

# مستشفى بوسطن للأطفال مركز زراعة الأعضاء للأطفال

الإعتناء بطفلك بعد عملية الزراعة



# أهداف الرعاية الصحية

- سيضع فريق الرعاية الصحية أهدافاً محددة لطفلك بعد الحديث عن هذه الأهداف مع أسرتك.
- سيُعرض على أسرتك أهداف صحية واضحة.
- ستشكل تفضيلات طفلك وأسرتك جزءاً من الخطة.



## محور تركيز هذا الفصل:

- مساعدتك في فهم المعلومات التي تحتاج إليها لرعاية طفلك بأمان في المنزل.
- الاطلاع على موضوعات تشمل حدوث رفض الجسم للعضو أو النسيج المزروع بعد الزراعة، والعدوى، ومتى وبمن يجب الاتصال، والتغذية، وخطة الرعاية، وأدوية الزراعة.
- لن نتحدث في هذا الفصل عن الأدوية الموصوفة لطفلك أو جرعاتها أو مواعيدها. وسيتحدث معك فريق التمريض المتابع لطفلك والصيدلاني في كل مناوبة عمل عن الأدوية.
- ستُكمل استبيانًا يتكون من 15 سؤالًا يوم مغادرتكما المستشفى للتأكد من استيعابك الجيد لكيفية الاعتناء بطفلك.

# قبل مغادرة المستشفى، يتعين أن تفهم بوضوح بعض الأمور الرئيسية.

- سبب وصف كل دواء
- كيفية إعطاء الأدوية، بما في ذلك مواعيد إعطائها، والجرعة المطلوب إعطاؤها، والعلامات التي ينبغي الانتباه لها
- كيفية تذليل العقبات المالية عند صرف الأدوية وإعادة ملء عبوات الأدوية
- نوصي بما يلي:
- ضبط تنبيهات للتذكير بتحضير الدواء
- معرفة كيفية سحب الأدوية (عند الاقتضاء) في الحقن
- معرفة كل دواء يتناوله طفلك

# طريقة "إعادة الشرح"

- يقصد بطريقة إعادة الشرح أننا سنطلب منك شرح أو "تلقين" ما تعلمته للتو لشخص آخر.
- قد يبدو الأمر كأنك "في اختبار" لهذا الفصل، لكن "إعادة الشرح" هذه طريقة نافعة وأداة تعليمية مفيدة جدًا.
- أثبتت طريقة "إعادة الشرح" فعاليتها في التأكد من شرح فريق الرعاية الصحية المعلومات الضرورية بطريقة يمكنك فهمها.
- لذا فنحن نريد أن نتأكد من استيعابك الجيد للمعلومات ونطالبك بشرحها مرة أخرى حسب فهمك لها.

## موضوعات الفصل

- الوقاية من حالات العدوى
- الوقاية من مرض رفض الجسم للعضو أو النسيج المزروع
- الأدوية
- احتياجات الجسم من السوائل
- النظام اليومي المعتاد
- العودة إلى المدرسة والنشاط البدني
- مواعيد المتابعة مع العيادة وتحاليل الدم
- من يمكن الاتصال به بعد مغادرة المستشفى لطرح الأسئلة
- أسباب الاتصال بعيادة الزراعة بعد مغادرة المستشفى
- سلامة الأغذية والوقاية من أشعة الشمس

# مكافحة العدوى



- غسل الجميع أيديهم جيدًا.
- تجنب مخالطة المرضى من الأصدقاء أو أفراد الأسرة.
- تجنب زيارة المرضى لمنزلك.
- تجنب التجمعات المزدحمة.
- تجنب شرب مياه الآبار. يُسمح عادة بشرب المياه المفلترة، والمعبأة، ومياه الشرب المتاحة في المدينة.
- استشارة فريق الزراعة بشأن الحيوانات الأليفة الجديدة.
- تجنب تنظيف صناديق القمامة أو أقفاص الطيور.
- تجنب زيارة المزارع أو حدائق الحيوانات الأليفة إلى أن يسمح الفريق الطبي بذلك.
- تجنب النباتات أو أوراق الأشجار الميتة، وأكوام السماد، وجزيئات التربة المتطايرة (مثل الأغطية العضوية)، وقطرات رذاذ الطيور أو الحيوانات.
- يجب أن يتلقى أفراد الأسرة والمخالطون للمريض عن قرب أحدث جرعات اللقاحات الدورية، بما في ذلك لقاح الإنفلونزا الموسمي ولقاح كوفيد-19.
- سيتحدث معك فريق الزراعة والأمراض المعدية عن توصيات اللقاحات بعد عملية الزراعة.



