

APRÈS

LA TRANSPLANTATION



Après votre sortie de l'hôpital, une consultation de suite de greffe avec une infirmière et un médecin aura lieu régulièrement. L'équipe de consultation de suite de greffe hépatique vous accueille au RDC haut du pavillon Laennec.

Consultation en séance (toute la journée)

- ★ Faire **une entrée administrative** au bureau des entrées du Pavillon Laennec
- ★ **Déposer les feuilles** au bureau des Infirmières
- ★ L'Infirmière vous reçoit pour votre **prise de sang** entre 8h00 et 9h30.

La consultation est également un moment d'échange ; vous devez nous faire part de vos inquiétudes et interrogations diverses. **Une prise en charge psychologique** peut vous être **proposée**.

Si la cicatrice ou le pansement de drain vous paraissent suspects, informez-en aussi l'équipe.

Selon votre traitement :

- ★ PROGRAF® ou ADVAGRAF® ou CERTICAN®
prise de sang à jeun, ne prenez pas ce traitement avant la prise de sang
- ★ NEORAL® prenez le traitement
2 heures avant l'heure du rendez-vous.

La consultation médicale aura lieu en début d'après midi. Le médecin a alors les résultats de la prise de sang et peut adapter vos traitements.

Consultation en Externe

- ★ Faire **une entrée administrative** au bureau des entrées du Pavillon Laennec
- ★ **Déposer les feuilles** au bureau des Infirmières
- ★ L'Infirmière vous reçoit. La **prise de sang a été faite** dans un laboratoire près de chez vous 10 jours avant le RDV
- ★ La **consultation médicale** a lieu **immédiatement après**.

QUAND AURONT LIEU MES CONSULTATIONS ?

- 1 Les 3 premiers mois : 1 fois par semaine, toute la journée.** C'est la consultation "en séance": consultation de journée, prise de sang entre 8h00 et 9h30 et RDV avec le médecin dans l'après midi.
- 2 Du 4^{ème} mois au 6^{ème} mois : vous venez sur Rennes 1 fois par mois** et entre deux RDV **vous consultez votre hépato-gastroentérologue** référent ou votre médecin généraliste. Ce médecin sera le relai pour votre suivi. Il peut prendre contact avec le service des Suites de Greffe hépatique en cas de besoin. **C'est le début de l'alternance. À partir du 4^{ème} mois, la consultation a lieu "en externe"**, le bilan biologique est donc réalisé en ville (dans le laboratoire le plus proche de chez vous).
- 3 Du 7^{ème} au 12^{ème} mois :** la consultation a lieu **tous les 2 mois sur Rennes** et vous continuez l'**alternance 1 fois par mois**.
- 4 La 2^{ème} et la 3^{ème} année :** vous venez **tous les 6 mois sur Rennes** et vous faites une **consultation d'alternance tous les 3 mois**.
- 5 Après la 3^{ème} année :** la consultation sur Rennes a lieu **1 fois par an et tous les 6 mois en alternance**.

Semaine 1 à 12	De 3 mois à 4 mois	De 4 mois à 6 mois	De 6 mois à 1 an	De 1 an à 3 ans	Et après
Toutes les semaines	Tous les 15 jours	Tous les 15 jours	Tous les mois	Tous les 3 mois	Tous les 6 mois
En séance	En externe	En externe	En externe	En externe	En externe
Au CHU à Rennes	Au CHU à Rennes	Début de l'Alternance	Alternance	Alternance	Alternance
	Ablation du drain				

QUE DOIS-JE PRÉPARER ET APPORTER À MA CONSULTATION ?

Consultation en séance

- ★ Prenez votre **température** au domicile avant le départ.
- ★ Apportez votre **déjeuner** (dans une glacière), **vos médicaments (n'oubliez pas votre insuline!)**.
- ★ Votre **dernière ordonnance** de médicaments.

Consultation en externe

- ★ Votre **dernière ordonnance** de médicaments.
- ★ Les **résultats du bilan sanguin** fait à l'extérieur (il est important que la prise de sang soit réalisée 10 jours avant la date de consultation).
- ★ Les **résultats de vos consultations** : cardiologie, dermatologie, radiographie pulmonaire, échographie doppler du greffon...

