Pasirinkimo galimybės

Dializė būna įvairi ir pritaikoma pagal medicininę būklę bei asmeninius poreikius. Pirmiausia, žmogus gali rinktis gydymą namuose arba centre. Lietuvoje namuose galima pasirinkti peritoninę dializę. Hemodializė centre paprastai skiriama tris kartus per savaitę (rytais, po pietų ar vakare), Galima pasirinkti ir hemodializę centre naktį, kai ji atliekama tris naktis per savaitę. Peritoninės dializės režimas taip pat pritaikomas individualiai, savarankiški ir aktyvūs asmenys dažniausiai gydomi aparatine peritonine dialize, kai procedūra atliekama naktį, todėl diena dažnai lieka laisva ir jai nėra didelių reguliacinių ar medicininių apribojimų.

Daugelis žmonių gali eiti į darbą ar mokyklą. Svarbu, kad kuo mažiau būtų dializės komplikacijų, tada ir savijauta yra geresnė. Bloga savijauta būna susijusi su skysčių susikaupimu ar jų greitu „nutraukimu“, dietos pažeidimais, dializės sutrumpinimu ar praleidimu.

Priimant sprendimą dėl dializės vietos (centre ar namie) bei pobūdžio (peritoninė dializė ar hemodializė), lemiantis žodis priklauso pačiam žmogui. Medicinos komanda tik supažindina su galimybėmis ir pataria, kuris metodas palankesnis. Dializės būdą galima pakeisti ne vien dėl medicininių indikacijų, tačiau ir tada, kai nepavyksta susidoroti su gydymu. Taip pat visada reikia apgalvoti transplantacijos situaciją: galbūt yra gyvas donoras, kuris nori pagelbėti, o gal reikia paskubinti ištyrimą dėl transplantacijos iš mirusio donoro. Gairės pataria, kad visi dializuojami asmenys būtų siunčiami į transplantacijos centrą įvertinimui dėl galimybės gauti inkstą.

Aplinkiniams būtina suprasti, kad dializuojamas asmuo nėra vien dializė, o yra ir asmenybė. Patogiausia, kad artimieji žinotų apie dializę, apie tai, kas gali nutikti, ir apie tai, kaip pagelbėti. Priėmus tokią poziciją, lengviau gyventi „naują normalų“ gyvenimą, kuriame vietos reikia atrasti ir šeimai, ir draugams, ir pomėgiams.

Jei norėtumėt pasikalbėti su žmonėmis, kuriems jau teko priimti šį sprendimą, galite kreiptis į Lietuvos asociaciją „Gyvastis“.

Lietuvos asociacija „Gyvastis“ – vienintelė organizacija Lietuvoje, vienijanti organų transplantacijos laukiančius ir su persodintais donoro organais gyvenančius žmones. „Gyvastis“ skleidžia organų donorystės idėją, teikia pagalbą sergantiesiems ir jų artimiesiems, bendradarbiauja su medikais. Įkurta dar 1993 m., „Gyvastis“ turi padalinius Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose, Marijampolėje, Alytuje, Vilkaviškyje.

Lietuvos asociacija „Gyvastis“

Registracijos adresas
Žolyno g. 3, 10208 Vilnius

Juridinio asmens kodas
191609186

Sąskaita LT847044060001492289, AB SEB bankas, banko kodas 70440

Adresas korespondencijai
Raguolių g. 6, Girionių kaimas, 53104 Kauno raj.

Mob. tel. 8 611 69530

El. p. gyvastis@donoras.lt

Interneto svetainė www.donoras.lt

Prezidentė
Aušra Degutytė,
mob. tel. 8 611 69530,
el. p. gyvastis@donoras.lt,
ausra.degutyte@gmail.com

Tarybos pirmininkė
Audronė Tutlienė,
mob. tel. 8 698 44252,
el. p. audrone.tutliene@gmail.com

Daugiau sužinoti apie Lietuvos asociaciją „Gyvastis“ galite:

- interneto svetainėje **www.donoras.lt**,
- socialinio tinklo „Facebook“ paskyrose **„Asociacija Gyvastis“** ir **„www.donoras.lt“**.

