



퇴원 점검 목록

시자 미 체자 니시 니하

이 챕터의 점검목록을 확인점검하기 전에, "퇴원 후 UWMC 클리닉 진료"와 "이식 수술 후의 삶" 챕터를 검토하십시오.

언제 퇴원할 수 있습니까?

새로운 신장 또는 췌장과 함께 퇴원할 준비가 되기 전에 귀하의 이식이 성공적이게 하기 위하여 필요한 모든 계획들을 세웠는지 확인을 원하실 것입니다.

이 항목들 하나하나를 진심으로 체크할 수 있을 때 귀하는 퇴원할 수 있을 것입니다:

질문 및 걱정거리:

나는 질문이나 우려되는 것이 있을 때 언제 전화해야 하는지 알고 있습니다.

집에 도착한 이후, 질문을 하거나 문제를 보고할 필요가 있을 수도 있습니다. 이식팀원은 하루 24 시간 대기하고 있습니다. 다음과 같은 문제가 있으시면 이식팀에게 전화하십시오.

- 열
- 통증
- 상처에 감염의 징후:
 - 붉은기
 - 민감함
 - 부기
 - 절개선으로부터 진물이 남
- 메스꺼움증, 구토증, 또는 설사



귀하가 이 챕터의 모든 "나는 알아" 스테이트먼트에 "예!"라고 말할 수 있을 때 퇴원할 수 있습니다.

- 소변의 변화:
 - 소변 볼 때 통증
 - 혈뇨
 - 소변 생산량의 급격한 감소
 - 소변을 볼 수 없음
- 고혈당
- 대변의 변화
- 약들에 관한 질문

나는 질문이나 걱정되는 것이 있을 경우 누구에게 전화해야 하는지 알고 있습니다.

- 어느 때든지 생명을 위협하는 응급상황에는 911 로 전화하십시오.
- 그 외의 질문들이나 걱정되는 것들은:
 - 주중, 오전 8시부터 오후 5시까지는 담당 이식코디네이터에게 전화하십시오.
귀하의 담당 코디네이터:
전화번호: 206.598. _____
 - 업무 종료 이후와 주말과 휴일에는 귀하가 걱정하는 것에 대한 도움을 206-744-2500 으로 통합진료선에 전화하십시오.
- 숙박, 차편, 아니면 감정적인 지원에 도움이 필요할 경우:
 - 주중, 오전 8시부터 오후 4시 30분까지는, 206-598-4676 으로 이식과 사회복지사에게 전화하십시오.
 - 업무종료 이후와 주말과 휴일에는, 206 598 6190 으로 전화해서 당직 사회복지사를 호출해 달라고 하십시오.

숙소:

나는 어디에서 머물 것인지를 압니다.

- 자택에서
- 아니면 _____에서 지낼 것입니다.
- 전화번호: _____

차편:

- 나는 후속진료를 위한 왕복차편을 누가 해줄 것인지를 알고 있습니다.

차후 관리:

- 나는 검사실에서 어떻게 혈액검사를 받아야 하는지 알고 있습니다.

검사실은 병원 3 층에 있습니다. 검사실은 주중 오전 6 시 30 분부터 오후 6 시까지 엽니다. 검사실 방문은 예약이 필요하지 않습니다.

혈액검사는 아침 약들을 복용하기 전에, 그리고 마지막 면역억제제 복용 후 약 12 시간 후에 해야 합니다. 대부분의 환자들은 그들의 약들을 오전 8 시와 오후 8 시에 복용하기 때문에 일반적으로 채혈을 오전 7 시 30 분에서 8 시 사이에 합니다. 채혈하는 시간은 일반적으로 언제 귀하가 약을 복용했는지에 달려있습니다.

대부분의 경우, 채혈은 클리닉 진료일에 할 것입니다. 클리닉 진료는 월요일, 수요일, 그리고 목요일 입니다. 담당 이식 코디네이터가 다른 때에 채혈하라고 요청할 수도 있습니다.

만일 업무시간 이후에 채혈할 필요가 있으시면 병원 2 층에 있는 야간 채혈 검사실로 가십시오.

- 나는 클리닉에서 어떻게 차후진료 예약을 하는지 알고 있습니다.

담당 이식 코디네이터가 첫번째 후속진료 예약을 해 줄 것입니다. 그 다음부터는 환자분이 클리닉 접수 데스크에서 아니면 담당 이식 코디네이터에게 전화로 다음 예약을 해야 할 것입니다.

신체적 징후들:

- 나는 신장이식의 거부반응의 징후를 알고 있습니다.

- 체중 증가
- 액체잔류 (발의 부기)
- 만들어 내는 소변량의 저하
- 열, 독감과 같은 증세, 또는 그냥 몸이 편치 않음 (피로, 몸살)
- 이식 수술 부위에 통증 또는 부기
- 혈중 크리아티닌 수치가 더 높아짐

□ 나는 웨장이식의 거부반응의 징후를 알고 있습니다.

