



# הכליה החדשה שלי

מידע חשוב לילדים מושתלים  
ולמועמדים חדשים להשתלת כליה  
במרכז שניידר לרפואת ילדים



עריכה: נעמי זנהנדלר, מתאמת מושתלי כליה  
בהוצאת מרכז שניידר לרפואת ילדים | אוקטובר 2014

המידע בחוברת זו מיועד לבנות ולבנים. כדי שהקריאה תהיה קצרה  
ונוחה, הפנייה היא בלשון זכר בלבד אבל מיועדת לשני המינים

## יאב יקר,



כשמתברר לך שהינך מועמד להשתלת כליה, עולות הרבה מאוד שאלות, ורק טבעי שיש גם חששות.

אבל כשתדע את התשובות תבין שזה פחות מפחיד ממה שחשבת בהתחלה, וש אפשר להתמודד בהצלחה, ולהבריא.

ההורים, המשפחה המורחבת, החברים והצוות הרפואי ילוו אותך לאורך התהליך כולו, ויעזרו לך בכל מה שאפשר.

חשוב שתזכור שאתה בידיים טובות, שהרבה מאוד אנשים אוהבים אותך ודואגים לך, ושיש עוד ילדים רבים כמוך שהיו בדיוק באותו מצב, והבריאו.

כדי לעזור לך להתכונן לתהליך ולעבור אותו בהצלחה, ריכזנו עבורך בחוברת זו שאלות ותשובות הנוגעות לכל מה שחשוב לך לדעת.

---

## יש לך שאלות נוספות? רוצה לשוחח?

מתאמת המושתלים במרכז שניידר והצוות הרפואי ישמחו לדבר איתך, להסביר ולענות על כל שאלה.

אנו מאחלים לך בריאות והחלמה מהירה!

### באהבה,

צוות המכון הנפרולוגי  
מרכז שניידר לרפואת ילדים





## מה בחוברת

**עמ' 6** לפני השתלת כליה

**עמ' 10** ניתוח ההשתלה

**עמ' 12** האשפוז במחלקת ילדים

**עמ' 13** לאחר השחרור הביתה





## לפני השתלת כליה

הכוונה היא שיש לך בגוף איבר שהוא חולה שאינו עובד כמו שצריך. לכן, צריך להחליף אותו ולהשתיל במקומו איבר בריא. במקרה שלך מדובר על כליה

**הרופא אמר לי שאני צריך השתלת כליה. מה זה אומר?**

ייתכן שתצטרך להמתין עד שתימצא לך כליה מתאימה. להמתין זה לא כיף, לפעמים לא יהיה לך מצב רוח ולא תהיה במיטבך, וזה מובן. חשוב לדבר על תחושותיך עם אבא ואימא, עם הרופא שלך ועם חברים. אפשר ומומלץ גם להביע את התחושות בצירוף.

**מתי יחליפו לי את הכליה החולה בכליה חדשה?**

הגוף שלנו הוא כמו מכונה. כדי שהוא יוכל לעבוד, הוא זקוק להרבה חלקים הנקראים איברים. למשל: לב, ריאות, כליות - כל אלו הם איברים בגופנו.

כאשר כל האברים תקינים הגוף עובד טוב. כאשר איבר בגוף אינו עובד נכון - הגוף שלנו לא יכול לעבוד כמו שצריך. במקרה כזה יש צורך להחליף את האיבר החולה.

החלפת איבר חולה באיבר חדש ובריא נקראת "השתלת איברים". במקרה שלך, האיבר שיש להשתיל הוא כליה.