Asociacijos skyriai ir asocijuoti nariai:

Vilniaus skyrius:
Elona Rutkauskienė,
mob. tel. 8 610 87733,
el. p. elona.rutkauskiene@gmail.com

Marijampolės skyrius:
Ilona Masaitienė,
mob. tel. 8 677 73267,
el. p. ilona.masaitiene@gmail.com

Vakarų Lietuvos nefrologinių ligonių draugija „Klaipėdos „Gyvastis“:
Pirmininė Daiva Dragūnienė,
mob. tel. 8 684 82388,
el. p. daiva.draguniene@gmail.com

Alytaus apskrities ligonių, susijusių su organų persodinimu, visuomeninė organizacija „Dalia“,
pirmininkė Vida Bieliūnaitė,
mob. tel. 8 616 96737,
el. p. gyvastisalytus@gmail.com

Kauno krašto nefrologinių ligonių draugija „Kauno Gyvastis“,
pirmininkė Irma Juodienė,
mob. tel. 8 650 10719,
el. p. irma.juodiene@gmail.com

Šiaulių inkstų ligomis sergančiųjų draugija „Atgaja“,
pirmininkas Egidijus Kalinaitis,
mob. tel. 8 682 20820,
el. p. egidijus.kalinaitis@gmail.com,
nefro.atgaja@gmail.com

Vilkaviškio rajono nefrologinių ligonių draugija,
pirmininkas Vitas Jablonskis,
mob. tel. 8 618 57324,
el. p. vitas.jablonskis@gmail.com

Išleido
Lietuvos asociacija „Gyvastis“
www.donoras.lt

Rėmė
Socialinės apsaugos ir darbo ministerija

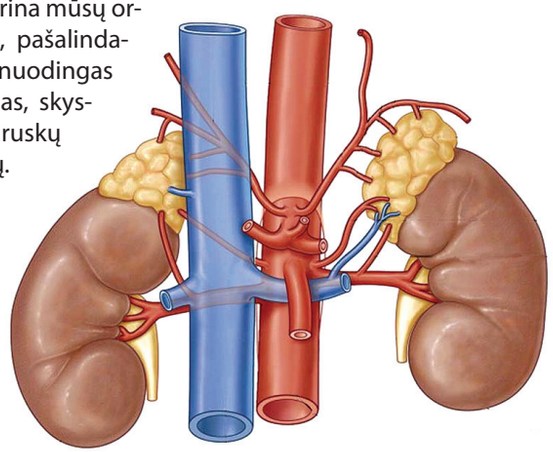
Baxter

Lietuvos asociacija „Gyvastis“
www.donoras.lt

Susirgote inkstų liga? Tapkite „Gyvasties“ NARIU – kartu lengviau

Kas yra inkstai?

Inkstai – tai porinis pupelės formos gyvybiškai svarbus organas. Mes kasdien valgome ir geriame nesusimąstydami, kad nedideli, vos po 200 g sveriantys inkstai dieną naktį tyliai švarina mūsų organizmą, pašalindami iš jo nuodingas medžiagas, skysčių ir druskų perteklių.



Kas sukelia inkstų ligas?

- Įvairūs uždegimai
- Aukštas kraujospūdis
- Diabetas
- Peršalimai
- Infekcijos (*pvz., gripas*)
- Apsinuodijimas (*vaistais, grybais ir kt.*)
- Rūkymas
- Antsvoris
- Paveldimos ligos

Inkstų ligų simptomai

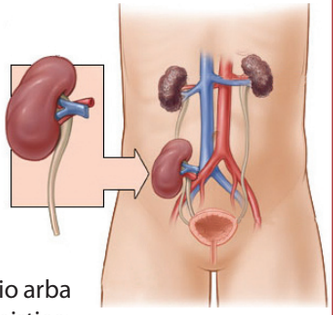
Inkstų ligos dažnai užklumpa netikėtai, nes neturi jokių simptomų. Inkstams praradus savo funkcijas, iš organizmo nebepašalinamos kenksmingos medžiagos, skysčių perteklius, didėja kraujospūdis, vystosi mažakraujystė, kaulų bei širdies ir kraujagyslių ligos. Žmogus pradeda blogiau jaustis, darosi apatiškas, jam silpna, dieną būna mieguistas, naktį negali užmigti, nežti odą, kamuoja šleikštulys, vėmimas. Gali būti pažeidžiami ir sveiki organai: sutrinka širdies darbas, kepenų, žarnyno, smegenų veikla.

Lietuvoje kasmet inkstai nustoja veikti maždaug 300 žmonių. Šiuo metu yra apie 1500 pacientų, kuriems taikomos dializės procedūros ir apie 850 žmonių gyvena su persodintu inkstu.

