعتمد على تناولك الدواء بدقة وحسب إرشادات الطبيب.



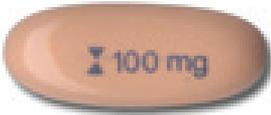
٢٥ مليجرام



٥٠ مليجرام

• الآثار الجانبية :

- هذا علاج فعال جداً لمنع الجسم من رفض الكبد المزروع ولكن له آثار جانبية منها:
- ١. ارتفاع في ضغط الدم ويتم علاج ارتفاع الضغط عن طريق الأدوية.
- ٢. يسبب بعض الخلل في وظائف الكلية ولكن يتم السيطرة على هذا بواسطة تقليل جرعة سيكلوسبورين - أ إن أمكن.
- ٣. نادراً ما يسبب هذا العلاج زيادة الفرصة لحدوث ورم سرطاني فإذا تواجدت أي أورام أو تغيير في لون



١٠٠ مليجرام



٤. جميع الأدوية المخفضة للمناعة تجعلك أكثر عرضة للإصابة بالالتهابات والعدوى. ولذا يجب أن تكون على دراية بأعراض وعلامات العدوى.

- **بعض الإرشادات خاصة عند تناول السيكلوسبورين-أ على شكل شراب:**
 - ◆ عند تناولك شراب السكلوسبورين-أ يجب أن تستعمل كوباً من الزجاج لتخلطه، ولا تستعمل أكواباً من البلاستيك أو الورق لأن العلاج سيلتصق بجوانب هذه الأنواع من الأكواب.
 - ◆ يجب أن تقوم بتخفيف السائل في حليب أو عصير.
 - ◆ يوجد مقياس خاص يستعمل في قياس الجرعة، عليك استعماله.

• **طريقة خلط السيكلوسبورين-أ:**

املاً نصف كوب من الحليب أو العصير في كوب من الزجاج. استعمل المقياس لسحب الجرعة المطلوبة من شراب السيكلوسبورين، تأكد من عدم وجود فقائيع هوائية. أضف الجرعة إلى الحليب أو العصير واخلط المحتويات ثم اشربها، ثم أضف بعض الحليب إلى الكوب واشربه للتأكد من أخذ الجرعة كلها. شراب السيكلوسبورين-أ يتم حفظه في درجة حرارة الغرفة. عندما يتم فتح الزجاج لأول مرة يجب أن تستعملها على مدى شهرين، بعد ذلك ستكون غير صالحة ولذا يجب أن تسجل عليها التاريخ عند فتحها لأول مرة.

• **ماذا لو نسيت جرعة؟**

إذا نسيت جرعة، تناولها حالما تتذكرها. ولكن إذا تذكرتها خلال فترة ساعتين قبل موعد الجرعة التالية، تخطى الجرعة السابقة وتناول الجرعة التالية من غير أن تضاعف الجرعة.

مايكوفينولات (سلسبت): Mycophenolate (Cellcept)

• طريقة عمله :

- ◆ يعمل هذا العلاج على تخفيض أعداد كريات الدم البيضاء والتي يمكن أن تهاجم الكبد المزروعة وهو يستخدم عادة مع السيكلوسبورين أو التكروليمس والبريدنيسون.



٢٥٠ مليجرام

• الاستعمال :

- ◆ يؤخذ عن طريق الفم وعلى جرعتين يومياً.
- ◆ من المهم جداً أن تخبري طبيبك إذا كان لديك نية في الحمل حيث إنه ينبغي إيقاف العلاج أثناء الحمل.



