

Organ naklinden sonra hayat

# CİNSELLİK VE ÇOCUK SAHİBİ OLMA İSTEĞİ

# Önsöz

Sayın hasta,

Yakın zamanda size bir organ nakli yapıldı. Muhtemelen bunu uzun bir süre beklediniz ve sağlıklı bir yaşam sürdürdünüz. Şimdi aşamalı olarak normale dönebilir ve düzenli bir gündelik hayat sürebilirsiniz. Cinselliği içeren yakınlık, sevgi ve duygusal güvenlik isteği yeniden öne çıkabilir.

Bu bilgilendirme broşüründe, samimi konular hakkında sorular sorma utancını ortadan kaldırmak ve yaşayabileceğiniz korku veya endişeleri azaltmak istiyoruz. Nakil merkezinizle bu istekler hakkında konuşmaktan çekinmeyin. Her nakil hastası çocuk sahibi olma isteğini gerçekleştirebilir. Son yıllarda sağlıklı pek çok çocuk dünyaya geldi. Çocuk sahibi olmak isterseniz ilk fırsatta nakil merkezinizle irtibat kurmanız gerekmektedir.

Siz ve tedavinizi gerçekleştiren doktorlar arasında iyi bir iş birliği naklinizden sonra bilhassa önemlidir. Kendinize iyi bakın ve yeni komplikasyonlar yaşarsanız nakil merkezinizle irtibat kurun. Lütfen bu broşürdeki tavsiyelerin dünya çapında geçerli olmayabileceğini ve bireysel deneyimlerin yanı sıra her bir merkezin yaklaşımının da değişkenlik gösterebileceğini unutmayın.

Size yeni organ bağışınızla her şeyin en iyisini diliyoruz.

Saygılarımızla, Gesa Pamperin

Genel Başkan – ATX Pflege e.V.

## Şirket bilgileri

Chiesi GmbH  
Gasstraße 6  
22761 Hamburg  
www.chiesi.de

Gesa Pamperin  
AKTX Pflege e.V.  
Poppenbütteler Weg 128  
22399 Hamburg  
www.transplantationspflege.de  
(www.transplant-care.de)

**Düzenleme ve tasarım**  
KW medipoint  
Röttgener Str. 162  
53127 Bonn  
www.kw-medipoint.de

# İçindekiler

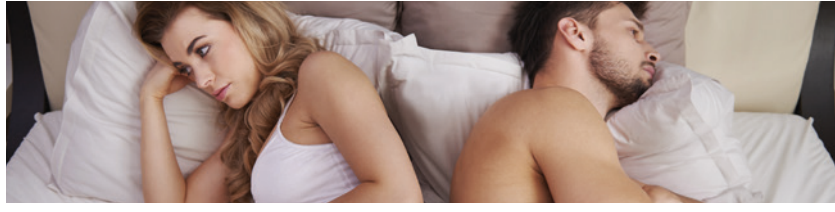
|                                                                                      |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Önsöz .....                                                                          | 3  |
| Cinsellik neden önemlidir?.....                                                      | 5  |
| Naklin cinsel hayatım üzerinde nasıl bir etkisi olacak?.....                         | 6  |
| Naklin cinsel işlevim üzerinde olumlu bir etkisi olabilir mi?.....                   | 8  |
| Vajina kuruluşumu tedavi etmenin bir yolu var mı? .....                              | 8  |
| Eretil işlevimi yeniden kazanmanın bir yolu var mı? .....                            | 9  |
| Naklin doğurganlığım üzerindeki etkisi ne olur? .....                                | 10 |
| Hamile kalmak istemiyorsam hangi doğum kontrol yöntemlerini kullanmam gerekir? ..... | 11 |
| Nakilten sonra hamile kalmak mümkün mü?.....                                         | 12 |
| Sağlıklı bir cinsel hayatım olabilmesi için başka ne bilmem gerekiyor? .....         | 14 |
| Sık sorulan sorular (SSS).....                                                       | 15 |
| Sözlük.....                                                                          | 16 |
| Daha fazla bilgiyi şuradan edinebilirsiniz: ...                                      | 17 |
| Notlarınız için.....                                                                 | 18 |