**מהו בעצם הדבר הזה שנקרא איבר? ומהי כליה?**

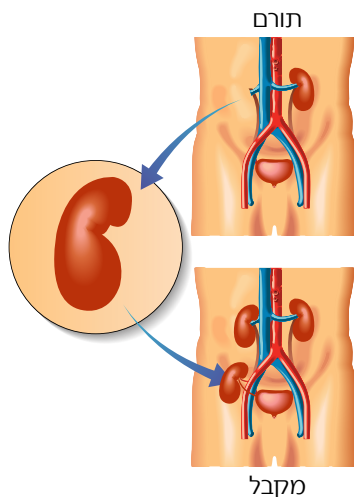


**יש הרבה ילדים כמוך, הזקוקים להשתלת כליה. חשוב שתדע שאתה לא לבד:**



## מהי השתלת כליה?

השתלת כליה היא פעולה שבה מוציאים כליה בריאה מגופו של אדם אחד, ומשתילים אותה בגופו של אדם אחר הזקוק לכליה חדשה.



**מהו התפקיד של הכליות? במה הן עוזרות לגוף שלנו?**

לכל אחד יש שתי כליות שנמצאות בתוך גופנו, בחלק התחתון של הגב. התפקיד של הכליות הוא לסנן ולפנות מהדם מלחים, חומרי פירוק של המזון, נוזלים ורעלים. כל אלה עוברים דרך הכליות ויוצאים מהגוף בצורת שתן.

**מאיפה הכליה תגיע?**

את הכליה אפשר לקחת מאדם שנפטר, בהסכמת משפחתו, או מאדם חי ובריא שמוכן לתרום כליה עבור מבוגר או ילד המחכה להשתלה. תורם חי הוא אדם שאכפת לו ממך, ורוצה לעזור לך בכך שיתרום לך כליה בריאה. האדם הזה יכול להיות אבא, אימא, חבר או קרוב משפחה (בתנאי שהוא מתאים).

לפעמים, הכליה מגיעה מתורם שנפטר במקרה כזה, משפחתו של האדם שמת רוצה לתרום את איבריו לילדים כמותך, ובכך לעזור למישהו אחר.

**אם התורם נפטר, אפשר בכלל להשתמש בכליה שלו?**

כן. במקרים מסוימים, ניתן להוציא כליה בריאה לגמרי מגופו של אדם שנפטר – כמובן, בתנאי שהכליה נלקחת זמן קצר ביותר לאחר המוות. במקרה כזה אפשר לשמור על הכליה במצב טוב במשך כמה שעות, עד לביצוע ההשתלה.



---

אדם בריא יכול לחיות עם כליה אחת, ולהישאר בריא כל חייו. כשיש כליה אחת בלבד, היא פשוט מחליפה את העבודה שעושות בדרך כלל שתי כליות. אם אחד מהורכיך או אדם קרוב אחר יתרום לך כליה, אין סיבה שהוא לא יחיה בבריאות שלמה שנים רבות.

**ואם מקבלים כליה מתורם חי, זה לא מזיק לו?**



את הכליה מוציאים מהתורם בניתוח, שנעשה בהרדמה מלאה. במהלך הניתוח לא מרגישים דבר. בימים הראשונים אחרי הניתוח יכולים להיות להם כאבים - אבל אפשר להתגבר עליהם עם תרופות. לאבא או אמא יהיה קל בהרבה להתגבר על כך, אם הם ידעו שהכליה שלהם עוזרת לך להיות בריא.

**אם אמא או אבא תורמים לי כליה, זה יכאב להם?**

---

זהו תהליך שיכול לקחת זמן, וצריך סבלנות. יכול להיות שתצטרך להיות בבית החולים, כדי שהרופא והאחות יערכו את כל הבדיקות לפני ההשתלה. בינתיים, הרופא והאחות ילמדו אותך ואת הורכיך איך מתנהגים אחרי ההשתלה ואיך שומרים על הכליה החדשה. בזמן שאתה ממתין להשתלה, לפעמים יש צורך בטיפול שנקרא דיאליזה.