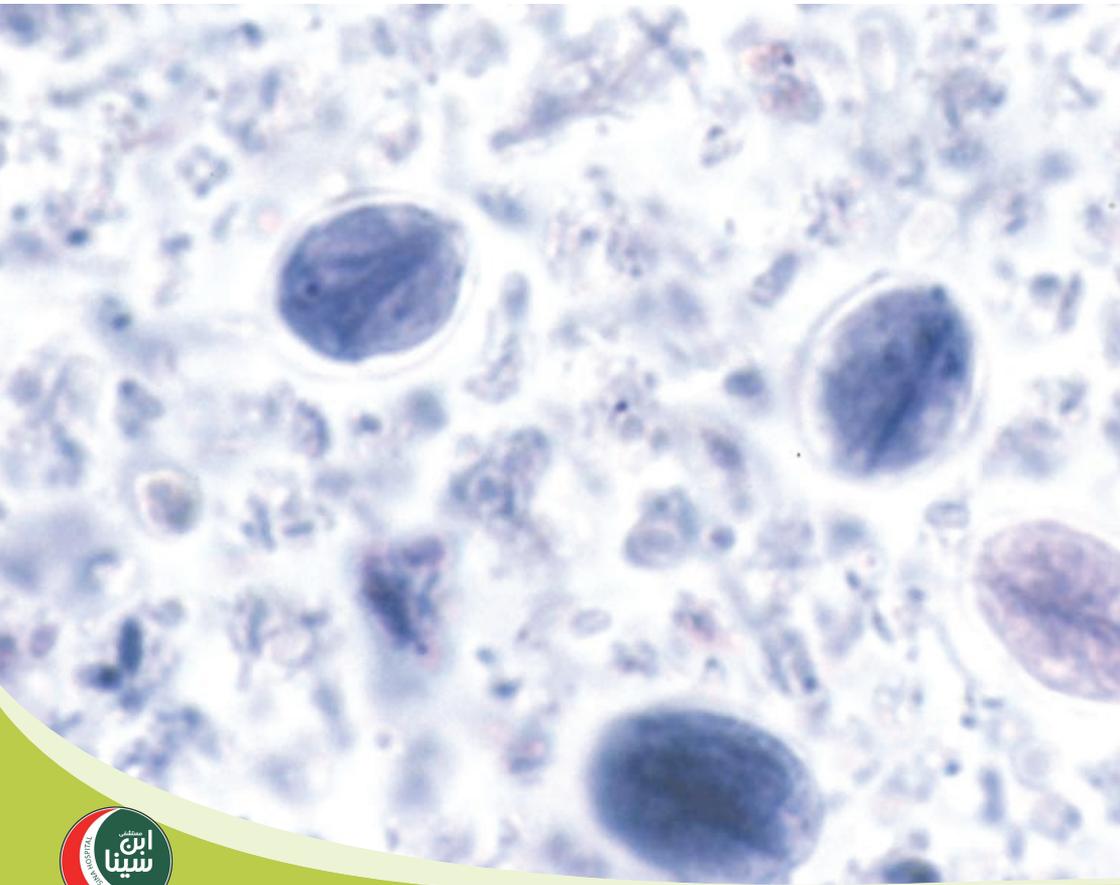
٥٠٠ مليجرام

• الآثار الجانبية :

- ◆ اضطرابات في المعدة والأمعاء مع حدوث إسهال وغثيان، كذلك انخفاض في عدد كريات الدم البيضاء.

• ماذا لو نسيت جرعة؟

- ◆ إذا نسيت جرعة، تناولها حالما تتذكرها. ولكن إذا تذكرتها خلال فترة ساعة قبل موعد الجرعة التالية، تخط الجرعة السابقة وتناول الجرعة التالية من غير أن تضاعف الجرعة.



بردينيزولون Prednisolone

• الغرض منه :

◆ يسمى الكورتيزون ويمنع حدوث رفض الكبد المزروعة عن طريق تثبيط الجهاز المناعي للجسم.

• الاستعمال :

◆ أولاً سيتم إعطاؤه عن طريق الوريد بعد الجراحة مباشرة، ويتم تقليل الجرعة تدريجياً ثم تحويلها عن طريق الفم عندما يكون المريض قادراً على تناولها بالفم.

