



Educação
em Saúde

VOL. 81

PUBLICAÇÃO
AUTORIZADA

Pós-operatório de Transplante Renal

Orientações para
pacientes e familiares

HOSPITAL DE
CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS



Pós-operatório de Transplante Renal

Orientações para
pacientes e familiares

Serviço de Enfermagem Cirúrgica

Este manual contou com a colaboração de: bolsistas de iniciação científica Ananda Ughini Bertoldo Pires e Magáli Costa Oliveira; enfermeiras Mara Regina Ferreira Gouvêa, Jéssica Oliveira, Claudia Rillo Baptista, Maria Conceição Proença, Alessandra Vicari e Nádia Mora Kuplich; técnicas de enfermagem Juliana Borges e Vilma de Castro Farias; nutricionista Nícia Maria Bastos; farmacêutica Juliana Winter; assistente social Neusa Gomes de Campos; médicos José Alberto Pedroso e Fabiani Palagi Machado; professores Amália de Fátima Lucena, Isabel Cristina Echer e Roberto Ceratti Manfro.

Sumário

APRESENTAÇÃO	5
O que você precisa saber sobre os rins	7
O que é transplante renal?	8
Cuidados durante a internação	9
Procedimentos comuns no pós-operatório	13
Principais complicações do transplante renal	14
Orientações para a alta hospitalar	15
Hábitos de higiene	15
Hábitos gerais de vida	16
Nutrição	18
Medicamentos imunossupressores	19
Sinais e sintomas de alerta	23
Fornecimento dos medicamentos imunossupressores	24
Controle ambulatorial	25
Serviço social	25
Telefones úteis	26

Apresentação

Este manual tem o objetivo de orientar você e sua família sobre os cuidados específicos do pós-operatório de transplante renal. Ele foi elaborado por profissionais da equipe assistencial do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), com auxílio da literatura e de depoimentos de pacientes transplantados renais e de seus familiares.

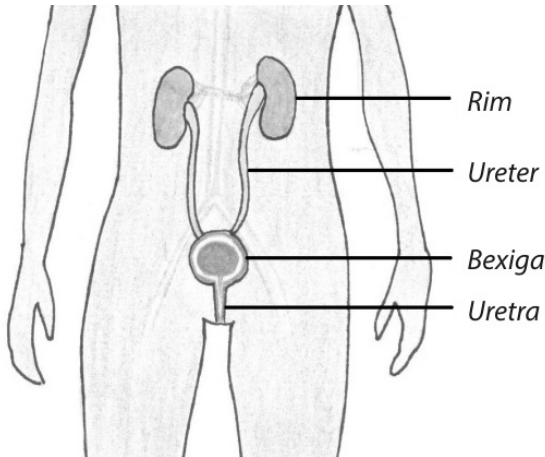
A intenção do material é contribuir para que você se sinta mais seguro ao voltar para casa, tendo melhores condições de realizar o autocuidado e prevenir complicações.

O que você precisa saber sobre os rins

A principal função dos rins é a manutenção do estado de equilíbrio do corpo, por meio da remoção das substâncias tóxicas em excesso (por exemplo, ureia, creatinina e potássio) e da regulação do volume de líquidos.

O ser humano possui dois rins, localizados nas costas, acima da cintura, sendo um de cada lado da coluna. Eles medem aproximadamente 12cm de comprimento e 6cm de largura, pesam em média 150g e têm o formato de um grão de feijão. Os rins também produzem hormônios importantes para a produção de glóbulos vermelhos (que evitam a anemia) e de vitamina D (para a calcificação dos ossos) e para a regulação da pressão arterial.

Os rins, portanto, controlam o equilíbrio entre o sal e a água, a solidez dos ossos, o crescimento, a produção de sangue e a pressão arterial.