- 혈청 아밀라제 또는 혈청 리파제의 수치가 더 높아짐
- 독감과 같은 증세: 피로, 몸살, 및 열
- 혈당수치가 더 높아짐

□ 나는 감염의 징후를 알고 있습니다.

- 열과 오한
- 인후통
- 소변볼 때 따갑거나 아픔
- 숨이 가쁘거나 기침을 함
- 메스꺼움증이나 구토증
- 피로감
- 상부기도 감염성 총혈
- 피부염증성 붉은 피부

자가 치료

□ 나는 나의 육체적 필요에 대한 관리를 어떻게 하는지 알고 있습니다.

- 대변을 봐야함. (퇴원하기 전에 1 번은 꼭 봐야함)
- 방광을 비움 (투석을 하지 않으면)
- 상처를 제대로 관리함
- 혈관 통로 부위를 제대로 관리함
- *만일 당뇨병이 있거나 혈당 수치가 높으면:* 어떻게 혈당을 관리하고 자신이 인슐린 주사를 놓는지를 아는 것을 보여줌.

□ 나는 책임감 있게 운동하는 방법을 알고 있습니다.

- 하루에 복도에서 3~4 번 걷기
- *집에 계단이 있으면: 계단을 오르내리기*
- 자신의 육체활동의 한계를 알고 있음

□ 나는 내게 필요한 기구들을 알고 있고 경과를 어떻게 모니터하는지 알고 있습니다.

- 체중을 재기 위한 체중기가 있음
- 체온을 재기 위한 체온계가 있음
- 혈압계를 가지고 있음/혈압을 재기 위한 혈압대 (또한 맥박을 잴 수도 있음)
- 만일 당뇨병이나 혈당 수치가 높으면: 혈당을 재기 위하여 혈당계를 가지고 있음

□ 나는 기록하는 방법을 알고 있습니다.

- 매일 2 번 혈압, 체온, 그리고 맥박을 재고 기록함
- 매일 아침, 체중을 재고 기록함
- 언제든지 구토나 설사를 하면 기록함
- 섭취하는 액체와 소변의 양(각 날의 총량)을 재고 기록함:
 - 30 cc = 1 온스
 - 240 cc = 8 온스 (1 컵)
 - 1,000 cc = 32 온스 (1 쿼트)
- 검사결과 기록:
 - 크리에티닌 (Cr)
 - 포타슘 (K)
 - *췌장 이식 환자의 경우:* 혈청아밀라제와 지방분해효소
 - 항거부제 농도

당뇨병이 있거나 혈당이 높을 경우:

□ 나는 혈당을 모니터하고 인슐린 양을 조절하는 방법을 알고 있습니다.

- 하루 적어도 2 번 혈당을 재고 기록함
- 자신에게 인슐린 주사함
- 인슐린 투여량을 기록하고 필요한 경우 인슐린 투여량을 조절함
- 고혈당증과 저혈당증의 징후와 증상을 이해함

식습관과 약들

□ 나는 식이요법의 방법을 알고 있습니다.

- 토하지 않고 음식과 수분을 소화함
- 수술 이후 몸의 회복을 돕기 위한 음식을 충분히 섭취함
- 필요한 영양소와 피하거나 제한해야 하는 음식에 관하여 담당 영양사와 상담
- 식단을 만들기

□ 나는 나의 약들을 어떻게 관리하는지 알고 있습니다.

- 복용하고 있는 항거부제의 이름과 용량을 정확히 말함
- 의사의 지시에 따라서 약의 용량을 조절함
- 혼자서 약상자(메디세트)를 채우고 약을 복용함
- 퇴원 약 처방전을 받음
- 퇴원 약을 구입할 계획을 세움

문의사항?

귀하의 질문은 중요합니다.
질문이나 걱정되는 것이 있을
경우 담당의나
의료제공자에게
전화하십시오.

이식 서비스: 206.598.3882

Discharge Checklist

After a kidney/pancreas transplant

Before you work through the checklist in this chapter, please review these chapters: “UWMC Clinic Care After Discharge” and “Life After Transplant Surgery.”

When can I leave the hospital?

Before you are ready to leave the hospital with your new kidney or pancreas, you will want to make sure you have done all the planning needed to make your transplant successful.

You will be able to leave the hospital when you can check off each of these items as true:



You will be able to leave the hospital when you can say “Yes!” to all the “I know” statements in this chapter.

Questions and Concerns:

I know when to call with questions and concerns.

You may have questions or need to report a problem after you arrive home. A transplant team member is on call 24 hours a day. Call the transplant team if you have:

- Fever
- Pain
- Signs of infection in your wound:
 - Redness
 - Tenderness
 - Swelling
 - Drainage from incision
- Nausea, vomiting, or diarrhea

- Urine changes:
 - Pain when you urinate
 - Bloody urine
 - A sudden decrease in the amount of urine you produce
 - Not able to pass urine
- High blood glucose
- Bowel changes
- Questions about your medicines

I know who to call for questions and concerns.