## Cinsellik neden önemlidir?

Cinsellik bizim yakınlık, dokunma ve mutluluğumuza dair önemli bir ihtiyacımızı karşılar ve yaşam kalitesinin önemli bir unsurunu teşkil eder. Sağlık söz konusu olduğunda, bizim için önemli olan cinsellik genellikle ikinci planda kalır. Bununla birlikte naklin tamamlanmasının hemen ardından şu soru sıklıkla sorulur: “Bundan sonra yeniden ‘normal’ bir cinsel hayat sürebilecek miyim?”

Bu broşürde, naklin cinsel hayatınız üzerinde olası etkileri, neleri bilmeniz gerektiği ve çocuk sahibi olma isteğinizi nasıl yerine getirebileceğiniz konusunda sizi bilgilendireceğiz.





## Nakil cinsel hayatımı nasıl etkiler?

- ▶ Bir nakilden sonra cinsel hayatınızın olması kesinlikle mümkündür.
- ▶ Cinsel birliktelik yaşamadan önce ameliyattan sonra 4 ila 6 hafta kadar yani hayatınız normale dönene kadar beklemeniz gerekmektedir; partnerinizle cinsel problemlerin yanı sıra korkularınız, umutlarınız ve hayalleriniz hakkında konuşmanız da önemlidir.
- ▶ Nakil ile ilgili fiziksel ve fizyolojik sınırlamaların cinsel hayatınız ve bunun sonucunda da yaşam kaliteniz üzerinde bir etkisi olabilir.
  - Cinsel işlev bozukluğu veya cinsel birlikteliğe karşı istek azlığı (*libido*) her iki cinsiyette de yaygındır
  - Kadınlarda, en sık olarak *libido eksikliği* ve düzensiz adet erkeklerde ise ereksiyon problemleri görülür.

## Organ nakli hastalarındaki cinsel işlev bozukluğunun nedenleri

### Fiziksel sorunlar:

- ▶ İlaçların sonucu olarak yan etkiler
- ▶ Yorgunluk ve Letarji
- ▶ Kontrol altına alınmamış kan şekeri
- ▶ Erkeklerde: potensi bozukluğu, erektil bozukluk, cinsel güçsüzlük (*erektil işlev bozukluğu*)
- ▶ Kadınlarda: vajina kuruluğu, mantar enfeksiyonları vb.

### Psikolojik sorunlar:

- ▶ Kendini değersiz hissetme (fiziksel görünümde değişiklik: kilo verme veya alma, saçların seyrelmesi)
- ▶ Depresyon ve anksiyete
- ▶ Yakınlaşma isteği kaybı
- ▶ *Libidokayı*

Cinsel sorunlarınız hakkında tedavinizden sorumlu doktorla konuşun!



## Naklin cinsel işlevim üzerinde olumlu bir etkisi olabilir mi?

- Genel olarak, *diyaliz* tedavisi sonucu azalan cinsel işlev, böbrek naklinden sonra düzelir ancak bazen daha da kötüye gidebilir.
- Karaciğer naklinin erkeğin cinsel etkinliğini yeniden artırması gerekmektedir ancak bağışıklık baskılayıcı ilaçlar sıklıkla erektil işleve olumsuz etki etmeye devam eder.

## Vajina kuruluşunu tedavi etmenin bir yolu var mı?

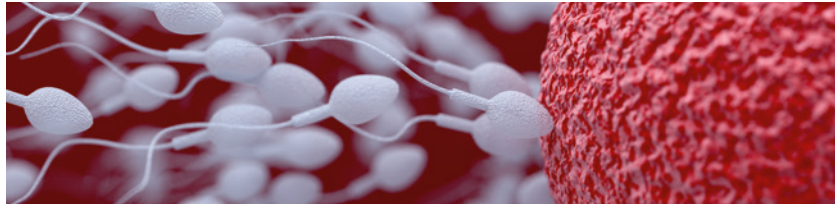
- Bazı hormonsuz kayganlaştırıcı kremler ve jeller cinsel ilişki sırasında sürtünmeyi azaltır. Bu, ıslaklık eksikliğini telafi eder.

