

# Что нужно делать дома после трансплантации почки, поджелудочной железы или печени

## Home Care Checklist After Kidney, Pancreas, or Liver Transplant

### Daily care

- **Take your anti-rejection medicines every 12 hours at a set time.**
  - Do not miss any medicine doses.
  - Do not take your medicine more than 4 hours after the scheduled time.
- **Weigh yourself** every morning after you urinate and before you dress.
- **Check and record your blood pressure, heart rate, and temperature** every morning, after lunch, and each evening for the first 3 months. After that, check 1 time each day.
- **Drink 3 liters of fluid every day.** Avoid caffeine. Tap water is okay to drink.
- Follow a low salt (sodium) diet.
- Be sure you and your family members **wash your hands well and often** to prevent the spread of germs that can cause infections.

### Ежедневно

- **Принимайте препараты против отторжения органа каждые 12 часов в установленное время.**
  - Не пропускайте прием лекарств.
  - Не принимайте лекарство более чем через 4 часа после назначенного времени.
- **Взвешивайтесь** каждое утро после мочеиспускания и перед одеванием.
- **Проверяйте и записывайте показатели артериального давления, частоты сердечных сокращений и температуры** каждое утро, после обеда и каждый вечер в течение первых 3 месяцев. Затем проводите проверки 1 раз в день.
- **Выпивайте 3 литра жидкости каждый день.** Избегайте употребления кофеина. Можно пить воду из-под крана.
- Соблюдайте диету с низким содержанием соли (натрия).
- Следите за тем, чтобы вы и члены вашей семьи **правильно и часто мыли руки**, чтобы предотвратить распространение микробов, которые могут вызвать инфекции.



## Follow up care

- **If you have home health** coming in, call them to arrange your timed lab draws. See the home health phone number on your discharge instructions.
- See your kidney or liver specialist within the first 3 months after going home.
- Bring your medicine list and your blood pressure, heart rate, temperature, and weight record to all of your doctor visits.

## Lab draws on Mondays and Thursdays

### Tacrolimus (brand name Prograf):

Do not take this medicine until after your blood is drawn. Your labs need to be drawn **within 15 to 30 minutes of the time your medicine dose is due to be taken.**

## Call your coordinator

Call your post-transplant coordinator at **614-293-8746** or **800-626-2538** if you have:

- Pain that gets worse.
- Signs of a cold or the flu, such as fever, body aches, chills, nausea, vomiting, diarrhea, coughing, or sore throat.
- New wound drainage or a change in the color or amount of your wound drainage.

## Послебольничное наблюдение

- **Если вы получаете медицинский уход на дому**, позвоните в организацию, предоставляющую уход, чтобы договориться о плановой сдаче анализов. Номер телефона организации, предоставляющей медицинский уход на дому указан в выписке.
- Посетите своего специалиста по заболеваниям почек или печени в течение первых 3 месяцев после возвращения домой.
- Берите с собой список лекарств и записи показателей артериального давления, пульса, температуры и веса на все приемы к врачу.

## Сдача анализов в лаборатории по понедельникам и четвергам

### Такролимус (торговое название Prograf):

Не принимайте это лекарство до забора крови. Анализы должны быть взяты **за 15-30 минут до времени приема ваших лекарств.**

## Свяжитесь со своим координатором

Позвоните своему координатору по посттрансплантационному лечению по телефону **614-293-8746** или **800-626-2538**, если вы испытываете следующие проблемы:

- боль, которая усиливается;
- признаки простуды или гриппа, такие как высокая температура, ломота в теле, озноб, тошнота, рвота, диарея, кашель или боль в горле;
- появление новых выделений из раны или изменение цвета или количества выделений;

- Swelling in your feet, hands, or face.
- No urine coming out.
- Gained 2 or more pounds in a day, or 5 pounds or more in a week.
- Top number of your blood pressure is above 160 more than 2 times in 1 day.
- Problems getting your anti-rejection medicines because of issues with delivery, money, or loss of insurance.
- отек ног, рук или лица;
- задержка мочи;
- набор 2 или более фунтов за день или 5 или более фунтов за неделю;
- верхний показатель вашего кровяного давления превышает 160 более 2 раз за сутки;
- проблемы с получением препаратов против отторжения органа из-за проблем с доставкой, деньгами или потерей страховки.

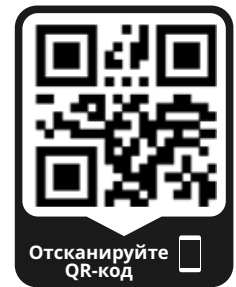
## Going home

Watch this short video about your instructions for going home after transplant. Scan the QR code or go to [go.osu.edu/posttransplantvideo](https://go.osu.edu/posttransplantvideo).



## Возвращение домой

Посмотрите этот короткий видеоролик с инструкциями по возвращению домой после трансплантации. Отсканируйте QR-код или перейдите по ссылке [go.osu.edu/posttransplantvideo](https://go.osu.edu/posttransplantvideo).



**Эта памятка предназначена только для информационных целей. Если у вас возникнут вопросы по поводу вашего лечения, поговорите со своим врачом или членом медицинского персонала.** За дополнительной медицинской информацией обращайтесь в Библиотеку медицинской информации по телефону 614-293-3707 или [health-info@osu.edu](mailto:health-info@osu.edu).

**This handout is for informational purposes only. Talk with your doctor or health care team if you have any questions about your care.** For more health information, contact the Library for Health Information at 614-293-3707 or [health-info@osu.edu](mailto:health-info@osu.edu).