**אז מתי יגיע תורי לקבל כליה?**

---

פעולת הדיאליזה מתבצעת על ידי מכונה, המשמשת ככליה מלאכותית. הרופא או האחות יחברו את המכונה אליך, והיא תחליף את פעולת הכליה. המכונה עוזרת להוציא את עודפי המים וחומרי פירוק המזון מהגוף על ידי ניקוי של הדם. זה לא כואב, אבל לוקח זמן: לפעמים צריכים לשבת כמה שעות בסבלנות בזמן שהמכונה עובדת.

**מה זה דיאליזה?**

---

לא כל כליה תתאים לך, וחשוב לנו לדעת שהכליה שתקבל תהיה מתאימה ושגופך לא ידחה אותה. לכן צריך לעשות כל מיני בדיקות. גם אם זה מעצבן - אין ברירה...

**למה עושים לי כל כך הרבה בדיקות?**





**האם יש עוד ילדים כמוני שמחכים להשתלה?**

כן. יש עוד ילדים שזקוקים לכליה חדשה, וחלקם יצטרכו לחכות לא מעט זמן. אם סיפרו לך שיש עבורך כליה, ושבקרוב יתקיים ניתוח ההשתלה – אתה צריך לשמוח. אחרי ההשתלה תרגיש טוב יותר, ויש סיכוי מצוין שתוכל לחזור לחיים בריאים וטובים.

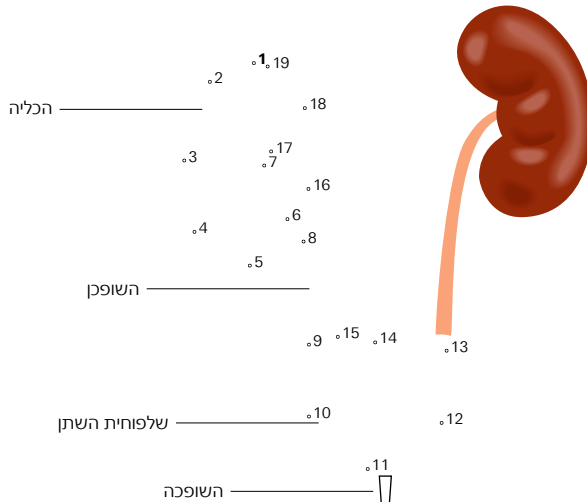
**מה תפקידה של מתאמת המושתלים?**

מתאמת המושתלים היא אחות בבית החולים, שתפקידה לעזור לך ולהורים שלך. תפקידה לתאם עבורך את כל הבדיקות וההכנות לקראת ההשתלה, להדריך אותך לפני ההשתלה ואחריה וללוות אותך בכל התהליך. מתאמת ההשתלות היא ה"כתובת" שלך, ותוכל לפנות אליה בכל שאלה. כדי שלא תשכח את כל מה שרצית לשאול, כדאי להכין רשימת שאלות לפני הגעתך למרפאה.

**מה צפוי לי מרגע האשפוז לפני הניתוח?**

בהשתלה מתורם חי, תגיע יחד עם הורך למחלקת אשפוז יום לפני הניתוח. במחלקה תיבדק על ידי רופא, יורכב לך עירוי ביד שדרכו ניקח בדיקות דם, ורופא מרדים יבדוק אותך ויקבע מתי תהיה בצום לקראת הניתוח. האחות תלווה אותך לחדר אשפוז ותתן לך פיג'מה, מגבת וסבון רחצה. תתבקש להתרחץ לפני הניתוח ולהמתין עד שיקראו לך. בהשתלה מנפטר, תגיע למחלקת אשפוז ביום הניתוח ותעבור תהליך זהה.

המתאמת תלווה אותך לחדר הניתוח יחד עם הורך. בחדר הניתוח, אבא ואימא יהיו לידך עד שתירדם.





## ניתוח ההשתלה

את הניתוח יבצע רופא כירורג משתיל – רופא מנתח שמומחה בהשתלות כליה.