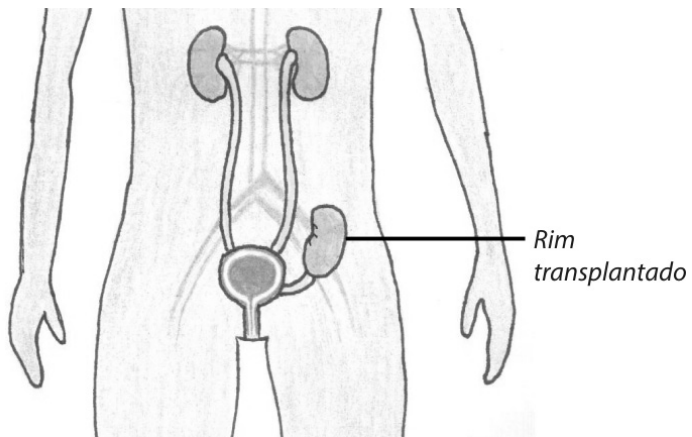
O que é transplante renal?

O transplante renal é a transferência de um rim saudável de um doador vivo ou falecido a um paciente (receptor) que tem rins doentes. Antes de doar ou receber um órgão, a pessoa precisa realizar uma extensa avaliação clínica.

O receptor do transplante renal necessita de cuidados especiais, independente do tipo de doador.

O transplante renal é o tratamento de escolha para melhorar a qualidade de vida. Mas, você precisa de novos cuidados e hábitos permanentes: é fundamental seguir corretamente as orientações recebidas e esclarecer dúvidas sobre o tratamento com a equipe.

Algumas informações sobre a cirurgia:



- É realizada com anestesia geral e dura, em média, quatro horas.
- O rim transplantado é colocado na região abdominal direita ou esquerda.

- Apenas um rim é suficiente para manter as funções do corpo.
- Geralmente, os rins do receptor não são retirados, por isso, você pode manter os seus dois rins e receber o rim transplantado.

Cuidados durante a internação

A recuperação da cirurgia ocorre na Unidade de Internação Cirúrgica e o tempo de permanência na unidade varia conforme o caso. Durante este período, são necessários cuidados como:

- **Higienização das mãos:** lave as mãos com água e sabão ou limpe-as com álcool gel para evitar infecções.

É importante que os profissionais, o acompanhante e as visitas higienizem suas mãos antes e depois de ter contato com você e com objetos (cama, mesa de cabeceira, cadeira, maçaneta da porta). Você também precisa higienizar suas mãos depois de tocar objetos e ir ao banheiro.

- **Alimentação:** quando você tiver condições clínicas para se alimentar, o soro é suspenso e a alimentação via oral é iniciada gradativamente com dieta líquida e, após, com alimentos sólidos.

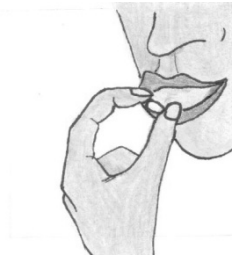
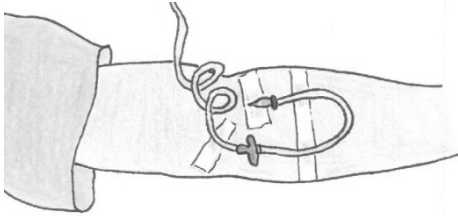
Não é permitido trazer alimentos de casa, você deve seguir rigorosamente a dieta hospitalar.

- **Líquidos:** é muito importante você beber água depois da cirurgia. Porém, pode ser necessário restringir os líquidos.

Se for preciso ingerir menos líquidos, você receberá orientações dos profissionais de saúde.

- **Medicamentos:** você recebe soro e medicamentos para evitar

dor, infecção e rejeição do rim transplantado. Inicialmente, esses medicamentos são administrados na veia, mas, à medida que o tempo vai passando, eles podem ser tomados por via oral.



- **Ferida operatória:** o corte da cirurgia, chamado de ferida operatória, fica com curativo fechado até o segundo dia após o procedimento. Depois, de acordo com avaliação dos profissionais, pode ser removido o curativo.