Kai nebeveikia savi inkstai

Kai savi inkstai nustoja veikti, yra 3 gydymo būdai, kurie suteikia galimybę gyventi:

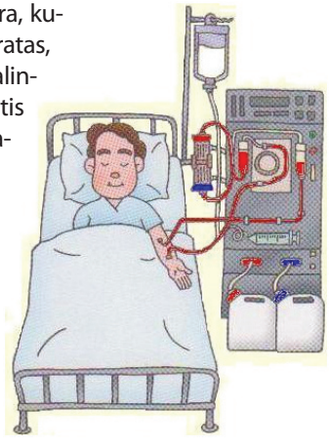
1) inksto transplantacija – t. y. sveiko donorinio inksto persodinimas. Transplantacija, palyginti su kitais gydymo būdais, daug geriau atkuria organizmo funkcijas ir gyvenimo kokybę. Inkstas gali būti persodinamas iš gyvo donoro (iš suaugusio giminaičio arba sutuoktinio) ar po donoro mirties;



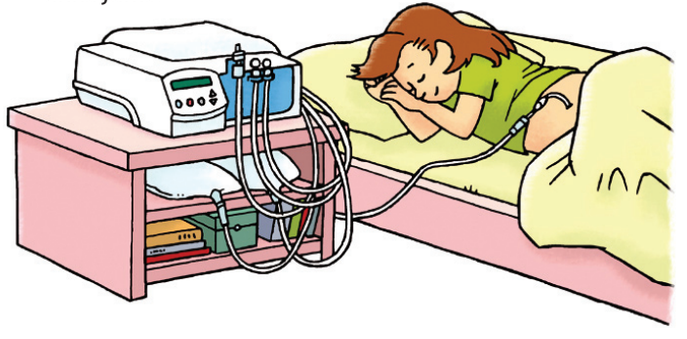
Transplantacija yra pats geriausias gydymo būdo pasirinkimas, kai inkstai nebeveikia. Persodintas inkstas atlieka apie 50 proc. dviejų sveikų inkstų darbo, kai tuo tarpu bet kuri dializės rūšis pakeičia tik 5 proc. inkstų darbo. Kitas privalumas – nebereikia gaišti laiko dializėje, taip pat nėra dietos apribojimų, po transplantacijos turėsite žymiai daugiau energijos ir jėgų, galėsite dirbti, mokytis ir keliauti be apribojimų.

2) Peritoninė dializė – inkstų pakaitinės terapijos metodas, kai kraujo valymas vyksta pilvo ertmėje. Procedūra atliekama namuose kiekvieną naktį (nepertraukiamai) arba 4 kartus per dieną. Šis metodas tinkamas daugiau nei pusei ligonių, kuriems reikalinga pakaitinė inkstų terapija. Šį būdą ligonis gali pasirinkti prieš pradedant pakaitinį gydymą. Esant kai kurioms sveikatos būklėms, ir gydytojas patars rinktis peritoninę dializę. Ši dializė gali būti atliekama aparatu – automatinė arba rankiniu būdu – nuolatinė ambulatorinė. Galite pasirinkti priimtiniausią jums būdą.

3) Hemodializė – tai procedūra, kurios metu prijungiamas aparatas, valantis kraują nuo nereikalingų medžiagų bei pašalinantis skysčių perteklių. Kraujo valymas vyksta ne kūne, o jo išorėje, kraujui tekant specialiomis magistralėmis ("dirbtinėmis kraujagyslėmis"). Tai yra veiksmingas inkstų pakaitinės terapijos būdas, tačiau visiškai inkstų veiklos nepakeičia. Procedūra paprastai atliekama 3 kartus per savaitę po 4 val. Pacientas pats pasirenka įstaigą, kurioje nori būti dializuojamas. Tai gali būti ligoninė ar privatus dializės centras (jame už dializės procedūras taip pat nereikia mokėti).



Sustojus inkstų veiklai negalima daryti pertraukų nutraukiant dializės procedūras, nesvarbu jei asmuo serga, blogai jaučiasi, šventės, ar turi kitų planų. Tai yra gyvybiškai svarbi procedūra.

Labiausiai baugina dializės pradžia, ir daugelis žmonių stengiasi ją nukelti kuo toliau. Geriausia pasiruošti dializei, kai rekomenduoja nefrologas, ir ją pradėti per peritoninės dializės kateterį ar subrendusią arterioveninę fistulę.

Ne visada lengva nuspręsti, koks gydymo būdas geriausias. Jūsų sprendimas priklauso nuo jūsų medicininės būklės, gyvenimo būdo bei asmeninio požiūrio. Aptarkite privalumus ir trūkumus su savo sveikatos priežiūros komanda. Jei pradedate vienokį gydymą ir nusprendžiate, kad norėtumėte pabandyti kitokį, pasikalbėkite apie tai su savo gydytoju. Turite kuo daugiau sužinoti apie gydymo būdo privalumus ir trūkumus. Remdamiesi tomis žiniomis, jūs su savo gydytoju pasirinksite gydymą, kuris geriausiai tinka jums.