

Medische aandachtspunten in het eerste jaar na transplantatie

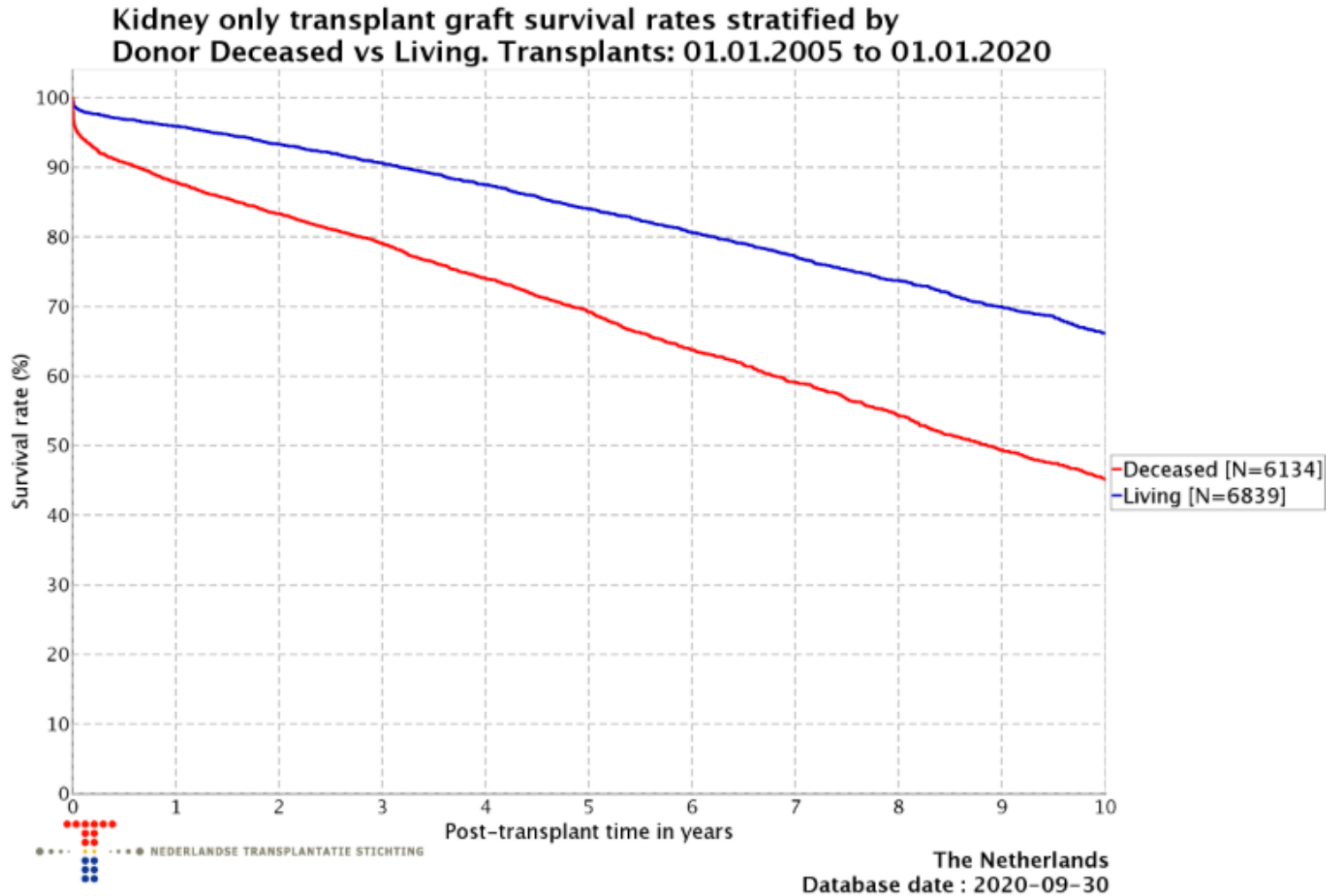
dr. Arjan van Zuilen

Internist-nefroloog UMC Utrecht

Inhoud presentatie

- **Hoe lang gaat een nier mee**
 - Klachten van de nier na de operatie
 - Wat als de nier problemen geeft
- **Het gat tussen voorlichting en eigen ervaring**
- **Waar zijn die afweerpillen goed voor**
 - Hoe werken de pillen
 - Goed innemen
 - Bijwerkingen
- **Vermoeidheid**
- **Gezonde nier in een gezond lichaam**
 - Preventie hart- en vaatziekten
 - Sporten
 - Preventie kanker

Hoe lang gaat een nier mee?