## Erektil işlevimi yeniden kazanmanın bir yolu var mı?

*Erektil işlev bozukluğunu* tedavi etmenin çeşitli seçenekleri mevcuttur:

- **5-fosfodiesteraz (PDE-5) inhibitörleri** fosfodiesteraz enziminin faaliyetini engeller ve cinsel uyarılma halinde ereksiyon sağlar, PDE-5 inhibitörleriyle örneğin böbrek nakli hastalarında *erektil işlev bozukluğu bağışıklık baskılayıcı ilaçların* etkililiğine herhangi bir etkide bulunmadan iyileştirilebilir.
- **Vücut içi otomatik enjeksiyon yönteminde** hasta gerektiğinde erektil dokuya veya üretraya kendisi tıbbi bir ürün enjekte eder.
- **Penis vakum pompa sistemleri** vakum oluşturan penis eklentileridir. Bu, kan birikmesine dolayısıyla ereksiyona neden olur.
- **Intrakorporel implantlar** cerrahi olarak penise yerleştirilir ve ereksiyonu kolaylaştırır.





## Naklin doğurganlığım üzerindeki etkisi ne olur?

- Kadınlar nakilden sonra sadece birkaç ay içerisinde normal menstrüel işlevlerini ve doğurganlıklarını kazanırlar ve hormon düzeyleri normale döner.
- Ancak, bazı *bağışıklık baskılayıcı ilaçlar* erkeklerde ve kadınlarda doğurganlığın azalmasına neden olur.

**Bu konuda doktorunuza danışın!**

## Hamile kalmak istemiyorsam hangi doğum kontrol yöntemlerine başvurabilirim?

- Kondomların veya *diyaframların* kullanıldığı doğum kontrol yöntemleri organ nakli hastaları için en güvenli seçenektir.
- Düşük dozda doğum kontrol hapları da önerilen doğum kontrol yöntemlerinden biridir; **ANCAK:** Cinsel yolla bulaşan hastalıklara karşı koruma sağlamazlar ve kan pıhtılaşması, yüksek kan basıncı, gastrointestinal problemler, kalp hastalıkları ve depresyon riskini artırabilirler. Bu konuda doktorunuza danışın. Doğum kontrol hapi, bağışıklık baskılama tedavisi sırasında tam olarak etkili değildir; bu yüzden, hap kullanmanın yanı sıra kondom kullanımı her zaman önerilmektedir.



## Nakilden sonra hamile kalmak mümkün mü?

- Genel olarak, çocuk sahibi olma isteği bazı *bağışıklık baskılayıcı ilaçların* (ör., mikofenolat mofetil, everolimus/sirolimus) fetal anormallik olasılığını arttırabileceğinden ve özellikle erkeklerde sperm anormallikleri riski olduğundan ilk fırsatta merkez ile görüşülmelidir. Hastanın çocuk sahibi olmayı istemesi durumunda **merkezin** bağışıklık baskılayıcı tedaviyi uygun şekilde düzenlemesi gerekecektir. Bağışıklık baskılayıcı tedavinin olası toksik etkilerine rağmen karaciğer veya böbrek naklinin ardından başarılı bir gebelik yaşamak mümkündür.
- Tam organ işlevinin garanti edilmesi gerektiğinden nakilden sonraki ilk on iki ay boyunca gebelikten kaçınılması gerekmektedir.

Gebeliğinizin izlenebildiğinden ve komplikasyonların oluşmadığından emin olunması için doktorunuzdan ayrıntılı tavsiye isteyin!