- For **life-threatening emergencies** at any time, call 911.
- For other questions and concerns:
 - Weekdays from 8 a.m. to 5 p.m., call your transplant coordinator.

Your transplant coordinator is: _____

Phone number: 206.598. _____

- After hours and on weekends and holidays, call the Community Careline at 206.744.2500 for help with your concerns.
- For help with housing, transportation, or emotional support:
 - Weekdays from 8 a.m. to 4:30 p.m., call the Transplant Social Worker at 206.598.4676.
 - After hours and on weekends and holidays, call 206.598.6190 and ask for the Social Worker on call to be paged.

Housing:

I know where I will stay.

- At your home
- Or, you will be staying with or at: _____
- Phone number: _____

Transportation:

I know who will drive me to and from my follow-up visits.

Follow-up Care:

I know how to get blood draws at the lab.

The lab is on the 3rd floor of the hospital. It is open weekdays from 6:30 a.m. to 6 p.m. You do not need to make an appointment for your lab visits.

You should have your blood drawn before you take your morning medicines and about 12 hours after your last dose of immunosuppressants. Since most patients take their medicines at 8 a.m. and 8 p.m., they usually have their blood draws between 7:30 a.m. and 8 a.m. The timing of your blood draws will depend on when you usually take your medicines.

Most times, you will have your blood drawn on clinic visit days. Clinic visit days are Mondays, Wednesdays, and Thursdays. Your transplant coordinator may ask you to have blood drawn at other times, too.

If you need to have blood drawn after hours, go to the Evening Blood Draw lab on the 2nd floor of the hospital.

I know how to set up follow-up visits at the clinic.

Your transplant coordinator will set up your first follow-up visit for you. After that, you will set up your return visits at the clinic reception desk or by calling your transplant coordinator.

Physical Signs:

I know the signs of kidney transplant rejection.

- Weight gain
- Fluid retention (swelling of your feet)
- Decrease in the amount of urine you are producing
- Fever, flu-like symptoms, or just feeling unwell (fatigue, aches)
- Pain or swelling over the transplant site
- Higher levels of creatinine in your blood

I know the signs of pancreas transplant rejection.

- Higher levels of serum amylase or lipase
- Flu-like symptoms: fatigue, aches, and fever
- Higher blood glucose levels

I know the signs of infection.

- Fever and chills
- Sore throat
- Burning or pain when you urinate
- Being short of breath or coughing
- Nausea or vomiting
- Fatigue
- Congestion
- Areas of red skin

Self-care:

I know how to care for my physical needs.

- Have a bowel movement (must have 1 before discharge)
- Empty your bladder (if not on dialysis)
- Properly care for your wound
- Properly care for your vascular access site
- *If you have diabetes or high blood glucose levels:* Show that you know how to manage your blood glucose and give yourself insulin shots

I know how to exercise responsibly.

- Walk in the hallway 3 to 4 times a day
- *If you have stairs at home:* Go up and down stairs
- Know your physical activity limits

I know the equipment I need and how to monitor my progress.

- Have a scale to check your weight
- Have a thermometer to take your body temperature
- Have a blood pressure machine/cuff to measure your blood pressure (may also measure pulse)
- *If you have diabetes or high blood glucose levels:* Have a blood glucose meter to measure your blood sugar

I know how to keep records.

- Take and record your blood pressure, temperature, and pulse 2 times every day
- Weigh yourself every morning and record your weight
- Record any times you vomit or have diarrhea
- Measure and record your intake of fluids and how much you are urinating (total for each day):
 - 30 cc = 1 ounce
 - 240 cc = 8 ounces (1 cup)
 - 1,000 cc = 32 ounces (1 quart)
- Record your labs:
 - Creatinine (Cr)
 - Potassium (K)
 - *For pancreas transplant patients:* Amylase and lipase
 - Anti-rejection drug levels

If You Have Diabetes or High Blood Glucose:

I know how to monitor my blood glucose and adjust my insulin dose.

- Check and record your blood glucose at least 2 times a day
- Give yourself insulin injections
- Record insulin doses and adjust them if needed
- Know the signs and symptoms of *hyperglycemia* (high blood glucose) and *hypoglycemia* (low blood glucose)

Diet and Medicines:

I know how to manage my diet.

- Keep food and liquids down without vomiting
- Eat enough food to help your body heal after surgery
- Talk with your dietitian about your dietary needs and foods to avoid or limit
- Make a diet plan

I know how to manage my medicines

- State the name and doses of the anti-rejection medicines you are taking
- Adjust the doses of your medicines as directed by your doctor
- Fill your pill box (mediset) and take medicines on your own
- Receive your discharge medicine prescriptions
- Have a plan for filling your discharge medicine prescriptions

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Transplant Services:
206.598.3882