Na 10 jaar:

- Overleden donor: 45%
- Levende donor: 65%

In 1^e jaar:

- weinig gedoe
- Goede medicatie inname

➤ Gunstige prognose

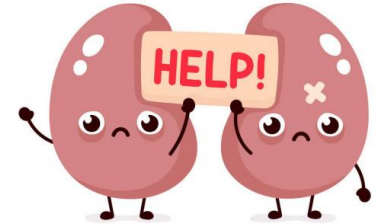
Klachten van de nier na operatie: *buikpijn*

- Nier zit niet op de natuurlijke plek
- Er is ruimte gemaakt om de nier te plaatsen
- Huid/ spier/ zenuwen/ ander weefsel is opengemaakt en weer gesloten om daar te komen
- Chronische pijn komt net als bij andere operaties wel voor maar niet vaker dan bij andere operaties.
- De nier kan oorzaak van de pijn zijn bij stuwings/ infectie/ afstoting
- Meestal is het iets anders => vaak geen verklaring; soms toe te schrijven aan b.v. klemzittende zenuw => dan gericht te behandelen
- Klachten nemen vaak maar niet altijd af.

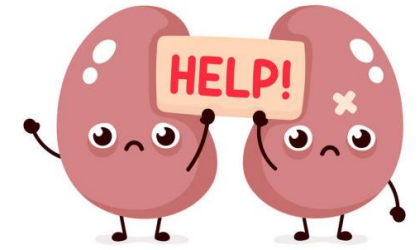


Wat als de nier problemen geeft

- Acute afstoting (vaker bij onregelmatige pil-inname)
- Chronische afstoting
- Schade aan nier door eigen nierziekte
- Slijtage
 - *oudere donor/ hoge bloeddruk/ slechte reactie op afweerremmende medicijnen*
- Schade aan nier door b.v. infectie/ kanker
 - *CMV/ BK*
- Late vernauwing van de urineleider



Wat als de nier problemen geeft



- Bij afstoting => behandeling van afstoting door:
 - *Ophogen van de onderhoudsmedicatie*
 - *Kuren met b.v. hoge doseringen prednisolon of andere medicijnen*
- Bij slechte reactie van nier op medicijnen:
 - *Als het kan, medicatie aanpassen*
- Bij eigen nierziekte:
 - *Behandelen wat kan*
- Bij infectie:
 - *Behandelen wat kan/ nieuwe infecties voorkomen*
- Bij problemen met urineleider:
 - *Vernauwing oplossen door soms nieuwe operatie*

Als de nier gaat falen

- **Uitzoeken oorzaak => vaak biopsie nodig**
- **Bijtijds nadenken over volgende transplantatie:**
 - Kan dat nog: Vaak kan dat wel
 - Wil je dat nog?
Voordelen groter dan risico's?
 - Zijn er donoren?
 - Wanneer transplanteren => liefst voor start dialyse



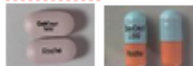


Het gat tussen voorlichting en eigen ervaring

- Alle programma's van transplantatiecentra en b.v. *nierstichting.nl* geven veel informatie over wat je na transplantatie te wachten staat.
- Veel patiënten zijn bij
- Bovendien kun je vooraf geen beeld vormen wat bepaalde dingen betekenen.
- Veel gehoord gevoel: “Het gaat vast niet over mij”.
- Soms als je na transplantatie iets ervaart wordt de waarschuwing in de voorlichting niet altijd als voldoende ervaren.



Waar zijn die afweerpillen goed voor?

- Het afweersysteem blijft altijd zoeken naar lichaamsvreemd materiaal (zoals de nier)
- Bij ontsteking is je afweersysteem actiever
- Ook lang na niertransplantatie kan afstoting volgen
 - *door pech*
 - *doordat pillen minder zorgvuldig ingenomen worden*
- Afweerpillen pakken verschillende onderdelen van het afweersysteem aan
 - *zij vullen elkaar aan*
- Wij leren steeds meer
- Zoeken naar evenwicht tussen werking en bijwerking
- Nog steeds geen goede manier om te weten wie maar weinig (of geen) afweerremmende medicijnen nodig heeft

Prograf (= Tacrolimus) 
Advagraf (= Tacrolimus) 
CellCept (= Mycofenolaat mofetil) 
Certican (= Everolimus) 
Envarsus (= Tacrolimus) 
Prednison

Waarom verschillen tussen ziekenhuizen in medicatie na transplantatie?