Os pontos são retirados após 30 dias a partir da data da cirurgia, na consulta de enfermagem no ambulatório.

- **Sonda na bexiga:** é muito importante para facilitar a eliminação e o controle da urina. Normalmente é mantida, em média, quatro dias após a cirurgia. Os cuidados com a sonda são realizados pela enfermagem, mas, se você tiver condições de tomar seu banho, também precisa fazer a higiene íntima onde a sonda está inserida.

Homens: higienizar com água e sabão (neutro ou glicerina) e água corrente do chuveiro e expôr a cabeça do pênis (glande) tracionando a pele (prepúcio). Secar bem após o banho.

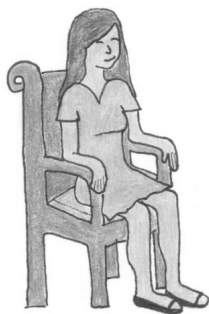
Mulheres: higienizar com água e sabão. Limpar e secar a parte íntima no sentido de frente para trás, para não contaminar com fezes.

Após a retirada da sonda, você deve urinar em frasco apropriado disponível no banheiro do quarto, para que a equipe faça o controle da quantidade, cor e odor da urina.



- **Atividade física:** você pode sair do leito no segundo dia após a cirurgia, com auxílio da equipe de saúde.

Sair do leito, sentar na poltrona e caminhar são ações que evitam complicações (como pneumonia e trombose) e reduzem a distensão abdominal (sensação de barriga inchada). Além disso, é importante que você se movimente no leito.



- **Banheiro:** o banheiro no quarto é de uso exclusivo dos pacientes.

Os familiares e visitantes devem utilizar os banheiros localizados em frente aos elevadores.

- **Visitas:** são restritas. É permitido apenas um acompanhante. Você não pode entrar em outros quartos.

Familiares ou amigos com alguma infecção, gripe, resfriado, tosse e febre não devem vir ao hospital. A visita de menores de 12 anos só é permitida em casos especiais.



- **Recreação:** não é aconselhado ir à Recreação após a cirurgia, pois é um período delicado, em que você está mais sujeito a adquirir infecções.

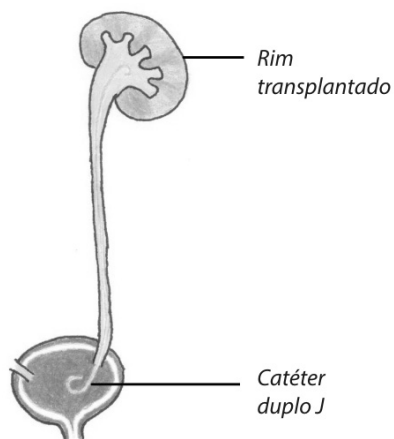
Procedimentos comuns no pós-operatório

Durante o período de internação, é necessário realizar procedimentos para acompanhar a evolução do transplante, como:

- **Retirada de cateter Duplo J:** o cateter Duplo J é instalado para impedir a obstrução da via urinária e é retirado, em média, de sete a 14 dias após a operação, conforme avaliação médica. O procedimento de retirada é simples, leva em torno de 15 minutos e é feito com anestesia local. Se você sentir dor, solicite medicamento.

Fique atento: caso haja sangramento e ardência ao urinar, você deve comunicar a equipe.

Há casos em que o cateter Duplo J não é colocado. Assim, não haverá este procedimento.



- **Diálise:** logo após a cirurgia, o rim transplantado pode não funcionar. Caso isso ocorra, você vai continuar com a diálise como fazia antes do transplante até que o rim transplantado funcione, o que pode demorar algumas semanas.

- **Biópsia renal:** é a retirada de um pedacinho do rim transplantado com uma agulha fina, com anestesia local, para verificar precocemente se há rejeição. É necessário jejum de seis horas antes do procedimento. Após a biópsia, você permanece por quatro horas em jejum e 24 horas em repouso absoluto no leito, para prevenir sangramento. Além disso, você deve manter um peso de 1kg sobre o local da punção, por, no mínimo, quatro horas. Caso sinta dor, você vai receber medicamentos conforme prescrição médica. É importante observar a presença de sangue na urina e relatar para a equipe.

