

## Trasplante de Pulmón: Cuidado Después de su Hospitalización

A continuación se proporciona información útil para ayudarle mientras se recupera de la cirugía de trasplante de pulmón. Asegúrese de seguir las pautas adicionales proporcionadas por su médico o enfermero(a).

### Información de contacto

Puede comunicarse con nosotros las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

- Durante horas de oficina (de 8 am a 5 pm de lunes a viernes), llame a la Oficina de Trasplante al 312.695.5864.
- Para asuntos urgentes durante horas fuera del horario de trabajo, llame al 844.639.5864 (844.NEW.LUNG) y pregunte por el “Coordinador de guardia de trasplante de pulmón”.
- Si no puede comunicarse con nadie en los números anteriores, llame al operador de Northwestern Memorial Hospital al 312.926.2000 y pida que el “Coordinador de guardia de trasplante de pulmón” lo llame con su nombre e información de contacto.

*Si tiene alguna duda, hable con su médico o enfermero(a).*

### Cuándo llamar al médico

Informe a su médico de trasplante o al enfermero coordinador de trasplantes si usted advierte alguno de los siguientes:

- Fiebre mayor que 100.4 grados F. (Llame al coordinador antes de tomar cualquier medicina para bajar la fiebre)
- Tos nueva o cambio en el color del esputo
- Síntomas de gripe, fatiga, dolor muscular, dolor de garganta
- Sangrado o moretones en cualquier sitio
- Inflamación de los tobillos
- Se siente mareado, cansado o “no del todo bien”
- Se siente como se sentía antes de que le hicieran el trasplante
- Cualquier herida o área de inflamación, enrojecimiento, secreciones o calor al tacto
- Ardor al orinar

- Náuseas, vómitos, estreñimiento o diarrea (esto puede disminuir el efecto de sus medicamentos inmunosupresores)
- Ganancia de peso de más de 2 libras en 1 día o 5 libras en una semana
- Dolores de cabeza

Llame al 911 o diríjase a la sala de emergencias más cercana si presenta los siguientes síntomas:

- Falta de aire
- Dolor de pecho

## Actividad

### ***Durante las primeras 6 semanas***

Es importante que se proteja de infecciones y enfermedades.

- Evite lugares públicos. Use una mascarilla si no puede evitar estar en un área llena de gente.
- Está bien estar alrededor de niños a menos que estén enfermos o acaben de recibir una vacuna viva. Si no está seguro de si es una vacuna viva, llame a su enfermero coordinador de trasplantes.
- Evite personas enfermas (resfriadas, con gripe, tos, varicela). Si ha estado expuesto a alguien que estuvo enfermo, comuníquese al equipo de trasplante.
- Evite a cualquiera que haya recibido una vacuna viva durante al menos 1 semana.
- No cambie pañales o ni arena para gatos.

Puede aumentar gradualmente su actividad. Repose si se cansa. Evite actividades de moderadas a fuertes hasta que hable con su médico.

- No conduzca
- No haga ejercicios abdominales, como sentadillas
- Evite actividades domésticas pesadas, como pasar la aspiradora, lavar la ropa, reparaciones en casa, o trabajo en el patio
- La actividad sexual se puede reanudar, pero asegúrese de evitar la tensión en las zonas de incisión

### ***Durante los primeros 3 meses***

- No retome ninguna de las siguientes actividades:
  - Golf, bolos, tenis, correr, natación, esquí, ciclismo riguroso, deportes de contacto
  - Cortar el césped, o cualquier actividad de jardinería
  - Buceo, parapente, paracaidismo, alpinismo
- No cargue cosas que pesen más de 10 libras. (Nota: un galón de leche pesa 8 libras)
- Use siempre una mascarilla cuando esté en el hospital o cerca de personas enfermas.
- No viaje fuera del estado sin discutirlo con su equipo de trasplante.

## Cómo mantenerse saludable

Cuando su médico sienta que es seguro hacerlo, usted puede reanudar sus actividades diarias. Es importante que tome ciertas precauciones para protegerse de infecciones y enfermedades.

### ***Preparación de alimentos***

- Evite las ensaladas frescas, restaurantes estilo bufet, pescado o carne cruda. Puede ingerir comidas preparadas, pero evite sopas enlatadas que tienen alto contenido de sal.
- Evite tomar jugo de toronja para evitar interacciones con los medicamentos inmunosupresores.
- Evite productos no pasteurizados.
- Practique el buen lavado de manos en todo momento.

### ***Baño***

- No realice baños de tina durante 2 semanas después del alta, o hasta que lo vean en una clínica y le hayan quitado las suturas de la sonda en el pecho .
- Se puede duchar y lavarse suavemente las incisiones con un jabón suave y agua.

### ***Dentista***

Hable con el equipo de trasplante de pulmón antes de cualquier procedimiento dental o quirúrgico (Es posible que tenga que tomar antibióticos antes del procedimiento.)

### ***Al aire libre***

- Evite hacer jardinería durante los primeros 3 meses. Después de 3 meses, use una mascarilla y guantes cuando haga jardinería cerca de las plantas y el suelo.
- Use mascarilla en los días de viento o alrededor de sitios de construcción.
- Siempre use zapatos cuando camine afuera o en lugares públicos.
- Limpie y vende cualquier cortadura, informe cualquier señal de infección.
- Use filtro solar con al menos 25 SPF y sombrero cuando esté bajo el sol.

### ***Mascotas***

- Las mascotas deben ser revisadas por el veterinario y estar al día con las vacunas.
- Los pacientes no deben tener un pájaro en la vivienda.
- No cambie la arena para gatos.