Voir avec la secrétaire de Suites de Greffe pour

- ★ Demande d'**entente préalable de transport** si vous habitez à plus de 150 km.
- ★ Les **coordonnées de tous vos correspondants médicaux** (médecin d'alternance, dermatologue, cardiologue, pneumologue...).
- ★ Pour les RDV à un an, **téléphonez 3 mois avant** la date d'anniversaire de greffe (tél. 02 99 28 42 98).

Transport

Le bon de transport n'est pas systématique, il dépend de votre état de santé. C'est une prescription médicale. Un bon de transport adapté à votre état de santé (véhicule personnel, train, VSL, ambulance) vous **sera remis par le médecin le jour de votre consultation**.

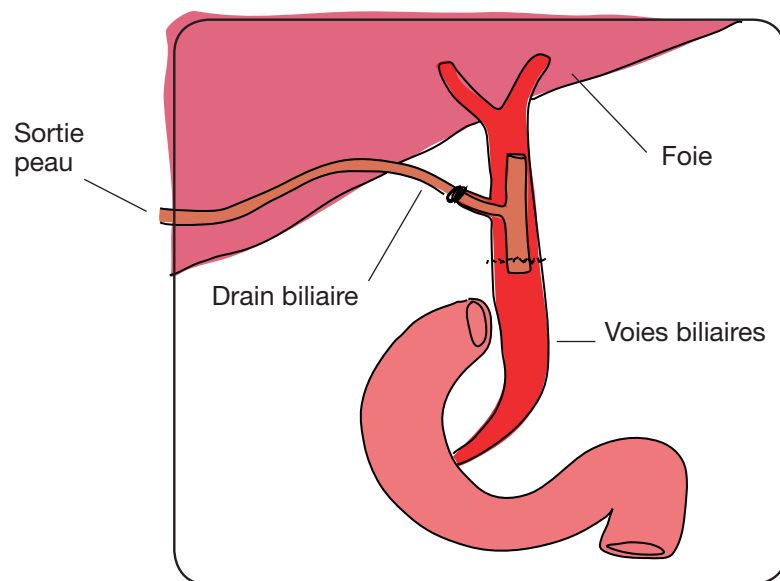
LE DRAIN BILIAIRE

Ce petit drain qui se trouve au niveau du foie cathétérise les voies biliaires. Il sera **ôté vers le 3^{ème} mois après la greffe**.

Le **pansement** doit être **fait 2 fois par semaine** par une infirmière à domicile. Il est important que le fil maintienne toujours le drain à la peau. Si celui-ci lâche, il faut qu'il soit reposé rapidement. Prenez alors contact avec les infirmières du service (Suite de greffe au 02 99 28 91 23 ou chirurgie Belle-Île au 02 99 28 90 10).

Le **retrait se fait lors d'une hospitalisation de 48 h** ; vous êtes hospitalisé l'après-midi. Le lendemain matin a lieu une cholangiographie par le drain (on met un produit de contraste au niveau du drain pour s'assurer de la normalité des voies biliaires). Après l'interprétation de cet examen, le **drain est retiré au lit**. Une surveillance de 4 heures est nécessaire (signalez-nous si apparaissent des douleurs abdominales) puis vous rentrez à votre domicile.

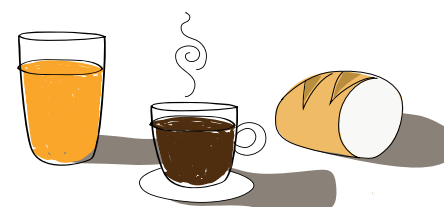
Le **pansement** peut être alors **enlevé 2 jours après ce geste**.



A QUOI SERVENT TOUS MES MÉDICAMENTS ?

Le traitement anti-rejet

Le traitement anti-rejet (également appelé traitement immunosuppresseur) est vital : **il évite le rejet du foie**.