A biópsia é muito importante para avaliar se há rejeição, tratar imediatamente e evitar a perda do rim transplantado.

Principais complicações do transplante renal

As principais complicações após o transplante renal são as infecções e as rejeições.

- **Infecções:** decorrem da invasão de microrganismos capazes de causar doenças graves. Entre os medicamentos que você necessita tomar, estão os chamados imunossupressores, que evitam a rejeição. Porém, esses medicamentos também deixam o organismo mais sensível às infecções, pois eles diminuem a sua imunidade. As infecções urinárias são as mais frequentes, mas outras infecções também podem ocorrer.

Lembre-se sempre da importância de lavar as mãos!

- **Rejeições:** o rim transplantado é visto pelo organismo como um corpo estranho e sofre ataque do sistema de defesa. Esse processo é chamado de rejeição. Por isso, você utiliza os medicamentos chamados de imunossupressores, que servem para prevenir a rejeição. Há alguns tipos de rejeição após o transplante, sendo os mais comuns:

Rejeição aguda: pode ocorrer nos primeiros dias ou meses após o transplante. O diagnóstico é feito por meio de biópsia renal, ecografia e outros exames complementares. Quando isto acontece, você pode parar de urinar ou urinar em pequena quantidade e apresentar alterações nos exames de sangue. Muitas vezes, a rejeição ocorre sem que haja diminuição da urina. Na maioria dos casos, a rejeição aguda responde bem ao tratamento.

Somente a biópsia renal pode confirmar a presença de rejeição!

Rejeição crônica: é a perda lenta e progressiva da função renal, que ocorre numa fase mais tardia do transplante. É identificada pelos exames de sangue e biópsia. Nem sempre a rejeição crônica responde bem ao tratamento.

Fique atento: tome seus remédios corretamente, não falte às consultas e realize os exames!

- **Diabetes e pressão alta:** se você já tem diabetes e/ou pressão alta, deve continuar seguindo o tratamento. Entretanto, alguns pacientes podem desenvolver essas doenças devido ao uso dos medicamentos imunossupressores.

Podem ser necessários: uso de insulina para o controle da glicose, de medicamentos anti-hipertensivos e de diuréticos; e diminuição do sal na alimentação.

Orientações para a alta hospitalar

Hábitos de higiene

A higiene após o transplante renal deve ser rigorosa para prevenir infecções. Portanto, siga as recomendações:

- Lave bem as mãos antes de preparar os alimentos, antes das refeições, antes de tomar seus medicamentos, depois de ir ao banheiro e após ter contato com sujeira.
- Tome banho diariamente e seque bem o corpo após o banho.
- Limpe o corte da cirurgia com sabão neutro e água corrente do chuveiro e seque bem. Preste atenção se há pus ou vermelhidão no local.

- Faça a higiene da boca e dentes com escova de cerdas macias; se possível, use fio dental e visite periodicamente o dentista.
- Mantenha unhas curtas e limpas.
- Não ande descalço.
- Use sempre roupas limpas e troque a roupa de cama uma vez por semana.
- Lave bem as frutas, verduras e legumes antes do preparo e do consumo.
- Mantenha sua casa limpa.

Hábitos cotidianos

- Evite receber visitas ao retornar para casa, para evitar infecções.
- Evite lugares fechados e com muitas pessoas.
- Use máscara em ambientes fechados (ônibus, trem, elevador etc.), pelo tempo que for necessário, conforme a orientação da equipe de transplante.
- Evite contato com adultos e crianças doentes.
- Só volte a dirigir com a autorização de seu médico.
- Evite a prática de esportes agressivos, que possam lesionar o rim transplantado, como lutas marciais, boxe e outras.
- Procure manter atividade física regular, como caminhar 30 minutos de três a quatro vezes por semana após a liberação da equipe de transplante.