הרופא יקח את הכליה הבריאה מהתורם וישתיל אותה בגופך, באגן הקטן הנמצא בתחתית הבטן שלך. הרופא יחבר את כל כלי הדם (ורידים ועורקים) אל הכליה ואת מוביל השתן לשלפוחית השתן.

**מה בעצם עושים בניתוח ההשתלה?**

לא. במרכז שניידר דואגים מאוד לילדים ועושים הכול כדי שלא תסבול מכאבים. תקבל תרופות להרדמה דרך משאבה עם צינורית שנקראת אפיידורל. בניתוח תישן שינה עמוקה ולא תחוש כאב כלל. משאבה זו תישאר איתך גם ביום שלאחר הניתוח, ותמשיך להזרים לגופך תרופות משככות כאב. גם לאחר מכן, בתקופת ההחלמה, תקבל טיפול נגד כאבים לפי הצורך.

**האם אני ארגיש כאבים?**

לאחר הניתוח תהיה במחלקה לטיפול נמרץ, לצורך השגחה. במחלקה זו יהיו לך:

- מסיכת חמצן, עם חמצן לדרכי הנשימה.
- קטטר בשלפוחית השתן עם שקית, כך שנוכל לעקוב אחר השתן שלך.
- עירוי מרכזי בצוואר למתן נוזלים, תרופות ומדידת לחצים.
- נקז מאיזור הניתוח – זהו צינור שבקצהו בלון קטן לניקוז דם.
- כמו כן תהיה מחובר למוניטור – מכשיר שיעקוב אחר סימני החיים שלך: דופק, לחץ דם, סטורציה (מדידת כמות החמצן בדם).

**מה יקרה אחרי הניתוח?**

כן, מהיום הראשון אחרי הניתוח תקבל תרופות. אנחנו נדריך אותך ואת הוריק בכל מה שצריך לדעת על התרופות שתיקח. התרופות האלו ישמרו על הכליה החדשה שלך. חשוב מאוד להתרגל לקחת את התרופות בזמן ולפי ההנחיות, כי הן ילוו אותך מעכשיו לאורך החיים.

**האם אני אקבל תרופות?**



**איזה עוד  
טיפול  
אקבל אחרי  
הניתוח?**

יום לאחר ההשתלה האחות תוריד אותך לכורסא והפזיטרפיסטית תגיע אליך לתרגל תרגילי נשימה ותנועה. מאוד חשוב לא לשכב כל הזמן במיטה - כך תוכל להתאושש טוב יותר מהניתוח.

**איך אוכל  
לעזור  
לעצמי  
להחלים?**

חשוב להישמע להוראות הצוות ולשתף פעולה. זכור תמיד שכולם רוצים לעזור לך. יכול להיות שהימים הראשונים יהיו מלווים באי נוחות או בכאב. חשוב שתספר על כך לצוות המטפל ולהורים, כדי שנוכל לעזור לך ולהקל עליך.

**עד מתי  
אהיה  
בטיפול  
נמרץ?**

לאחר הניתוח תישאר ביחידה לטיפול נמרץ ילדים, עד שהרופא יחליט שמצבך מאפשר לעבור למחלקת ילדים (לרוב לאחר 48 שעות).



# האשפוז במחלקת ילדים

במחלקה תהיה מאושפז כשבועיים, עד שהרופאים יחליטו שאתה יכול להשתחרר הביתה להמשך החלמה. במחלקת ילדים תצטרך להתרגל לסדר יום חדש, שיעזור לך לשמור על הכליה החדשה ולהבריא כמה שיותר מהר.



**כמה זמן  
אצטרך להיות  
במחלקת  
ילדים?**



## תזונה

דיאטנית תגיע אליך ותדריך אותך בנושא תזונה - כל מה שקשור לאוכל וארוחות. מאוד חשוב להקפיד על תזונה בריאה ללא צבעי מאכל ושומן רווי. לכן גם רצוי לא לקנות אוכל במסעדות, כמו פלאפל, המבורגר וכדומה.