# يمكن الوقاية من الجراثيم عن طريق:

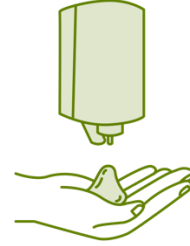
- تحميم الطفل بانتظام.
- غسل الجروح بالماء الدافئ والصابون.
- تنظيف أسنان الطفل يوميًا بالخيط والفرشاة.
- عدم الذهاب لطبيب الأسنان لمدة 6 أشهر بعد عملية الزراعة ثم الذهاب كل 6 أشهر.
- اتصل ببرنامج زراعة الأعضاء لمعرفة ما إذا كانت هناك حاجة إلى تناول مضادات حيوية قبل الذهاب إلى طبيب الأسنان، أم لا.
- الحفاظ على نظافة الأيدي والأظافر.
- تكرار استخدام معقم بيوريل (Purell) أو أي معقم للأيدي بين مرات غسل الأيدي.
- تلقي أشقاء الطفل المريض (إخوته وأخواته) ومقدمي الرعاية وجميع أفراد العائلة أحدث جرعات اللقاحات والتحصينات.

يصاب الجهاز المناعي لطفلك  
بالضعف بسبب الدواء الذي  
يتناوله كي لا يرفض الجسم  
العضو أو النسيج المزروع.

# خطوات غسل اليدين:



1. تبليل الأيدي بالماء



2. استخدام الصابون



3. فرك ظهر اليدين والمعصمين وما بين الأصابع وتحت الأظافر (لمدة 20 ثانية)



4. الشطف



5. التجفيف بمنشفة



6. غلق الصنبور بالمنشفة

# تجنب التجمعات المزدحمة بعد الزراعة لمدة:

القلب: من 8 أسابيع إلى 12 أسبوعًا

الرئة: من 3 إلى 6 أشهر

الكبد/ الأمعاء: 6 أسابيع

الكلية: 6 أسابيع

هذا هو الحد الأدنى للفترة الزمنية. وقد يكون عليكم تجنب التجمعات المزدحمة لمدة أطول إذا كان مجتمعكم يشهد انتشارًا لكثير من الفيروسات.

# يجب تجنُّب المناطق المزدحمة تجنبًا لانتقال الجراثيم.



- المدارس
- دور العبادة
- المجمعات التجارية (المولات)
- الحفلات

## جميع أفراد الأسرة وزوار المنزل:

يجب عليهم تكرار غسل أيديهم و/أو بمعقم بيوريل (Purell) أو غيره من معقّمات الأيدي.



## سيخضع طفلك لاختبارات دورية لاكتشاف حالات العدوي بعد الزراعة. بعض صور العدوى تشمل:

- فيروس إبشتاين بار
- الفيروس المضخم للخلايا (CMV)
- فيروس BK (الفيروس التورممي البشري)

يمكن أن يسبب فيروس إبشتاين بار حالة مرضية خطيرة تسمى المتلازمة التكاثرية الليمفاوية بعد الزراعة (PTLD). ويمكن أن تصيب هذه الحالة الغدد الليمفاوية في أي مكان في الجسم، أو تصيب الأعضاء مثل الطحال أو الكبد.



## إرشادات زراعة الكلى

- تحدث مع فريق الزراعة حول موعد العودة إلى العمل أو المدرسة.
- اسأل الفريق عن إرشادات السباحة.
- اغسل كل الفواكه والخضراوات جيدًا. اتبع كافة التعليمات الخاصة بالطهي الآمن للطعام وتخزينه. قم بتسخين اللحوم الباردة حتى انبعاث البخار منها.



## إرشادات زراعة الكبد والأمعاء

- تحدث مع فريق الزراعة عن إمكانية السباحة.
- اتبع جميع الإرشادات المتعلقة بسلامة الغذاء، ومدى إمكانية إعطاء الغذاء/الحليب الصناعي عن طريق أنبوب الفغر المعدي أو أنبوب فغر الصائم.
- اغسل يديك جيدًا بعد لمس الحيوانات. تجنب الحيوانات الضالة أو الحيوانات التي تبدو مريضة.
- تجنب دخول الحظائر.



## إرشادات زراعة القلب

- تحدث مع فريق الزراعة عن موعد العودة إلى العمل أو المدرسة.
- تحدث مع الفريق أيضًا عن موعد التوقف عن اتباع احتياطات ارتداء قناع الوجه.
- تجنب اقتناء حيوانات أليفة جديدة لمدة 6 أشهر.
- تجنب السباحة في البرك أو البحيرات.
- تجنب الذهاب إلى المتنزهات المائية.
- تجنب السفر لمدة 6 أشهر. أما بعد ذلك، فيجب الحصول على موافقة الفريق الصحي على أي تنقلات أو أسفار.



## إرشادات زراعة الرئة

- اغسل الفواكه والخضراوات جيدًا.
- تجنب السباحة في البرك أو البحيرات.
- تجنب اللعب في الحديقة أو الحفر فيها.
- تجنب الذهاب إلى حدائق الحيوان أو المزارع.