• الآثار الجانبية :

- مع أن العلاج في غاية الأهمية ولكن له آثاراً جانبية لا بد من أن تبلغ الطبيب بها:
١. قد يسبب هذا العلاج قرحة في المعدة أو رجوع قرحة المعدة إذا كنت مصاباً بها من قبل. وتجنب حدوث هذا قم بتناول العلاج مع الحليب أو العصير أو مع الأكل واستعمال العلاج المضاد للقرحة مثل الرانيتيدين أو الأومبرازول.
 ٢. يحتفظ الجسم بالماء والأملاح أكثر مع هذا العلاج، فإذا حدث ذلك فيجب التقليل من الملح.
 ٣. معظم المرضى يزيد وزنهم بسبب هذا العلاج.
 ٤. قد يحدث تغيير في المزاج أو أحلام مزعجة وتتحسن هذه الأعراض مع البدء بتقليل الجرعة.
 ٥. قد يسبب هذا العلاج مرض السكر لبعض المرضى أما المرضى المصابون بمرض السكر يصبح من الصعب تنظيم السكر لهم.

٦. إذا كنت مصاباً بالدرن من قبل فيجب أن تخبر طبيبك بهذا لأن هذا العلاج قد يعيد هذا المرض مرة أخرى.
٧. سوف تكون أكثر عرضة للعدوى لذا يجب أن تعلم بأعراض العدوى لتخبر بها طبيبك.
٨. قد يسبب هذا الدواء آلاماً في العظام في بعض الأحيان، وأكثر الأماكن التي تصاب بالألم هي مفصل الفخذ والركب والضلوع، لذا أخبر طبيبك بهذه الأعراض لو حدثت.
٩. يختار طبيبك الجرعة المناسبة لك، احذر أن تمتنع عن أخذ هذا الدواء فجأة حتى لو كانت هناك مضاعفات، وإذا احتاج الأمر لذلك فسيقوم الطبيب بتقليل الجرعة تدريجياً إلى أن يتم إيقاف العلاج نهائياً.

• ماذا لو نسيت جرعة؟

- ◆ يجب عليك تأخذ جميع الأدوية في نفس الموعد كل يوم إذا أمكن ذلك، وإذا نسيت تناول هذا الدواء فلا تضاعف الجرعة في اليوم التالي.



٥ مليجرام

سيروليمس (راباميون، راباميسين): Sirulimus (Rapamycin or Rapamune)

• طريقة عمله :

- ◆ يحد هذا العلاج من قدرة الجهاز المناعي على زيادة أعداد الكريات البيضاء التي يمكن أن تهاجم الكبد المزروعة، وهو يستخدم عادة مع السايكلوسبورين أو التكروليمس والبريدنرولون.

• الاستعمال :

- ◆ يأتي هذا الدواء على شكل حبوب بيضاء مثلثة الشكل أو على شكل شراب يُمزج في وعاء زجاجي أو بلاستيكي مع الماء أو عصير البرتقال، وبعد شربه ينبغي ملء الوعاء الزجاجي أو البلاستيكي مرة أخرى بالماء أو عصير البرتقال وشرب المزيج، وهو جرعة واحدة يومياً تؤخذ بعد ٤ - ٥ ساعات من أخذ السيكلوسبورين.



١ مليجرام

- ◆ ينبغي عليك عزيزي المريض أخذ العلاج بنفس الوقت يومياً وهذا مهم جداً، وهو من الأدوية المانعة للرفض التي يتم قياس مستواها في الدم وذلك لتقدير الجرعة المناسبة لك، وسيشرح لك المتقف الصحي طريقة قياس مستوى العلاج، كما يُفضل تناول هذا الدواء على معدة فارغة أما إذا أحسست ببعض اضطرابات في المعدة فيمكنك تناوله بعد الأكل ولكن يجب عليك التقيد بنظام موحد (أي إما قبل الأكل أو بعده).