## מסיכה על הפנים

זו מסיכה לאזור הפה והאף, שתצטרך לחבוש בכל זמן האשפוז כשבאים לבקר אותך וכשאתה יוצא מהחדר. המסכה נועדה להגן עליך מפני הדבקה בכל מיני וירוסים וחיידקים.



## יציאות

בזמן האשפוז נעקוב אחרי השתן והצואה שלך, ונבקש שתספר לאחות אם יש קושי ביציאה או שלשול.

## לאילו דברים אצטרך להתרגל?



## בדיקות ותרופות

בכל בוקר תעבור בדיקת דם ולאחריה תקבל תרופות נוגדות דחייה, כדי שהגוף שלך ילמד להכיר את הכליה החדשה ולא ידחה אותה. האחות תסביר לך כל מה שחשוב לדעת.



## רחצת ידיים קפדנית

במשך כל האשפוז, בעיקר ביציאה מהשירותים, חשוב שתרחץ ידיים טוב-טוב עם סבון ולאחר מכן עם חומר חיטוי הנקרא ספטול - החומר הכחול הנמצא בחדרך. חשוב מאוד להקפיד על רחצת הגוף, גם באזור הניתוח, ועל שמירה על היגיינת הפה (לצחצח שיניים היטב).



## לאחר השחרור הביתה

מומלץ לחזור לבית הספר כ-3 חודשים לאחר ההשתלה, או לפי המלצת הרופא.

**מתי אוכל לחזור לבית הספר?**

כמובן – אבל רק חברים בריאים, שאינם חולים או מצוננים, ורק אחרי שרחצו היטב ידיים. ועוד משהו: בכל פעם תארח רק חבר אחד. חשוב מאוד שלא תהיה התקהלות בחדר, וזאת כדי לשמור על הבריאות שלך.

**האם חברים יבואו אלי?**

בתקופה הראשונה שאחרי ההשתלה – במשך כ-3 חודשים – רצוי שלא תהיה במגע עם חיית המחמד שלך, מכיוון שבתקופה זו אתה חשוף ורגיש לזיהומים. אחרי 3 חודשים תוכל לשחק עם כלבך (או עם חיית מחמד אחרת) בתנאי שהכלב נקי, מטופל ומחוסן על ידי וטרינר, ושאתה רוחץ ידיים היטב לפני ואחרי המגע עימו.

**האם אוכל לשחק עם הכלב או עם החתול שלי?**

כן, אבל בגלל התרופות שתקבל, תצטרך להיזהר מחשיפה לקרני השמש ולהגן על עורך בתשומת לב רבה יותר מילדים אחרים. כל הילדים המושתלים צריכים להקפיד על מריחת קרם הגנה ביציאה מהבית, לחבוש כובע וחולצה עם שרוול ארוך.

**מותר לי להיות מחוץ לבית?**

במשך 6 חודשים לאחר ההשתלה, חשוב שלא תבצע פעילות ספורטיבית מאומצת. בתקופה זו מומלץ לעשות פעילות מתונה בלבד, כמו צעידה ברגל. אחרי 6 חודשים אפשר להתחיל לחזור בהדרגה לפעילות יותר מאומצת, למשחקי ספורט ולטיולים.

**מתי אוכל לשחק כדורגל ולעסוק בפעילות ספורטיבית?**



## מה זאת אומרת "מעקב במרפאה"?

לאחר השחרור מבית החולים, תהיה במעקב במרפאה - זאת אומרת שתתבקש להגיע עם ההורים לביקורת, כדי לראות שאתה מחלים בקצב משיביע רצון.

בחודש הראשון אחרי השחרור נרצה לראות אותך 3 פעמים בשבוע, בחודש השני פעמיים בשבוע, ובהמשך, בהתאם למצבך. יש להגיע למרפאה בבוקר, בשעה שנקבעה לך.