## كيف يمكنني حماية طفلي؟

- تأكد من إعطاء جميع الأدوية كل يوم.
- ينبغي إعطاء أدوية للوقاية من حالات العدوى (مثل أدوية: فالسيستي وميرون وباكتريم)
- أخبر فريق الزراعة بأي علامات على العدوى، فقد يطلب الفريق إجراء فحوصات.
- يجب إعطاء الأدوية وفق التعليمات. قد يضيف فريق زراعة الأعضاء شيئاً إلى خطة الدواء أو يغيرها، حسب نتائج الفحص والأعراض التي تظهر على طفلك.



# النشاط الجنسي

- تزيد احتمالية التعرض للأمراض المنقولة جنسيًا (STDs) إذا كان المريض نشطًا جنسيًا
- يؤدي الدواء المسؤول عن منع رفض العضو المزروع إلى إضعاف الجهاز المناعي.
- وهذا يعني عدم قدرة الجهاز المناعي بالجسم على مواجهة خطر الأمراض المنقولة عن طريق الجماع.
- يجب التوقف عن الجماع لمدة 6 أسابيع على الأقل بعد عملية الزراعة.
- يتعين على المريض دائمًا اتخاذ احتياطات الجماع.
- كما ينبغي له أن يتحدث مع فريق زراعة الأعضاء في حالة اعتزامه تنظيم النسل. قد يستدعي الأمر تغيير الدواء.

# مكافحة العدوى

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# رفض الجسم للعضو المزروع



# ماذا يعني رفض العضو وماذا تفعل حيال ذلك؟

يرفض الجسم العضو المزروع عندما يقوم الجهاز المناعي في جسم الطفل برفض النسيج المزروع. وتعد حالات الرفض الشديدة أمرًا شائعًا بعد عملية الزراعة مع تعافي الجهاز المناعي لطفلك. قد تظهر أعراض جسدية أو أعراض واضحة أو قد لا تظهر على الإطلاق. نقوم بإجراء تحاليل دم بشكل دوري للتحقق من علامات الرفض، وضبط مقدار تثبيط الجهاز المناعي عند حدوث ذلك.

فلا تقلق عند سماع كلمة "رفض الجسم للعضو المزروع".  
هذا لا يعني احتياج طفلك إلى عضو جديد!

إليك ما قد نفعله في حال رفض جسم طفلك العضو  
المزروع:

- فحص تحاليل الدم قبل زيارات العيادة
- من المحتمل إدخال طفلك للمستشفى إذا كانت نتائج تحاليل الدم طبيعية
- حقن مزيد من السوائل في المستشفى
- إجراء تحاليل الدم كل صباح لاكتشاف أي تغييرات
- سحب خزعة من العضو المزروع
- إعطاء أدوية أو وصف علاجات أخرى
- الحديث عن تغييرات الأدوية

# علامات العدوى أو رفض العضو المزروع



## الكبد

- أحياناً لا تظهر أي أعراض
- الحمى
- ألم أو عدم راحة في البطن
- ارتفاع نتائج اختبارات وظائف الكبد (تحليل دم)
- احمرار الشق الجراحي أو خروج صديد منه
- التبول بمعدل أقل من المعتاد
- ألم مع التبول



## الكلية

- الحمى
- التبول بمعدل أقل من المعتاد
- أعراض تشبه الأنفلونزا: كالألام والتعب والتهاب الحلق
- آلام في البطن والظهر وعند التبول
- زيادة مفاجئة في الوزن وانتفاخ الجسم
- ارتفاع ضغط الدم
- ألم حول العضو الجديد
- احمرار الشق الجراحي أو خروج صديد منه

# علامات العدوى أو رفض العضو المزروع



## القلب

- قد لا تظهر أي أعراض
- الحمى
- السعال والتنفس السريع
- سرعة الانفعال (حدة في المزاج أو صعوبة الإرضاء)
- ألم البطن والغثيان والقيء/الاستفراغ وعدم الرغبة في تناول الطعام
- الإعياء (الشعور بالتعب والضعف) وعدم القدرة على ممارسة الأنشطة اليومية العادية



## الرئة

- الحمى
- صعوبة في التنفس
- انخفاض في نتائج الفحوصات المنزلية لوظائف الرئتين أو في قياس التنفس المنزلي
- انخفاض مستويات الأكسجين في الدم
- السعال
- أعراض في الجزء العلوي من الجهاز التنفسي
- احمرار الشق الجراحي أو خروج صديد منه