### Gebelik için tıbbi ön koşullar:

- İyi genel durum
- Stabil organ işlevi (akut veya yeni ret reaksiyonları olmaması)
- Normal nakil ultrason sonuçları
- Stabil bağışıklık baskılama
- Normal kan basıncı veya iyi tedavi edilen yüksek kan basıncı
- İyi böbrek işlevi
- İdrarda protein olmaması
- Normal ürinasyon
- Normal kan şekeri düzeyleri veya başarılı şekilde kontrol altına alınmış diyabet
- Gebelik planlaması için çeşitli tıbbi uzmanlar ve nakil merkezi arasında yakın iş birliği gereklidir

Bazı *bağışıklık baskılayıcı ilaçlar* anne sütünde toplanır bu yüzden tedavi eden doktorla anne sütüyle emzirme konusunu görüşmek önemlidir (riskler ve faydalar).





## Sık sorulan sorular (SSS)

### Sağlıklı bir cinsel hayatım olabilmesi için başka ne bilmem gerekiyor?

- Günlük *kişisel hijyen* bakteri, viral veya mantar enfeksiyonları riskini azaltmak için (ör., idrar yoluyla bulaşan enfeksiyonları önlemek için) önemlidir.

#### Aşağıdaki önlemleri alabilirsiniz:

- Kendinizi önden arkaya doğru yıkayın (bağırsak bakterilerinin idrar yoluna girmesini önlemek için)
- Hijyenik deterjan maddeleri (60°C üstünde yıkayın) veya tek kullanımlık havlu kullanın
- İyi kalıcı kateter hijyeni
- Ayrıca partnerin de *kişisel hijyenine dikkat etmesi gerekmektedir*
- *Enfeksiyon durumunda, her iki cinsel partnerin tedavisi gerekli olabilir; çapraz bulaşma riski*
- *Spermisid içeren kondom kullanın*
- Cinsel partner değiştirmekten kaçının
- Partneriniz tarafından bulaşma riski yüksek olduğunda cinsel ilişkiden kaçının

Herhangi bir enfeksiyon belirtisi (kızarıklık, kaşıntı, idrar yaparken yanma hissi) fark ettiğinizde doktorunuzla irtibat kurun!

Organ naklinden önce doktorunuzla veya hemşirenizle görüşebileceğiniz konular:

#### Kadınlar/Erkekler:

- Naklimden sonra tekrar ne zaman cinsel birliktelik yaşayabileceğim?
- Naklimden sonra cinsel sorunlarla karşılaşmayı beklemem gerekir mi?
- Cinsel sorunlarım umduğum şekilde iyileşmezse ne olur?
- Cinsel birliktelik sırasında dikkat etmem gereken herhangi bir şey var mı?

#### Kadınlar:

- Nakilden sonra hamile kalmak mümkün mü?
- Hamile kalmak için en iyi zaman ne zaman?
- Doğmamış çocuğum için *bağışıklık baskılayıcı ilaçlar* bir sorun mu?
- Nakilden sonra doğum kontrol hapi alabilecek miyim?

#### Erkekler:

- Naklimden sonra ereksiyon yeteneğim etkilenecek mi?
- Naklimden sonra yine de baba olabilecek miyim?
- Kondom kullanmak zorunda olacak mıyım?



# Sözlük

## Diyaliz veya hemodiyaliz

belirli maddeleri çıkarmak için kanın vücuttan dışarı taşınıp yarı geçirgen bir sentetik zardan geçirildiği özel bir diyaliz prosedürünü ifade etmektedir. Bu tedavi seçeneği, akut ve kronik böbrek yetmezliği durumlarında renal replasman tedavi olarak kullanılmaktadır.

## Diyafram (vajinal diyafram, vajinal pesari)

gebe kalmayı önlemek için kullanılan mekanik yardımı ifade etmektedir. Esnek bir kauçuk kaptan oluşmaktadır ve cinsel birliktelikten önce kadının vajinasına yerleştirilir. Serviksi kaplayarak, spermin girmesini önler.