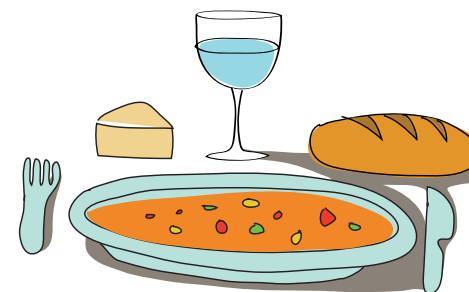


Petit déjeuner

1h avant le repas
★ PROGRAF® (ne pas manger 2 heures avant la prise).
★ ADVAGRAF® (ne pas manger 2 heures avant la prise).

avant le repas
★ CERTICAN®
★ NEORAL®

pendant le repas
★ CELLCEPT®
★ CORTANCYL® (CORTICOÏDES)



Dîner

1h avant le repas
★ PROGRAF® (ne pas manger 2 heures avant la prise).

avant le repas
★ CERTICAN®
★ NEORAL®

pendant le repas
★ CELLCEPT®

L'observance du traitement anti-rejet est essentielle au bon déroulement de votre greffe, et ceci à vie.

Les corticoïdes

Les corticoïdes (CORTANCYL®) font également partie du **traitement anti-rejet**. ils sont **pris le matin** car ils empêchent de dormir si ils sont pris trop tard. **Ce traitement sera arrêté après le sixième mois** (sauf avis du médecin).

S'associer à ces médicaments d'autres traitements

- ★ Le BACTRIM® ou aérosol de PENTACARINAT® : prévention d'une infection pulmonaire appelée Pneumocystose et qui est plus fréquente lorsque l'immunosuppression est plus importante. Il sera arrêté par votre médecin au 6^{ème} mois sauf avis contraire.
- ★ Le KARDEGIC® : il prévient le risque de caillot tardif dans l'artère hépatique et les risques cardiovasculaires. Il est associé le plus souvent à un protecteur gastrique.
- ★ Insuline ou antidiabétique oral : en effet les traitements immunosuppresseurs favorisent le diabète ; un suivi par un diabétologue ainsi qu'une éducation en hospitalisation de jour de diabétologie sont alors indispensables.
- ★ Antihypertenseur : le traitement immunosuppresseur favorise aussi l'hypertension artérielle après la greffe. Une surveillance rapprochée de la tension est donc importante (lors des consultations notamment).
- ★ Hypocholestérolémiant.

Également ne prenez aucun médicament sans avis de votre médecin traitant ou hépatologue référent. En effet, de nombreux traitements peuvent interagir avec les anti-rejets modifiant alors leur efficacité.

Vous devez toujours avoir avec vous la liste de vos traitements et votre carte de greffé.

Conduite à tenir en cas d'oubli de la prise du traitement antirejet :

- ★ Si retard < 4 heures : prendre le traitement dès que vous vous en rendez compte.
- ★ Si retard > 4 heures : prendre 1,5 fois la dose habituelle à la prochaine prise.

DOIS-JE FAIRE ATTENTION À MON ALIMENTATION ?

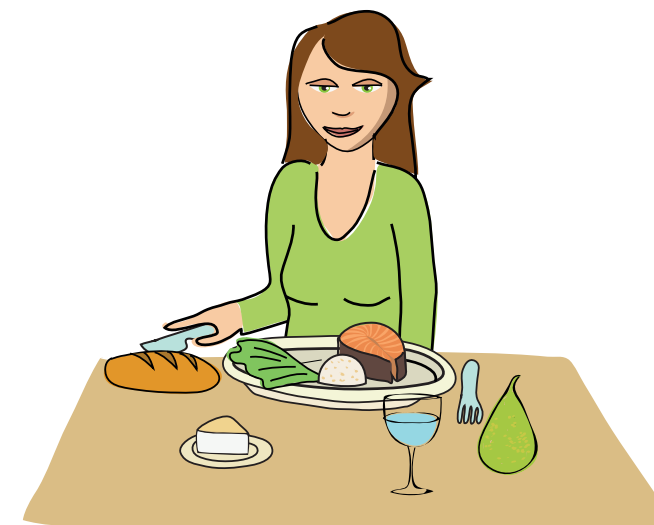
L'alimentation doit être avant tout **variée, équilibrée et régulière** (plutôt à heure fixe du fait de vos traitements).

Toute consommation d'alcool est à proscrire après une greffe hépatique du fait de la toxicité de l'alcool sur le foie.