## الأمعاء

- الحمى
- زيادة كمية البراز أو ما يخرج من الفغر
- انخفاض كمية البراز أو ما يخرج من الفغر
- الغثيان/القيء
- انعدام الرغبة في تناول الطعام
- ألم في البطن
- احمرار الشق الجراحي أو خروج صديد منه
- التبول بمعدل أقل من المعتاد
- ألم مع التبول

# تضعف الأدوية الموصوفة لمنع رفض الجسم للعضو المزروع الجهاز المناعي

- تمنع أدوية التثبيط المناعي الجسم من رفض العضو المزروع
- لكن أدوية التثبيط المناعي تضعف قدرة الجسم على مكافحة العدوى.
- تخضع مستويات التثبيط المناعي في جسم طفلك للفحص بانتظام. وقد تتغير جرعات الأدوية كثيرًا في الأشهر أو السنوات القليلة الأولى التالية للزراعة.
- سيوصف دواء لطفلك لمنع حدوث العدوى بأنواعها المختلفة: يجب ألا تفوت الجرعات أو تنتظر حتى نفاد الدواء.
- اتصل بفريق الزراعة إذا كانت لديك أي مشكلات تتعلق بالأدوية أو الوصفات الطبية.
- اتصل بالصيدلية مبكرًا لإعادة صرف الأدوية بحيث لا تنفذ.



# رفض الجسم للعضو المزروع

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# الأدوية



# الأدوية

التثبيط المناعي - بعض الأدوية  
التي تمنع الجسم من رفض  
العضو المزروع:

- بروجراف (تاكروليمس)
- راباميون (سيروليموس)
- سيليسبت (ميكوفينولات  
موفيتيل)
- إموران (أزاثيوبرين)
- بريدينزون

بعض الأدوية التي تمنع  
الجسم من رفض العضو  
المزروع:

- ميبرون (أتوفكون)
- باكتريم
- فالسيتي (فالجانسيكلوفير)

أدوية ضغط الدم:

- نورفاسك  
(أملوديبين)

المكملات الغذائية:

- كلوريد الصوديوم
- فوسفات البوتاسيوم
- الكالسيوم
- الحديد
- الماغنسيوم
- بيكربونات
- الصوديوم

# هل يمكننا تقوية الدواء؟

لا



# ملاحظات مهمة حول الأدوية:

- لا تتوقف أبداً عن إعطاء الأدوية ولا تغيّر جرعاتها دون الحديث قبلها مع فريق الزراعة.
- يجب إعطاء كل دواء في موعد ثابت كل يوم.
- تحدث مع فريق الزراعة عما يتعين عليك القيام به إذا تقيأ طفلك بعد تناول دوائه.
- لا تعطِ طفلك أي أدوية متاحة دون وصفة طبية إلا بعد استشارة فريق الزراعة.
- لا تُعطِ طفلك موترين أو إيبوبروفين أو أدفيل أو أي مضادات التهاب غير ستيرويدية (NSAIDs) (مثل الأسبيرين أو نابروكسين وغيرهما).
- في حال فوّت جرعة من الدواء، يُرجى الاتصال بفريق الزراعة.

# الأدوية

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# السوائل اليومية (المشروبات)





استمر في متابعة كمية  
السوائل التي يحصل  
عليها طفلك كل يوم.  
وأحضر السجل الذي  
تدونها فيه إلى زيارات  
العيادة.  
هل استوفى طفلك احتياجاته  
من السوائل لهذا اليوم؟  
ما المقصود باحتياجات  
السوائل؟

# كمية السوائل اليومية قد تبدو على النحو التالي:

I/O Sheet  
Date: 1 / 1 / 2019  
Fluid Min/Max 30 oz. or 900 ml's (cc's) per day  
Daily Weight \_\_\_\_\_  
Am Temperature \_\_\_\_\_ PM Temperature \_\_\_\_\_  
AM Blood Pressure \_\_\_\_\_ PM Blood Pressure \_\_\_\_\_

Time	Intake	Comment
8AM	4 oz. juice 4 oz.	breakfast
10AM	3 oz. 7 oz.	
12Noon	4 oz. milk 11 oz.	
2PM	8 oz. ice cream 19 oz.	
4:30PM	2 oz. popsicle 21 oz.	
7PM	6 oz. milk 27 oz.	dinner
9:30PM	4 oz. water 31 oz.	bedtime

الإجمالي حتى  
الآن

المجموع في نهاية اليوم



# السوائل اليومية

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# سلامة الأغذية والوقاية من أشعة الشمس



## ما أهمية سلامة الأغذية؟

- تزيد أدوية التثبيط المناعي من احتمالية تعرض طفلك للإصابة بالأمراض أو العدوى.
- بعض الأطعمة قد تحمل بكتيريا أو جراثيم أخرى يمكن أن تؤدي إلى التسمم الغذائي.