**Eretil işlev bozukluğu** (erektile bozukluk, potensi bozukluğu, cinsel güçsüzlük), penil ereksiyonun uzun bir süre cinsel etkinlik için yeterli olmadığı erkek cinsel işlev bozukluğudur.

## Bağışıklık baskılayıcı ilaçlar

doğal savunma işlevini azaltan ilaçlardır.

## Kişisel hijyen

dış genital alanın temizliğini ifade eder.

## Libido

cinsel isteği ifade eder.

**Cinsel güçsüzlük** (ayrıca bkz. erektile işlev bozukluğu), fiziksel veya fizyolojik kökenli olabilen bir cinsel işlev bozukluğudur.

## Spermisid

spermi öldüren ürünleri ifade eder.

# İlave bilgiler

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Federal Sağlık Eğitimi Merkezi)  
[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

Bundesverband für Gesundheitsinformation und Verbraucherschutz – Info Gesundheit e.V. (Federal Sağlık Bilgisi ve Tüketicuyu Koruma Kuruluşu – Sağlık Bilgisi)  
[www.bgv-transplantation.de/danach.html](http://www.bgv-transplantation.de/danach.html) ([www.bgv-transplantation.de/afterwards.html](http://www.bgv-transplantation.de/afterwards.html))

Deutsche Leberstiftung (Almanya Karaciğer Kuruluşu)  
[www.deutsche-leberstiftung.de](http://www.deutsche-leberstiftung.de)

Deutsche Stiftung für Organtransplantation (Almanya Organ Nakli Kuruluşu)  
[www.dso.de](http://www.dso.de)

Deutsche Transplantationsgesellschaft (Almanya Nakil Topluluğu)  
[www.d-t-g-online.de](http://www.d-t-g-online.de)

Eurotransplant  
[www.eurotransplant.org/cms](http://www.eurotransplant.org/cms)

Uluslararası Nakil Hemşireleri Topluluğu  
[www.itns.org](http://www.itns.org)

Junge Nierenkranke Deutschland e.V. (Genç Böbrek Hastaları, Almanya)  
[www.junge-nierenkranke.de/index.php?id=248](http://www.junge-nierenkranke.de/index.php?id=248)

Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. (Diyaliz ve Böbrek Nakil Danışma Kurulu)  
[www.kfh.de](http://www.kfh.de)

Lebertransplantierte Deutschland e.V. (Karaciğer Nakil Alıcıları, Almanya)  
<https://lebertransplantation.eu> (<https://liver-transplant.eu>)

Onkopedia  
[www.onkopedia.com/de/onkopedia-p/guidelines/ernaehrung-von-patienten-mit-geschwaechtem-immunsystem](http://www.onkopedia.com/de/onkopedia-p/guidelines/ernaehrung-von-patienten-mit-geschwaechtem-immunsystem) ([www.onkopedia.com/de/onkopedia-p/guidelines/nutrition-for-patients-with-weakened-immune-systems](http://www.onkopedia.com/de/onkopedia-p/guidelines/nutrition-for-patients-with-weakened-immune-systems))

Robert Koch Enstitüsü (Robert Koch-Institut, RKI)  
[www.rki.de](http://www.rki.de)

“FÜRS LEBEN” (HAYAT İÇİN) kuruluşu  
[www.fuers-leben.de](http://www.fuers-leben.de)

TransDia e.V.  
<https://transdiaev.de/>

## Notlarınız için

Bu broşürün amacı sizi hastalığınız ve bunun günlük yaşamınızdaki yeri hakkında genel olarak bilgilendirmektir. Bu broşürdeki bilgilerin eksiksiz olamayabileceği gibi buradaki tıbbi içeriğin doğruluğuna dair de herhangi bir sorumluluk kabul edilemez. Lütfen hastalığınızla ilgili tıbbi konuları sadece ve ayrıntılı olarak tedavinizden sorumlu doktorunuzla tartışınız.