- Evite tomar sol entre 10 e 15 horas. Use sempre boné e protetor solar com fator igual ou maior a 30 no corpo, lembrando de proteger orelhas, nariz, rosto e mãos.
- Use luvas se tiver contato com a terra (canteiros, plantações), porque o solo pode transmitir infecções.
- Evite contato direto com animais domésticos, porque, mesmo saudáveis e vacinados, eles podem transmitir doenças.
- Não fume, pois todos os efeitos do cigarro são potencializados pelos medicamentos.
- É proibido receber vacinas de catapora, tétano, rubéola, febre amarela e sarampo. Antes de receber a vacina da gripe, consulte a equipe do transplante, pois este tipo de vacina é modificada anualmente. Em casos de epidemias, seu médico poderá orientar sobre vacinas ou outros tratamentos.
- O reinício da atividade sexual dependerá da sua recuperação e disposição. Tenha cautela com os esforços, como em qualquer outra atividade.
- A gestação não é recomendada no primeiro ano após o transplante, em função de alguns riscos. Você deve consultar seu ginecologista sobre a anticoncepção mais adequada e fazer revisão ginecológica a cada ano. É bom lembrar que o DIU tem maior risco de infecção e que o anticoncepcional oral predispõe à pressão alta. Caso esteja pensando em engravidar, converse antes com a equipe de transplante, a qual poderá modificar ou suspender alguns medicamentos para não prejudicar o feto.

Converse com seu médico ou com a equipe de transplante e tire suas dúvidas.

Nutrição

A qualidade e a quantidade de alimentos são importantes para o funcionamento do corpo e o sucesso do tratamento. Cada alimento possui diversos nutrientes (proteínas, carboidratos, lipídios, vitaminas, sais minerais, água e fibras) que desempenham diferentes funções. Os medicamentos imunossupressores podem produzir efeitos colaterais com o tempo de utilização, como diabetes, aumento do colesterol (gordura), aumento do apetite, pressão alta e aumento do ácido úrico. Para prevenir esses efeitos colaterais e escolher os alimentos mais adequados, você deve seguir as orientações do nutricionista e da equipe do transplante. Confira algumas recomendações.



- Coma frutas e verduras de acordo com a dieta.
- Substitua açúcar por adoçante.
- Prefira carnes magras e brancas (frango sem pele ou peixe).
- Prefira alimentos cozidos, assados, grelhados ou no vapor.
- Use limão, cebola, alho, pimentão, ervas aromáticas ou vinagre para temperar os alimentos.
- Consuma água tratada (Corsan/DMAE). Água de poço deve ser fervida.
- Prefira sucos naturais aos de caixinha e industrializados.



- Evite alimentos com muito sal, gordura e açúcares.
- Não leve o saleiro à mesa.
- Reduza o consumo de café preto.
- Não utilize banha e gorduras vegetais de coco.
- Evite o consumo de bebidas alcoólicas.
- Não consuma maionese e alimentos expostos em balcões ao ar livre.
- Não consuma a fruta, nem sucos ou refrigerantes de carambola (pode ser tóxico para os transplantados renais).

Controle do sal: consuma, no máximo, 4g de sal por dia ou conforme orientação da equipe.

1g de sal = 1 colher de cafezinho rasa

Controle do peso: é muito importante, pois é comum o aumento do apetite em função do uso de medicamentos imunossupressores. O excesso de peso pode levar a problemas de saúde como doenças cardiovasculares e obesidade.

Medicamentos imunossupressores

Os medicamentos imunossupressores são utilizados para prevenir a rejeição. Na alta hospitalar, o farmacêutico entrega um material educativo com orientações sobre os horários e doses dos medicamentos que você deve tomar em casa. Neste dia, é importante a presença de um familiar/acompanhante que irá auxiliá-lo a tomar os medicamentos em casa.

