



Manténgase saludable mientras espera un trasplante de riñón

Pueden pasar hasta cinco años para recibir un trasplante sin un donante vivo. Es importante mantenerse lo más saludable posible mientras espera para recibir un trasplante. Someterse a una cirugía lo más saludable posible puede ayudar con su recuperación.



Su equipo de trasplante controlará su salud mientras espera su nuevo riñón. Así es como puede mantenerse más saludable:

- /// Mantenga actualizado a su equipo de cuidado sobre cualquier actualización de salud.
- /// Complete los tratamientos de diálisis según lo indicado por su médico.
- /// Tome todos los medicamentos según lo prescrito.
- /// Manténgase al día con las vacunas.
- /// Siga una dieta saludable y apta para su salud renal.
- /// El manejo de líquidos puede ayudarlo a evitar un mayor riesgo de hipertensión arterial u hospitalización, lo que podría afectar su elegibilidad para un trasplante.
- /// Siga las pautas de su médico para hacer ejercicio.
- /// Reciba apoyo: comuníquese con familiares y amigos y comparta lo que está pasando.



Considere la diálisis en el hogar mientras espera.

Puede comenzar a obtener muchos de los beneficios que un trasplante proporcionará con la diálisis en el hogar. Es más gentil con el cuerpo y se asemeja más a la función renal natural. Si se indica con más frecuencia, reduce la acumulación de toxinas en el cuerpo entre tratamientos, puede proporcionar mejores resultados, puede reducir el estrés en el corazón y puede ayudarlo a mantenerse más sano para el trasplante.



PREPÁRESE PARA EL ÉXITO DEL TRASPLANTE

Hable con su asistente social para obtener más información sobre cómo mantenerse saludable para su trasplante de riñón, incluidas sus opciones de tratamiento en el hogar.