## **Autosupervisión**

Asegúrese de informar incluso cambios menores en su condición a su médico. Esto nos permitirá tratar de inmediato problemas y complicaciones que puedan ocurrir después de su trasplante. Para ayudarlo con esto, es importante que lleve un registro diario de su:

- Temperatura: Tómesela a la misma hora cada día. Espere al menos 20 minutos después de comer o beber.
- Presión arterial.
- Frecuencia cardíaca.
- Peso: Pésese a la misma hora del día, en la misma balanza, con la misma cantidad de ropa.
- Lecturas del microespirómetro: Mida a la misma hora cada día antes de una comida.

Comuníquese con el coordinador de trasplante llamando al 312.695.5864 entre las 8 am y las 5 pm o a la Línea directa de trasplante de pulmón al 1-844-639-5864 las 24 horas del día si:

- Su temperatura aumenta más de 1 grado F sobre su temperatura normal. Esto puede ser una señal de infección o rechazo.
- Su presión arterial (BP) es 20 mmHg arriba o debajo de su lectura sistólica normal (número superior). Los cambios de la BP se pueden deber a medicamentos, retención de fluidos o pérdida de fluidos. Si no está seguro de cuál es su BP normal, verifique con su enfermera de trasplante.
- Su frecuencia cardíaca es mayor que 110 o menor que 60.
- Gana 2 o más libras en 1 día o 5 libras en una semana. Esto puede significar que está reteniendo fluidos y es posible que su medicina tenga que ajustarse.
- Tiene una disminución en su lectura usual del espirómetro durante 2 o 3 días. Esto significa una disminución del 10 por ciento o más en el FEV1 (volumen espiratorio forzado en 1 segundo). Esto podría significar rechazo, infección o estrechamiento de la vía respiratoria. Si no está seguro de cómo medir una disminución en su lectura del microespirómetro, siéntase libre de llamarnos.

Traiga este registro y una lista de los medicamentos actuales a cada visita a la clínica para que su médico o enfermera los revise.

## **Dieta**

Asegúrese de comer alimentos nutritivos bajos en sodio, colesterol y grasas. No coma grandes cantidades de dulces. Los pacientes de trasplante tienen un mayor riesgo de enfermedades del corazón (enfermedad de la arteria coronaria), de modo que es importante que reduzca su riesgo manteniendo su peso ideal y ejercicio regular.

## **Visitas a la clínica**

Recibirá una lista de todas sus citas de seguimiento antes de que se le dé el alta. Es extremadamente importante que vaya a sus citas de seguimiento incluso si se siente bien. En los siguientes 6 meses, sus visitas serán:

- Una vez a la semana durante el primer mes (programa de citas adjunto).
- Cada 2 semanas durante los siguientes dos meses.
- Mensualmente durante los siguientes 3 meses y luego a discreción del médico.

## **Exámenes de seguimiento**

### ***Análisis de sangre***

- Cada visita a la clínica se hace conteo sanguíneo completo (CBC con diferencial), pruebas metabólicas completas (CMP), niveles Prograf, exámenes de citomegalovirus (CMV).
- También se hará el nivel Prograf 1 semana después de cualquier cambio de dosis.

### ***Biopsia transbronquial***

- Se hace con cada broncoscopia. La primera se hará 1 mes después del trasplante.

### ***Espirometría***

- Se chequea en cada visita a la clínica.

### ***CT espiral***

- Se hace 1 mes después del trasplante para revisar en busca de un coágulo sanguíneo.

## **Medicamentos después de trasplante**

Antes de que se le dé el alta del hospital, un farmacéutico y su enfermero coordinador de trasplantes le explicarán en detalle sus medicamentos. Esto incluirá:

- ¿Qué hace el medicamento?
- ¿Cómo y cuándo tomarlos?
- Efectos secundarios y cuándo llamar al médico.

## **Estamos aquí para tí**

Queremos abordar rápidamente sus inquietudes de salud para evitar cualquier problema y estadías en el hospital.

¡Estamos disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana y estamos aquí para ayudarlo! Comuníquese con nosotros si tiene:

- Alguna inquietud y preguntas.
- La aparición de nuevos signos o síntomas o cambios en cómo se siente.

## **Northwestern Medicine – Recursos de Información Médica**

Para obtener información, comuníquese con Alberto Culver Health Learning Center (HLC) de Northwestern Memorial Hospital en [hlc@nm.org](mailto:hlc@nm.org), o llame al 312.926.5465. Los profesionales de información médica pueden ayudarle a buscar la información que necesite y proporcionarle ayuda personalizada sin cargo.

Para obtener información adicional sobre Northwestern Medicine, visite nuestro sitio web en [nm.org](http://nm.org).

Las entidades que conforman Northwestern Medicine están comprometidas a representar a las comunidades que atendemos promoviendo una cultura de inclusión, brindando atención culturalmente competente y acceso a tratamiento y programas sin discriminación y eliminando todas las disparidades en la atención médica. Si tiene alguna pregunta, llame al Patient Representatives Department (Departamento de Representantes de los Pacientes) del Northwestern Memorial Hospital al 312.926.3112, TDD/TTY 312.926.6363, o al Patient Representatives Department (Departamento de Representantes de los Pacientes) del Northwestern Medical Group al 312.695.1100, TDD/TTY 312.926.6363.

Desarrollado por: El NMH equipo de trasplante de pulmón

©Septiembre de 2018 Northwestern Memorial HealthCare  
900978SP (9/18) Lung Transplant: After-Hospital Care