## كيف أحافظ على سلامة الغذاء من البكتيريا؟

- داوم على نظافة يديك ونظافة الأسطح (مثل: الطاولات، الموائد).
- افصل بين اللحوم والدواجن والمأكولات البحرية والبيض النيئ وبين الأطعمة الأخرى.
- احرص على طهي الأطعمة في درجة حرارة مناسبة.
- حافظ على برودة الأطعمة عن طريق تبريدها على الفور.

## لا يمكن لطفلك تناول ما يلي:

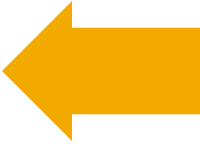
- الجريب فروت
  - اللحوم أو الأسماك أو الدواجن النيئة أو غير المطهية جيدًا
  - السوشي النيئ (لا مشكلة عمومًا في تناول السوشي المطهي)
  - الأجبان غير المبسترة (فيتا، بري، بلو، جورجونزولا)
  - الحليب غير المبستر، أو عصير التفاح، أو عسل النحل أو شراب البيض المخفوق
  - براعم الفاصوليا النيئة
  - البيض النيئ أو عجينة البسكويت النيئة
- تجنب المشروبات الغازية وغيرها من المشروبات الموزعة من خلال ماكينات متى أمكن.



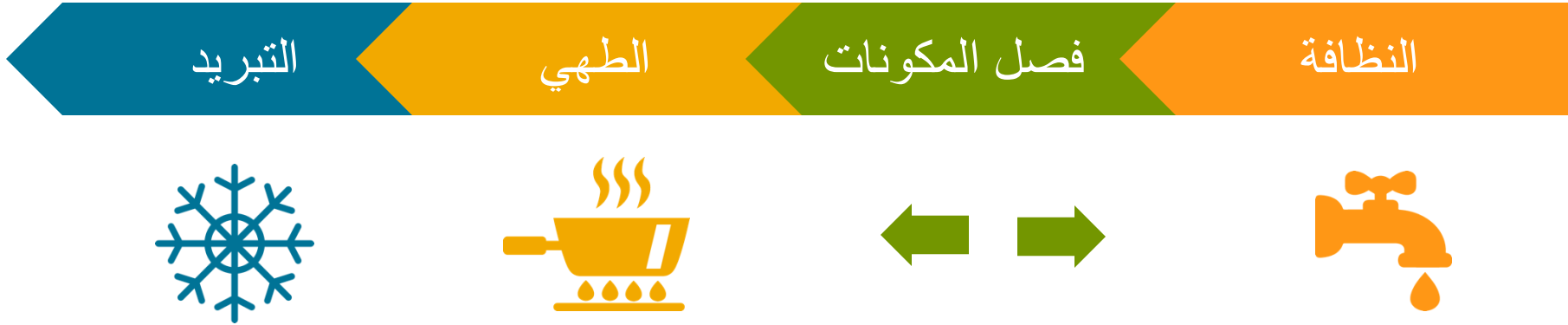
احرص على تسخين اللحوم الباردة حتى  
مرحلة التبخير.



اغسل الفاكهة والخضراوات جيدًا. يمكن أن يطلب  
طفلك تقشير جميع الفواكه والخضراوات قبل  
تناولها.



# 4 خطوات لتحقيق سلامة الأغذية



# درجة حرارة الطهي

أصدرت وزارة الزراعة الأمريكية (USDA) وإدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) توصيات بخصوص الحد الأدنى من درجات الحرارة الداخلية الآمنة



الديك الرومي والدجاج والبط (كاملاً أو مقطّعاً أو مفروماً)

**165 درجة فهرنهايت**  
(73.9 درجة مئوية)



وجبات البيض

**160 درجة فهرنهايت**  
(71 درجة مئوية)



لحم البقر ولحم الخنزير ولحم الضأن المفروم

**160 درجة فهرنهايت**  
(71 درجة مئوية)



الأسماك

**145 درجة فهرنهايت**  
(62.8 درجة مئوية)



لحم البقر ولحم الخنزير وشرائح لحم الضأن واللحم المشوي ولحم الضلوع

**145 درجة فهرنهايت**  
(62.8 درجة مئوية)  
(مع فترة راحة 3 دقائق)

- قم بطهي الأطعمة حتى تصل إلى درجة حرارة طهي داخلية آمنة.
- استخدم مقياس حرارة الطعام لاختبار درجة الحرارة الداخلية.
- حافظ على حرارة الأطعمة الساخنة وعلى برودة الأطعمة الباردة.
- قم بتخزين الأطعمة المتبقية في الثلاجة بعد الانتهاء من تقديم جزء منها. تجنب ترك الطعام على الطاولة.