Recomendações sobre o uso dos medicamentos:

- Siga rigorosamente as orientações do farmacêutico.
- Confira a data de validade e não tome o medicamento se a data estiver vencida.
- Guarde os medicamentos em lugar fresco, arejado e longe do alcance das crianças. Você será orientado sobre medicamentos a serem guardados na geladeira.
- Tenha medicamentos suficientes para feriados, finais de semana e férias.
- Peça a receita dos medicamentos e os laudos na consulta médica a cada mês.
- Tome os medicamentos todos os dias no horário e na dose recomendada na tabela de medicamentos fornecida pelo farmacêutico.
- As doses serão reavaliadas e ajustadas nas consultas médicas conforme necessidade.
- Verifique nas consultas se você tem a quantidade de medicamento suficiente para continuar o tratamento até o próximo mês, pois a falta pode acarretar na rejeição do rim transplantado.
- Informe seu médico caso sinta qualquer efeito colateral ao tomar o medicamento.
- Nunca use medicamentos sem consultar seu médico.
- Se você esqueceu de tomar o medicamento, tome assim que lembrar.
- Se você não tiver certeza se tomou seu medicamento, espere até o próximo horário.

- Lembre-se de que os medicamentos devem ser retirados todos os meses; caso não retire, seu processo poderá ser cancelado pela Secretaria Estadual da Saúde e você ficará sem receber os medicamentos.

Nunca pare de tomar seus medicamentos imunossuppressores, pois isso pode levar à perda do rim transplantado e ao retorno definitivo à diálise!

Medicamentos geralmente utilizados:

PREDNISONA

Apresentação: comprimidos de 5mg e 20mg.

Indicação: prevenir a rejeição.

Cuidados

- Tome junto com o café da manhã.
- Controle a pressão arterial e peso.
- Faça exercícios físicos moderados para prevenir obesidade e osteoporose.

CICLOSPORINA

Apresentação: cápsulas de 100mg, 50mg e 25mg.

Indicação: prevenir a rejeição.

Cuidados

- Controle o peso e a pressão arterial.
- Realize exames periódicos para verificar a concentração sanguínea de ciclosporina e ajuste da dose. Essa coleta deve ser feita antes da primeira dose do dia, ou seja, sempre aguarde a coleta de sangue, para somente depois tomar a ciclosporina.

MICOFENOLATO SÓDICO OU MOFETIL

Apresentação: comprimidos de 180mg e comprimidos de 360mg (sódico) e de 500mg (mofetil).

Indicação: prevenir a rejeição.

Cuidados

- Não tome junto com antiácidos que contenham magnésio ou hidróxido de alumínio, colestiramina e aciclovir.
- Este medicamento reduz o efeito do anticoncepcional oral.
- Não ingira comprimidos quebrados.
- Se tiver diarreia, tome mais líquidos e procure a equipe do transplante.

TACROLIMO

Apresentação: cápsulas de 5mg e cápsulas de 1mg.

Indicação: prevenir a rejeição.

Cuidados:

- Não tome junto com alimentos. Após tomar o medicamento, aguarde uma hora para comer.
- Realize exames periódicos para verificar a concentração sanguínea de Tacrolimo e ajuste da dose. Esta coleta deve ser feita antes da primeira dose do dia, ou seja, aguarde a coleta de sangue para somente depois tomar o medicamento.

NISTATINA e CLOREXIDINA em solução oral: utilizadas nos primeiros meses para evitar infecção oral por um fungo chamado Candida.

Modo de usar:

- Faça bochecho com Clorexidina e despreze na pia.
- Logo em seguida, faça bochecho com Nistatina. Após o bochecho, a Nistatina deve ser engolida.

- Essa sequência de bochechos deve ser realizada três vezes ao dia.
- Pare de fazer os bochechos apenas com autorização do seu médico.