• طريقة حفظه :

- ◆ يجب حفظ الشراب بعيداً عن الضوء في الثلاجة، وعند فتح زجاجة الشراب فإن صلاحيتها تدوم لشهر واحد فقط فينبغي استخدامها خلال شهر واحد، أما بخصوص الحبوب فيمكنك حفظها في درجة حرارة الغرفة بعيداً عن الشمس والرطوبة.

• الآثار الجانبية :

- ◆ انخفاض كريات الدم والصفائح.
- ◆ ارتفاع نسبة الدهون في الدم.
- ◆ اضطرابات في المعدة.
- ◆ طفح في الجلد.
- ◆ انخفاض في مستوى بوتاسيوم الدم.

• ماذا لو نسيت جرعة؟

- ◆ إذا نسيت جرعة، تناولها حالما تتذكرها. ولكن إذا تذكرتها خلال فترة ساعتين قبل موعد الجرعة التالية، تخطى الجرعة السابقة وتناول الجرعة التالية من غير أن تضاعف الجرعة.
- ◆ من المهم جداً أن تخبري طبيبك إذا كان لديك نية في الحمل حيث إنه ينبغي إيقاف العلاج أثناء الحمل.
- ◆ عند حضورك للعيادة أو للمستشفى، تأكد من عدم تناولك لهذا الدواء قبل سحب عينة الدم.

مضادات الحموضة :

زانتاك:

Zantac



١٥٠ مليجرام

- مع الجراحة ومع تناول البردنيزولون بجرعات كبيرة قد تحدث بعض التقرحات في الجهاز الهضمي، وأيضاً يستعمل إذا كان المريض مصاباً بالقرحة من قبل الزراعة وقد تبقى على هذا العلاج لمدة طويلة.

المضادات الحيوية :

سيبترين: Septrin

- هذا العلاج خليط من المضادات الحيوية ويُستعمل لكي يمنع حدوث العدوى وبخاصة الالتهاب الرئوي والذي عادة يصيب المرضى الزراعين حديثاً لقلة مناعتهم، وسيحدد الطبيب الجرعة المناسبة لك، كما يجب أن تشرب الكثير من الماء مع هذا العلاج للتأكد من غسل الكلى من تأثير العلاج ويجب أيضاً أن تتجنب أشعة الشمس طوال فترة استعمال هذا العلاج فقد تصبح أكثر حساسية لأشعة الشمس طوال فترة استعمال هذا العلاج.



٨٠٠ مليجرام

- إذا كان سبب العدوى نوع ما من البكتيريا فستحتاج إلى الحضور إلى المستشفى والبقاء فيها لكي يتم إعطاؤك مضاداً حيويّاً عن طريق الوريد، وحسب نوع البكتيريا سيحدد الطبيب نوع المضاد الحيوي.

- إذا كنت تعاني من الحساسية لأي نوع من أنواع المضادات الحيوية يجب عليك أن تخبر طبيبك أو الممرضة أو الصيدلي بهذا.

ملحوظة: علاجات تخفيض المناعة تمنع الجسم من الدفاع عن نفسه ضد الأجسام الغريبة التي تهاجمه، وبالتالي أنت أكثر عرضة للعدوى التي تسببها البكتيريا، الفيروسات أو الفطريات، وإذا أصبت بعدوى ستحتاج لعلاج والذي يعتمد على نوع الجراثيم.

مضادات الفطريات:

- المكان الأول الذي ستلاحظ به وجود عدوى فطرية هو الفم وتظهر العدوى على هيئة بقع بيضاء.
- نيسستاتين (Nystatin) هو علاج عبارة عن غسول للفم يستعمل ٤ مرات في اليوم ليمنع أو يعالج عدوى الفم الفطرية.