כללי השחרור מתקיימים גם במרפאה: אתה תהיה עם מסכה, ותחטא ידיים עם ספטול.

בימים שאתה מגיע למעקב במרפאה האחות תיקח לך בדיקות דם. לכן, הבא את התרופות איתך וקח אותן רק לאחר בדיקת הדם.

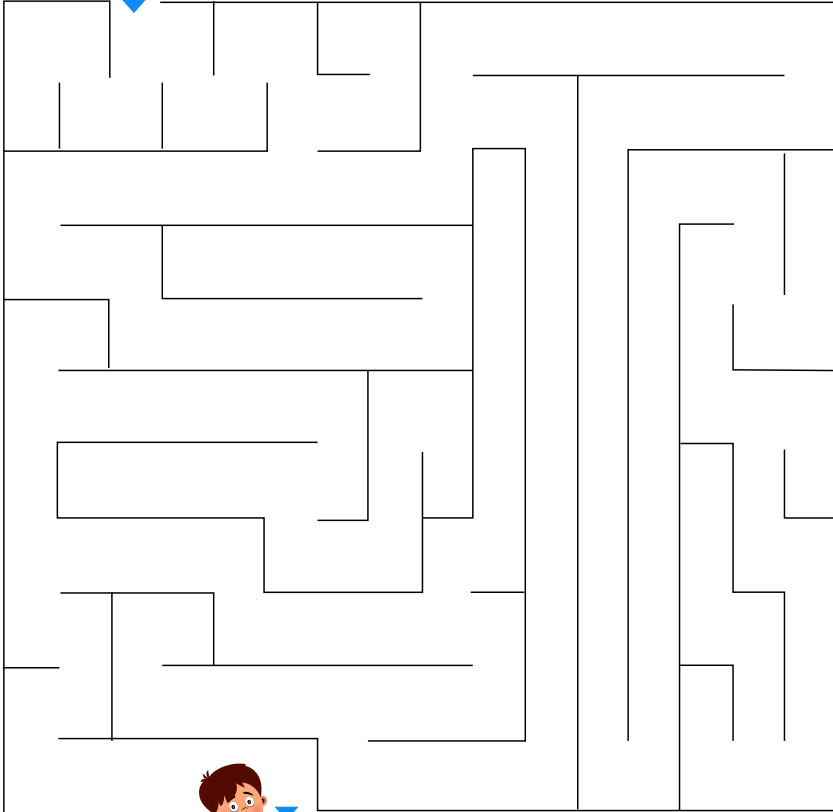
ההמתנה לתוצאות לוקחת זמן לכן, כדאי להצטייד בספר, טאבלט, אוכל, שתייה וכל מה שיעזור לך להעביר את הזמן עד שהרופא ישחרר אותך.

- בקיצור, כדי שאזכור: מה אני צריך לעשות כדי לשמור על הכליה שלי?**
1. שאל שאלות אם אינך מבין את ההסבר שניתן לך.
  2. עקוב אחר הוראות הרופא והאחות.
  3. שמור על בריאותך.
  4. הקפד לקחת תרופות בזמן.
  5. תרגל הליכה.
  6. אוכל אוכל בריא.
  7. דאג למנוחה.
  8. זכור כמה אתה חשוב להוריך ולמשפחתך.
  9. הצב לעצמך מטרות.
  10. **היה מאושר!**





## מבוך עזרו לכליה להגיע לנועם



### צוות המכון הנפרולוגי מאחל לך בריאות שלמה!

מתאמת ההשתלות שלי היא: .....

ומספר הטלפון שלה הוא: .....





אנחנו כאן בשבילכם...

למידע נוסף על מרכז שניידר:  
[www.schneider.org.il](http://www.schneider.org.il)

בברכת החלמה מהירה  
צוות המכון הנפרולוגי  
טלפון: 03-9253692