Sinais e sintomas de alerta

É muito importante ficar atento aos sinais e sintomas de infecção e de rejeição:

- Alterações no corte da cirurgia (dor, calor e pus)
- Dor ou dificuldade para urinar
- Falta de ar
- Cansaço extremo
- Calafrios
- Inchaço
- Diminuição da urina

Você deve procurar atendimento médico quando apresentar:

- Febre
- Tosse com escarro purulento
- Falta de ar
- Ardência ou diminuição da urina
- Diarreia persistente
- Dor no rim transplantado

Fornecimento dos medicamentos imunossupressores

Antes da sua alta hospitalar, um familiar/acompanhante deve buscar os medicamentos prescritos na Farmácia de Medicamentos Especiais do Estado, os quais são gratuitos. Na primeira vez, os medicamentos podem ser retirados em Porto Alegre. Para retirar os medicamentos é necessária a seguinte documentação:

- Nota de alta
- Receita dos medicamentos (em duas vias)
- Formulário de cadastro de usuários e de responsáveis
- Laudo de solicitação, avaliação e autorização de medicamentos
- Termo de esclarecimento e responsabilidade de imunossupressores
- Documento de identidade (do paciente e do familiar que buscar)
- Número do cartão SUS (do paciente e do familiar que buscar)
- Comprovante de residência (do paciente)

Na entrega dos documentos, será aberto um protocolo com o número do processo, com o qual o seu familiar/acompanhante poderá retirar os medicamentos na farmácia. O familiar/acompanhante deve levar todos os medicamentos ao hospital, pois a equipe de transplante fará a revisão dos mesmos para que você possa ter alta hospitalar. Você será orientado sobre como e onde obter os medicamentos na farmácia do Estado.

Controle ambulatorial

As consultas no ambulatório têm como objetivo acompanhar o funcionamento do novo rim transplantado, prevenindo e tratando complicações. Após a alta, agende sua consulta e exames. Os exames devem ser realizados conforme combinação com a equipe médica.

Período pós transplante	Frequência de consultas
Primeiro mês	Uma a duas vezes por semana
Segundo mês	Uma vez por semana
Terceiro e quarto mês	Uma vez a cada 15 dias
Quinto mês a um ano	Uma vez ao mês
Após um ano	Uma vez a cada dois meses

** A frequência das consultas pode mudar conforme critério da equipe.*

As consultas após o transplante renal devem ser previamente agendadas conforme o município da residência. Para pacientes que residem em Porto Alegre ou na Região Metropolitana, devem ser agendadas preferencialmente nas quartas e sextas-feiras, das 8h às 12h, na Zona 12, térreo do HCPA. Já para pacientes que residem em municípios do interior, é preferível que ocorram nas terças-feiras, das 12h30min às 16h30, na Zona 18, e nas quintas-feiras, das 12h30 às 16h30, na Zona 12.

Serviço Social

A Unidade de Nefrologia do HCPA conta com um assistente social, com o objetivo de orientar e informar os pacientes renais e seus familiares sobre seus direitos, acompanhando-os durante o processo do transplante e buscando alternativas para possíveis dificuldades que possam

interferir no tratamento. Algumas atribuições e informações que competem ao Serviço Social:

- Liberação de alimentação para acompanhante na internação conforme critérios estabelecidos pelo serviço (idosos, pacientes do interior, necessidade de acompanhante conforme determinação médica).
- Orientação e encaminhamento referente a benefícios previdenciários, como auxílio doença, aposentadoria, benefício assistencial.
- Articulação com municípios, visando garantir o transporte para consultas, e com as Secretarias de Saúde, com foco em possibilitar acesso a medicações pós-transplante.

O contato com o Serviço Social ocorre através dos telefones (51) 3359.8880, (51) 3359.8305 ou (51) 3359.8295.

Telefones úteis

- **Hospital de Clínicas de Porto Alegre:** (51) 3359.8000
- **Serviço de Nefrologia:** (51) 3359.8295



SERVIÇO DE ENFERMAGEM CIRÚRGICA

Rua Ramiro Barcelos, 2350
Largo Eduardo Z. Faraco
Porto Alegre/RS 90035-903
Fones 51 3359 8000
Fax 51 3359 8001
www.hcpa.edu.br