مضادات الفيروسات:

- أسايكلوفير (زوفيراكس) (Acyclovir, Zovirax) هو عبارة عن علاج يستعمل في حالات العدوى بفيروس الهربس سيمبلكس (Herpes simplex virus).
- أولى علامات الإصابة بهذا الفيروس هي وجود التقرحات الباردة في أو حول الشفتين.
- يجب أن تخبر طبيبك في الحال عن وجود هذه التقرحات عند حدوثها.
- يوجة أسيكلوفير على هيئة مرهم أو حبوب لها ٥ أضلاع.

المعادن والأملاح:

- توجد في خلايا الجسم والدم معادن وأملاح وهي أساسية لتوازن وظائف الجسم، وعند انخفاض مستويات هذه الأملاح والمعادن في الدم ستحتاج إلى التزود بها ومن هذه الأملاح الماغنسيوم والبوتاسيوم.

ماغنسيوم هيدروكسيد:

- هذا العلاج يستخدم إذا كان مستوى الماغنسيوم في الدم منخفض وهو على هيئة شراب أو حبوب.

بوتاسيوم كلوريد:

- هناك العديد من الأدوية التي تستعمل في حالة انخفاض مستوى البوتاسيوم في الدم.
- البوتاسيوم يسبب بعض الاضطرابات في المعدة ولذا يفضل استعماله مع الأكل.

الأدوية المضادة لفيروس الكبد (ب):

١- زيفكس:

- يتم إعطاؤه مرة يومياً أو يوم بعد يوم حسب حالة المريض

٢- تينوفوفير:

- يتم إعطاؤه مرة يومياً.



أدوية ارتفاع ضغط الدم:

- تُستخدم علاجات ارتفاع ضغط الدم إذا كنت تعاني من ارتفاع ضغط الدم والذي يحدث عادة بعد الزراعة بسبب استعمال بعض أدوية المناعة.
- المعتاد أن يستعمل الطبيب علاجاً واحداً أو أكثر وإذا كنت ترغب في معرفة المزيد عن تلك الأدوية يمكنك أن تسأل عنها الصيدلي في المستشفى.



إرشادات عامة بعد زراعة الكبد:

توقعاتنا وهدفنا أن تعود إلى حياتك الطبيعية بكامل صحتك التي كنت عليها قبل إصابتك بالمرض، وبتابعك لإرشادات بسيطة وأخذ العلاج في مواعيده وبالجرعات المحددة ستستطيع أن تحقق هدفنا وهدفك في حياة صحية كاملة.

الأدوية:

- يجب تناول إف كيه ٥٠٦ (التاكروليمس) في مواعيد محددة ويؤخذ كل يوم مرتين (مرة في الصباح ومرة في المساء في ساعة محددة لا تتغير) إلا في أيام المواعيد فإنه يتم أخذه بعد سحب عينة الدم.
- إذا تقيأت العلاج ولم تستطع أخذ الدواء لمدة ٤٢ ساعة يجب أن تخبر منسق زراعة الكبد.
- يجب أن تخبر فريق الزراعة قبل أن تأخذ أي علاج جديد لأنه قد يتفاعل مع أدوية المناعة ويؤثر على نسبتها في الدم.
- لا تغير من أي جرعة في العلاجات بنفسك، وطبيب الزراعة هو الوحيد الذي يستطيع أن يغير جرعات العلاج لك.



تجنب العدوى:

- لا تتعرض لأي شخص مصاب بالزكام أو الأنفلونزا، ولا تعرض نفسك لأي من مخاطر العدوى.
- تعرّف على أعراض وعلامات العدوى.
- تعرّف على أعراض وعلامات الرفض.
- فرّش أسنانك بانتظام واغسل فمك بالمطهر.
- افحص فمك من الداخل يومياً لاكتشاف أي تقرحات به.
- قم بزيارة طبيب الأسنان على الأقل مرتين في السنة.
- حافظ على نظافة جلدك فالعناية الفائقة بالجلد مهمة لتجنب أي عدوى.
- لا تجعل جلدك يجف ويصاب بالتقشرات.
- تجنّب المشي حافي القدمين في الخلاء فقد تتعرض لشيء حاد يتسبب في قطع الجلد وإصابتك بالعدوى.

