

如果您出现以下情况，请立即联系我们...

- ❖ 切口部位泛红、压痛、肿胀、积液或脓液情况严重，或切口撕裂。
- ❖ 尿液恶臭或浑浊；尿频；或在排尿时有灼烧感。
- ❖ 如果您的体温在 100°F 或更高，持续恶心和/或呕吐。
- ❖ 排便困难或一天内多次排稀便。

有任何疑问或问题？

办公时间（周一至周五上午 8 点至下午 4:30）：

Athelene Nweze。 410-614-6604

非办公时间，周末或联邦假期：

肾移植待命协调员。 410-955-6070

财务、保险或心理健康问题：

社会服务人员： Mary Kaiser。 410-614-2819



活体肾脏捐献：

出院 后 恢复



**JOHNS HOPKINS HOSPITAL
COMPREHENSIVE TRANSPLANT CENTER**

600 North Wolfe Street

Baltimore MD 21287

hopkinsmedicine.org/transplant

护理您的切口

- ❖ 您的切口是用胶或钉子封闭的，少量积液属常见现象。如果发生这种情况，可将无菌敷料或创可贴置于切口上。
- ❖ 可以淋浴；当请勿使用浴盆或游泳，直到您的伤口完全愈合（大约 3-4 周）。

恢复活动

- ❖ 每天逐渐增加您的步行距离。躺卧会减缓愈合过程并增加您出现并发症的风险。
- ❖ 根据您可以忍受的程度，从手术当日起每天举起不超过 20 磅的物体（共 8 周）。
- ❖ 在接下来的 2 周内或在服用麻醉止痛药期间请勿驾驶。
- ❖ 当您觉得身体可以时，可恢复性活动。避免任何导致疼痛或对切口施加压力的姿势。

饮食

- ❖ 除非另有指示，否则您可在出院后恢复正常饮食。
- ❖ 食用富含纤维的食物，如水果和蔬菜，以预防便秘，并且食用富含蛋白质的食物，以促进伤口愈合。我们的营养师可与您讨论最佳的膳食方案——**410-502-6296**。

重要的长限制条件

- ❖ 泰勒诺（对乙酰氨基酚）是您应使用的唯一非处方止痛药。
- ❖ 避免使用静脉注射造影剂，除非绝对必要。
- ❖ 请勿使用草药补充剂；许多产品不受食品及药物管理局 (FDA) 管制并且可能会损害您的其余肾脏。

随访约诊和化验

- ❖ 您的随访约诊定于周三上午在约翰霍普金斯门诊诊所 (JHOC) 7 楼，大约在出院后 1 周。
- ❖ 请在您的约诊前 1 小时在 JHOC 1 楼的快速测试 (Express Testing) 处进行抽血化验。
- ❖ 为了确保您实现持续的健康和恢复，我们将在您捐献后的 6 个月、1 年和 2 年时与您联系以进行随访化验。这些化验的费用将由综合移植中心 (Comprehensive Transplant Center) 承保。