# تخزين الأغذية

Product	Refrigerator (40 °F)	Freezer (0 °F)
<b>Eggs</b>		
Fresh, in shell	3 to 5 weeks	Don't freeze
Hard cooked	1 week	Don't freeze well
<b>Liquid Pasteurized Eggs, Egg Substitutes</b>		
Opened	3 days	Don't freeze well
Unopened	10 days	1 year
<b>Deli and Vacuum-Packed Products</b>		
Egg, chicken, ham, tuna, & macaroni salads	3 to 5 days	Don't freeze well
<b>Hot Dogs</b>		
Opened package	1 week	1 to 2 months
Unopened package	2 weeks	1 to 2 months
<b>Luncheon Meat</b>		
Opened package	3 to 5 days	1 to 2 months
Unopened package	2 weeks	1 to 2 months
<b>Bacon &amp; Sausage</b>		
Bacon	7 days	1 month
Sausage, raw—from chicken, turkey, pork, beef	1 to 2 days	1 to 2 months

<b>Hamburger and Other Ground Meats</b>		
Hamburger, ground beef, turkey, veal, pork, lamb, & mixtures of them	1 to 2 days	3 to 4 months
<b>Fresh Beef, Veal, Lamb, Pork</b>		
Steaks	3 to 5 days	6 to 12 months
Chops	3 to 5 days	4 to 6 months
Roasts	3 to 5 days	4 to 12 months
<b>Fresh Poultry</b>		
Chicken or turkey, whole	1 to 2 days	1 year
Chicken or turkey, pieces	1 to 2 days	9 months
<b>Seafood</b>		
Lean fish (flounder, haddock, halibut, etc.)	1 to 2 days	6 to 8 months
Fatty fish (salmon, tuna, etc.)	1 to 2 days	2 to 3 months
<b>Leftovers</b>		
Cooked meat or poultry	3 to 4 days	2 to 6 months
Chicken nuggets, patties	3 to 4 days	1 to 3 months
Pizza	3 to 4 days	1 to 2 months

تاريخ "انتهاء الصلاحية": اشتر المنتج قبل هذا التاريخ. تخلص منه بعد هذا التاريخ.

التاريخ المدون في خانة "يفضل استخدامه قبل": هذا هو التاريخ الموصى به للحصول على أفضل نكهة أو جودة.

التاريخ المدون في خانة "الاستخدام قبل حلول": هو التاريخ الأخير المحدد لاستخدام المنتج للحصول على أفضل جودة.

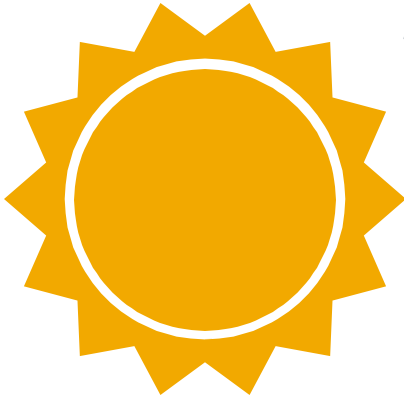


# الأطعمة المسموح بها / المحظورة

الأطعمة الممنوع تناولها	الأطعمة المسموح بتناولها	فئات الأطعمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>الخضراوات الطازجة غير المغسولة، والخس والسلطات</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>الخضراوات الطازجة المغسولة، والخس والسلطات</li> </ul>	 <p>الخضراوات</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>الفواكه الطازجة غير المغسولة</li> <li>عصير التفاح غير المبستر</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>الفواكه ذات القشرة الرقيقة الطازجة المغسولة</li> <li>الفواكه سميكة القشرة، مثل البرتقال والبطيخ والكوي</li> </ul>	 <p>الفواكه</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>اللحوم أو الدواجن أو المأكولات البحرية النيئة أو غير المطهية جيداً</li> <li>الهوت دوج واللحوم الباردة والمستوردة التي لم يتم تسخينها</li> <li>فطائر الباتيه غير المبسترة أو اللحم الطري المعجون</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>طهي اللحوم والدواجن والمأكولات البحرية وصولاً إلى درجات حرارة طهي داخلية آمنة</li> <li>تسخين الهوت دوج واللحوم الباردة واللاتشون حتى انبعاث البخار قبل الأكل (تصل درجة الحرارة إلى 165 درجة فهرنهايت/73.8 درجة مئوية)</li> <li>فطائر الباتيه أو معجنات اللحوم المعلبة</li> </ul>	 <p>اللحوم والدواجن والمأكولات البحرية</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>الحليب غير المبستر</li> <li>الأجبان الطرية والأجبان غير المبسترة (فيتا، بري، جبن كامامبير، بلو، جورجونولا، كازو فريسكو)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>الحليب المبستر</li> <li>الجبن الصلب، والأجبان المطبوخة والمبسترة (شيدر، موتزاريللا، الجبن الكريمي)</li> </ul>	 <p>الحليب ومنتجاته</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>الأطعمة التي تحتوي على البيض النيئ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>البيض المبستر ومنتجاته</li> </ul>	 <p>البيض</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>براعم الفصص وبراعم البقوليات النيئة</li> <li>العسل غير المبستر</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>براعم البقول المطبوخة</li> </ul>	<p>غير تلك</p>