التعرض للشمس:

- نعلم الآن الكثير عن أضرار التعرض لأشعة الشمس بصورة متكررة لمرضى الزراعة. هذه التأثيرات تكون في صورة:
 ١. بقع بنية الشكل في المنطقة المكشوفة من الجسم.
 ٢. بقع أخرى بيضاء.
 ٣. تضخم الأوعية الدموية.
 ٤. مناطق خشنة.
 ٥. مناطق تصبح رقيقة وأخرى سميكة من الجلد.



٦. مناطق مصابة بتقشرات.
 ٧. جفاف وتجاعيد.
 ٨. حساسية الجلد (تهيج).
 ٩. أورام الجلد مثل سرطان الجلد.
- تزيد أدوية منع رفض الكبد المزروعة من حساسية الجلد لأشعة الشمس وبالتالي تزيد من خطورة تعرض الجلد للإصابة بسرطان الجلد. ويصبح من الضروري أن يتبع زارعي الكبد بعض التوصيات بالنسبة لتعرضهم لأشعة الشمس:
 ١. يجب أن تكون الملابس خفيفة ومن القطن ولا تكون ضيقة وأن تكون بكم طويل.
 ٢. تجنب أشعة الشمس ما بين ١٠ صباحاً إلى الساعة ٣ عصراً أي عندما تكون أشعة الشمس في ذروتها.
 ٣. فحص دوري للجلد حتى يتم التعرف على أي تغيّرات تحدث به.
 ٤. يجب أن تعتني عناية خاصة بالجلد إذا احتاج الأمر للبقاء خارج المنزل والتعرض لأشعة الشمس لمدة طويلة.

النشاط :

- في البداية يجب أن تمتنع عن حمل أي شيء ثقيل أكثر من ٥ كيلو جرام حتى تعود العضلات الى قوتها.
- عليك بالأنشطة الخفيفة في بادئ الأمر حتى تزداد قدرة تحملك مع وجود فترات راحة.
- تجنّب تآدية أنشطة لمدة طويلة قد تتسبب في إرهاقك.
- بعد الزراعة بثلاثة شهور يمكنك ممارسة نشاطك العادي وممارسة بعض الأنشطة الرياضية الخفيفة.



التغذية :

- التغذية حسب قدرتك على تحمل الطعام (ولا توجد ممنوعات في الأكل فيما عدا ما ينصحك به الطبيب كما هو الحال مثلا مع مرضى السكري و ارتفاع ضغط الدم).
- نوصي المرضى دائماً بأن يحافظوا على وزنهم بعد الزراعة بعد النحافة بسبب مرض الكبد.
- تجمع الماء أو السوائل بسبب مرض الكبد يجعل المريض يبدو زائداً في الوزن قبل الزراعة.
- يحتاج المريض في هذه الحالة إلى تغذية جيدة بعد الزراعة حتى يزداد وزنه إلى الوزن الطبيعي له.
- استشارة أخصائي التغذية تساعد المريض على الحصول على تغذية جيدة.
- تناول وجبة الفطور بانتظام وتناول وجبات غذائية متوازنة.
- قم بوزن نفسك مرة كل أسبوع واحتفظ بسجل لجميع الأوزان.

الممارسة الجنسية :

- يمكن ممارسة الجنس بعد التئام الجرح، وهذا عادة يكون بعد خروجك من المستشفى وعند إحساسك بأنك قادر على ذلك.
- لو كنت تشعر بالقلق من هذا يمكنك أن تسأل طبيبك أو المثقف الصحي.
- لو كان الانتصاب يسبب لك مشكلة فعادة تعود لطبيعتك بعد الزراعة.
- إذا استمرت مشكلة عدم القدرة على الانتصاب موجودة بعد الزراعة فيجب أن تخبر الطبيب لأن علاجات ضغط الدم قد تكون السبب ويمكن تغييرها، كما يوجد أيضاً علاجات أخرى يمكن استعمالها إذا لم تنجح العلاجات السابقة أو أي منها.