- Richtlijnen zijn geen kookboek
 - *En zelfs kookboeken hebben verschillende recepten voor hetzelfde gerecht*
- Er is geen vaste: goede of beste behandeling om afstoting te voorkomen
- Verschillen tussen ziekenhuizen door:
 - *Verschillende bevolkingsopbouw*
 - *Folklore*
 - *Het net wat anders interpreteren van dezelfde studies*
- Verschillen tussen patiënten door:
 - *Andere medische problemen*
 - *Leeftijd*
- Elk ziekenhuis in Nederland heeft goede medicatieschema's
- Meer en meer samenwerking en afstemming door onderzoeken



Bijwerkingen komen veel voor

- Verschillende klachten
- Niet iedereen heeft evenveel last van dezelfde klacht
- Wat voor de één werkt, werkt niet persé voor de ander

Veel voorkomende bijwerkingen

Afweer remmende medicijnen

- Door de werking van de medicatie:
 - Meer infecties
 - Grotere kans op kanker/ ernstiger beloop
- Echte bij-effecten
 - Darmklachten: Mycofenolaat (cellcept), Tacrolimus
 - Vocht vasthouden
 - Neuropsychologisch: effect op stemming/ tremoren/ neuropathie
 - Botontkalking
 - Suikerziekte
 - Nierproblemen



Bijwerkingen van andere medicatie

- Komen ook regelmatig voor
- Soms moeilijk te herkennen

Bijwerkingen komen veel voor

- **Verschillende klachten**
- **Advies:**
 - Bespreek klachten met uw behandelaar
 - In overleg met behandelaar kan gekeken worden:
 - ❖ *Is de klacht een bijwerking*
 - ❖ *Wat zijn de mogelijke oplossingen*
 - ❖ *Wat zijn de risico's van medicatie verandering/ is de winst groot genoeg*
 - Soms heeft iemand zoveel verschillende klachten dat je moet kiezen voor de oplossing met de minste nadelen.

Vermoeidheid na niertransplantatie

- **Veel gehoorde klacht**
- **Samengesteld probleem**
 - Hoge verwachtingen (vergelijking met de vorige keer dat je fit was, misschien wel jaren geleden)
 - Carrière van nierschade
 - Infecties / andere complicaties
 - Medicatie
 - Functie van de nier
 - Verstoringen in zouten in het bloed: Kalium, Natrium, Magnesium, Fosfaat
 - Bloedarmoede
 - Voedingstoestand
- **In onderzoek geen bewijs dat één medicijn dit doet of dat er een truc is die (vaak) werkt**

Gezonde nier in een gezond lichaam

Hart- en vaatziekten

- Belangrijkste oorzaak van overlijden voor ontvangers
- Behandeling:
 - *Pillen => cholesterol / bloeddruk / eiwitverlies van de nier goedhouden*
 - *Levensstijl => bewegen / stoppen met roken / afvallen*
- Gezonde levensstijl
 - *Gezonde voeding*
 - *Bewegen*



Mag je sporten na transplantatie

- Natuurlijk
- Niet over actief starten: doseren!
- Belangrijk om je te realiseren dat je eigen nieren goed beschermd liggen achter de ribben maar de nieuwe achter de buikwand; dus kwetsbaarder voor schade.
 - *Er zijn beschermkappen te maken via revalidatie centra maar niet vergoed/niet comfortabel*
- Professionals geven wisselende adviezen maar dat is communicatie.
 - *Eigen inschatting maken: hoe belangrijk vind ik sport/ hoe bezorgd ben ik*
 - *Als je op de bank zit beschadig je niks, maar maak je ook niks mee...*
- Sport en type sport is een keuze
 - *Maar er zijn natuurlijk grenzen => vechtsport goed idee?*
- Er zijn profvoetballers die getransplanteerd zijn...



Preventie van kanker

- **Kans op huidkanker 175x zo groot als bij leeftijdsgenoten**
 - Zonlicht is risicofactor die het erger maakt
 - Schade nu geeft pas jaren later problemen, houd daar rekening mee.
Maak je eigen keuzes, maar weet:
 - Een bedekte huid is beter dan een ingesmeerde huid
 - Ingesmeerde huid is veel beter dan schaduw
 - Controle door dermatoloog voorkomt niet maar herkent afwijkingen vroeg
- **Ook andere kankersoorten; doe dus mee met het bevolkingsonderzoek**

Vaccinaties

Patiënten na niertransplantaties zijn meer kwetsbaar voor infecties dan leeftijdsgenoten

Vaccinaties die aangeboden worden, worden door de beroepsgroep ook geadviseerd:

Covid

Influenza ('griep')

Er zijn daarom Vaccinaties beschikbaar om die risico's te verminderen voor of na transplantatie

Vaccins werken minder goed na niertransplantatie dus bescherming is er, maar minder.

Aantal vaccinaties wordt vergoed:

Pneumococcen

Gordelroos

Aantal vaccinaties wordt niet vergoed:

HPV

Reizen en vaccinaties:

Let op met alleen reisvaccinaties wordt reizen niet even veilig als leeftijdsgenoten.

Je loopt meer risico op infecties die ook langer kunnen duren of heftiger verlopen

Niet alle vaccins mogen: Levend verzwakt mag niet b.v. BMR/ Gele Koorts

Vragen?



Je krijgt deze presentatie (en de andere presentaties) ook toegestuurd via de 'digitale goodiebag'