# الوقاية من أشعة الشمس

- تزيد أدوية زراعة الأعضاء فرص الإصابة بسرطان الجلد. يتعين على طفلك دائمًا استخدام واقي الشمس ذي معامل الحماية من الشمس 30 أو أعلى.
- يجب على طفلك ارتداء قبعة ونظارة شمسية وملابس ساترة للجسم بالكامل.
- يصل التعرض للشمس إلى ذروته بين الساعة 10:00 صباحًا إلى الساعة 3:00 عصرًا، فكن حذرًا للغاية خلال هذا الوقت.
- يجب أن يخضع طفلك لفحوص دورية للجلد.
- أخبر الطبيب عن أي وحمات جديدة تظهر أو نمش.



# سلامة الأغذية والوقاية من أشعة الشمس

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# النظام اليومي المعتاد



## قد يتضمن النظام اليومي المعتاد ما يلي:

- الاستيقاظ.
- قياس الوزن إذا طلب فريق الزراعة ذلك. ينبغي فعل ذلك في نفس الوقت من كل يوم، وقبل فعل أي شيء آخر صباحًا بعد استخدام الحمام وقبل تناول أي طعام أو شراب.
- قياس ضغط الدم إذا طلب فريق الزراعة ذلك.
- تسجيل قيمة وزن الجسم وضغط الدم.
- تقديم طعام الإفطار والدواء في نفس الوقت كل يوم.

# تسجيل المعلومات اليومية

## أحضر هذه المعلومات في زيارات العيادة

سوائل هذا اليوم	درجة الحرارة مساءً	ضغط الدم مساءً	درجة الحرارة صباحًا	ضغط الدم صباحًا	الوزن	التاريخ

# النظام اليومي المعتاد

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# النشاط البدني والعودة إلى المدرسة





## النشاط البدني

- تحدث مع فريق الزراعة عن توصياتهم بشأن ممارسة الرياضة والذهاب إلى الصالات الرياضية.
- المشي من التمارين المفيدة للغاية. فاستشر فريق الزراعة وفريق العلاج الطبيعي بشأنه.
- عدم رفع أو سحب أو دفع أي شيء يزيد وزنه عن 10 أرطال (4.5 كجم).
- يجب تقليل ممارسة التمارين القوية لمدة من 6 إلى 8 أسابيع.
- تُمنع ممارسة السباحة حتى يأذن فريق الزراعة بذلك.
- تُمنع قيادة المركبات حتى يأذن فريق الزراعة بذلك.



# العودة إلى المدرسة

- سيخبرك فريق الزراعة متى يمكن لطفلك العودة إلى الحضانة أو المدرسة أو العمل إن كان يعمل.
- سيقدم لك الفريق خطابًا للمدرسة خاصًا بالغياب والمحظورات مثل الذهاب إلى الصالة الرياضية أو ممارسة الرياضة.
- بعد الحصول على إذن منكم، يمكن لفريق الزراعة التواصل مع المدرسة بشأن أدوية طفلك أو قياس ضغط الدم في المدرسة أو اللقاحات والتحصينات أو الاحتياجات التعليمية أو أي أمور أخرى.



# النشاط البدني والعودة إلى المدرسة

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# المتابعة مع عيادة زراعة الأعضاء



- لا تعطِ طفلك دواءً مضادًا لرفض الجسم للعضو المزروع في المنزل صباح موعد زيارة العيادة.
- تأكد من إحضار أدوية طفلك المضادة لرفض الجسم للعضو المزروع معك إلى المستشفى في صباح موعد الزيارة.
- أولاً: توجه إلى مختبر الدم الخارجي (فيجان 1) لسحب عينة الدم قبل موعدك.
- أخبر المختبر أن "لديك موعدًا محددًا".
- أعط الدواء لطفلك بعد سحب عينة الدم في المختبر مباشرة.

**الخطوة التالية: توجه إلى العيادة لمقابلة فريق الزراعة** ←

# أيام عمل العيادات وأماكنها

الموقع	اليوم/الأيام	العيادة
فيجان 5	الثلاثاء والجمعة	عيادة الكلى
فيجان 3	الاثنين	عيادة الكبد/الأمعاء
فيجان 10	الأربعاء أو الخميس (بالتناوب بين الأسابيع)	عيادة الرئة
فيجان 2	الثلاثاء والأربعاء والخميس	عيادة القلب
الطابق السادس، مبنى هيل	الاثنين والخميس	عيادة قسطرة القلب الخارجية

# المتابعة مع عيادة زراعة الأعضاء

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# الاتصال بفريق زراعة الأعضاء





# الاتصال في أي وقت

## زراعة الكلى

أحد أفراد الفريق متاح ليلاً ونهاراً

ساعات العمل الأساسية:

من 8:30 صباحاً إلى 4:30 مساءً

المكتب الرئيسي:

(617) 355-7636

فاكس:

(617) 730-0342

خلال الليل وعطلات نهاية الأسبوع والعطلات الرسمية:

اتصل بالرقم (617) 355-6000 واطلب الحديث مع طبيب

زراعة الكلى المناوب.