الحمل :

- العيوب الخلقية في المولود بسبب الأدوية المثبطة للمناعة نادرة ولكن يمكن حدوثها.
- لا توجد آثار جانبية مضرّة بالجنين خلال الحمل مع استخدام دواء إف كيه ٥٠٦، ولكن لا ينصح بالحمل قبل انقضاء عام كامل على عملية الزراعة.
- يجب أن يكون اتخاذ القرار بالحمل بعد استشارة الطبيب المعالج.

تنظيم الحمل :

- أقراص منع الحمل غير مرغوبة لأنها تحدث تغييرات في التوازن الهرموني كما تتسبب في تخفيض نسبة الهيموجلوبين في الدم وربما تؤدي إلى خلل في وظائف الكبد.
- يمكن استعمال اللولب ولكنه يزيد من فرصة حدوث العدوى، وبالأخص عند المرضى ذوي المناعة المنخفضة.
- أحسن وسيلة لمنع الحمل هي استعمال الطرق الحاجزة، مثل رغوي منع الحمل مع استعمال الواقي الذكري.

زيارات روتينية لطبيب أمراض النساء :

- عمل فحص (عنق الرحم) سنوياً مهم للنساء (المتزوجات) اللواتي تمت زراعة كبد لهن لأنه عادة ما تزداد خطورة إصابتهن بسرطان عنق الرحم بسبب أدوية المناعة.

العناية بالأسنان :

- يوجد دائماً إمكانية حدوث التهاب بعد خلع ضرس أو عملية تنظيف الأسنان.



- أخبر منسق زراعة الكبد بموعدك مع طبيب الأسنان حتى يخبر الطبيب عن حالتك.
- لتقليل الخطورة بسبب الأسنان - ينصح بأن يزور المريض طبيب الأسنان قبل الزراعة.

المتابعة في عيادة الزراعة :

- سيتحدث معك منسق الزراعة وطبيبك قبل خروجك من المستشفى عن متابعتك في العيادة والفحوصات التي يتم إجراؤها والتنويم مرة أخرى في المستشفى للمتابعة فقط.
- يقوم الفريق بمتابعتك عن قرب من خلال فحوصات الدم والأشعة والفحص السريري، وبهذه الطريقة يتم اكتشاف أي محاولات رفض للكبد المزروعة أو التعرف على أي عدوى مبكراً قبل أن تشعر بأي أعراض.
- تنظيم العلاج يكون مستمراً ويتم ضبطه حسب نتائج الفحوصات.

بمن تتصل لو كنت تعاني من مشكلة؟

اتصل بمنسق الزراعة أو أحد أطباء الزراعة لو عانيت من أي من الأعراض أو المشكلات التالية:

١. التهاب في الحلق أو الحنجرة.
٢. كحة (سعال) لمدة طويلة مع خروج مخاط أصفر أو أخضر.
٣. ألم شديد في الصدر.
٤. ضيق في التنفس.

- ٥ . زيادة نبضات القلب.
- ٦ . فقدان الشهية لمدة طويلة.
- ٧ . الصفراء.
- ٨ . حمى (ارتفاع درجة الحرارة).
- ٩ . الإحساس بالتعب بدون مجهود لمدة طويلة وعلى غير العادة.
- ١٠ . حرقان أو رائحة كريهة أو تغير في لون البول.
- ١١ . زيادة في الوزن أكثر من ٥ كيلو جرام.
- ١٢ . حساسية في الجلد.
- ١٣ . تقرحات حول الفم والأنف.
- ١٤ . الغثيان والاستفراغ لمدة طويلة.