## زراعة الكبد والأمعاء

أحد أفراد الفريق متاح ليلاً ونهاراً

ساعات العمل الأساسية:

من 8:30 صباحاً إلى 4:30 مساءً

المكتب الرئيسي:

(617) 355-4837

فاكس:

(617) 734-0316

خلال الليل وعطلات نهاية الأسبوع والعطلات الرسمية:

اتصل بالرقم (617) 355-6363 واطلب الحديث مع طبيب الكبد

المناوب.

# الاتصال في أي وقت

## زراعة الرئة

أحد أفراد الفريق متاح ليلاً ونهارًا

ساعات العمل الأساسية:

من 8:30 صباحًا إلى 4:30 مساءً

المكتب الرئيسي:

(617) 355-6681

فاكس:

(617) 730-0097

خلال الليل وعطلات نهاية الأسبوع والعطلات الرسمية:

اتصل بالرقم (617) 355-6363 واطلب من موظف النداء الداخلي

الاتصال برقم النداء #0025 أو الاتصال بالرقم (617) 355-6000

وطلب استدعاء طبيب الرئة المناوب.

## زراعة القلب

أحد أفراد الفريق متاح ليلاً ونهارًا

ساعات العمل الأساسية:

من 8:30 صباحًا إلى 4:30 مساءً

المكتب الرئيسي:

(617) 355-6329

فاكس:

(617) 734-9930

خلال الليل وعطلات نهاية الأسبوع والعطلات الرسمية:

اتصل بالرقم (617) 355-6363 واطلب من موظف النداء

الداخلي استدعاء طبيب زراعة القلب المناوب.

# متى يتعين الاتصال بقسم الطوارئ أو التوجه إليه:

- ارتفاع درجة الحرارة في الحمى عن 100.5 درجة فهرنهايت/38 درجة مئوية
- القيء (الاستفراغ) أو الإسهال الشديديان
- التهاب الحلق أو ظهور أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا
- آلام في البطن أو الظهر
- صداع غير عادي أو دوام أو ضعف أو تشنجات عضلية
- صعوبة في التبول أو إخراج بول دموي
- عدم القدرة على تناول الأدوية أو إبقائها داخل الأمعاء دون تقيؤ
- الألم أو الاحمرار أو خروج إفرازات من موضع الشق الجراحي للزراعة
- ظهور علامات العدوى أو الرفض
- صعوبة في التنفس أو ألم في الصدر: توجه إلى أقرب قسم للطوارئ

# اتصل دائماً بالرقم 911 في حالات الطوارئ الطبية

تأكد من الاتصال بفريق زراعة الأعضاء في حالة توجّهك لزيارة طبيب الأطفال  
المسؤول عن طفلك بشأن أي مرض.

# اتصل بفريق زراعة الأعضاء إذا واجهت مشكلات في:

- الأجهزة والمستلزمات الطبية
- صرف الوصفات الطبية
- المحافظة على مواعيد المتابعة

تأكد من تجديد صرف الوصفات الطبية مرة أخرى قبل أسبوع من نفاذها



# الاتصال بفريق زراعة الأعضاء

## سؤال وجواب

هل لديك أي أسئلة؟

# الدليل الإرشادي لعمليات الزراعة

- يُرجى الاحتفاظ بالدليل الإرشادي في متناولك، خاصة في الأشهر القليلة الأولى بعد عملية الزراعة. يحتوي الدليل على معلومات حول كل موضوع من موضوعات تعافي طفلك ورعايته.
- يُرجى الالتزام بجدول أدوية طفلك الذي قدمه لك الصيدلي في المستشفى في مكان يسهل العثور عليه.
- أحضر معك قائمة الأدوية المحدثة لطفلك وذلك في أثناء زيارة العيادة أو كلما تم إدخال طفلك إلى المستشفى.
- ضع أرقام هواتف فريق الزراعة في هاتفك الخليوي قبل مغادرة المستشفى خلال هذه الزيارة ويُرجى إضافتها إلى قائمة الاتصال السريع في المنزل إذا كان لديك هاتف آخر.



# الأسئلة الختامية والتقييم

يمكنكم ملء استبيان مقدمي الرعاية في يوم مغادرتكما المستشفى.

شكرًا لكم على مشاركتكم!