Ne consommez pas de pamplemousse car ces composants interagissent avec le traitement immunosuppresseur et peuvent être responsables de surdosage.

Pendant les six premiers mois après la greffe (traitement anti-rejet maximal), **les aliments à risque doivent être proscrits** (les aliments au lait cru, la charcuterie à la coupe, la viande et le poisson crus, les coquillages et mollusques crus ou pas assez cuits). Ces bonnes pratiques permettent d'éviter les maladies transmises par les aliments et qui pourraient être **très dangereuses** chez vous.

Pour plus d'information, un document sur l'alimentation vous sera remis par l'équipe et une consultation avec une diététicienne peut être programmée.



QUELS SONT LES RISQUES SUR MA SANTÉ APRÈS LA GREFFE ?

Les risques cardiovasculaires sont augmentés après la greffe

Suivre une alimentation équilibrée, faire de l'exercice physique, arrêter de fumer, l'équilibre du diabète sont des **règles fondamentales** qu'il faut suivre dès le départ.

Une consultation avec un cardiologue est à réaliser tous les ans.

Les risques de cancer sont majorés après la greffe

Il est donc **important** d'arrêter le tabac, de se protéger du soleil, de connaître les antécédents familiaux de cancer colorectal notamment.

Un suivi dermatologique annuel est prescrit ainsi qu'une radiographie pulmonaire.

Également les **femmes** doivent avoir un **suivi gynécologique annuel** et les **hommes de plus de 50 ans un toucher rectal avec dosage de PSA 1/an**. De plus, la réalisation d'une **coloscopie tous les 5 ans** sera demandée.

QUE DOIS-JE FAIRE EN CAS DE FIÈVRE ?

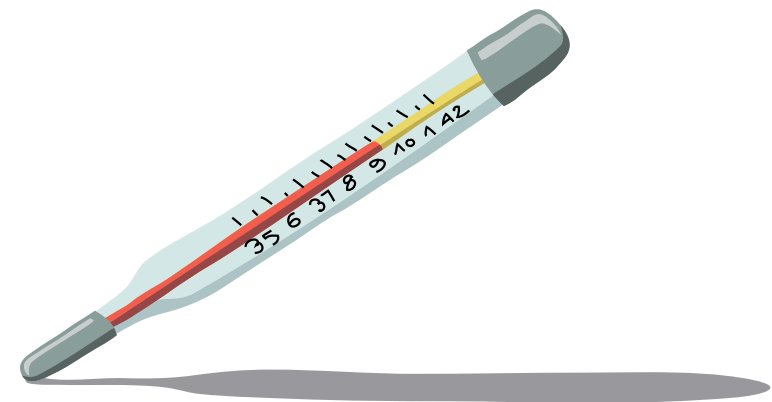
La fièvre (supérieure à 38,2°C) peut être synonyme d'infection. En effet, une infection chez un patient greffé peut devenir très grave si elle n'est pas prise en charge à temps.

Si la fièvre est confirmée par deux prises de température successives à 1 heure d'intervalle, appelez votre médecin traitant pour que vous soyez vu en urgence.

Un examen clinique complet sera alors réalisé permettant d'orienter le diagnostic (infection pulmonaire, ORL, urinaire...). **Un traitement antibiotique** peut alors vous être prescrit.

Dans les 6 premiers mois de la greffe, vous êtes plus susceptibles de faire une infection virale due au Cytomégalo virus responsable de fièvre, de diarrhée, de vomissements notamment. **Un traitement antiviral** est alors prescrit si ce virus est identifié par une prise de sang.

Si votre médecin est absent, vous pouvez consulter aux urgences les plus proches de votre domicile ou téléphoner en consultation de suites de greffe hépatique. Vous devez de toute façon tenir informé l'équipe de votre état de santé.



QUAND ET QUELLE ACTIVITÉ PHYSIQUE PUIS-JE RÉALISER ?

La reprise d'une activité physique est fondamentale après la greffe car elle permet de lutter contre le surpoids, le diabète, l'hypertension artérielle. Elle permet aussi de se réapproprier son corps. Chacun choisit son activité qui sera adaptée à son âge, son état de santé, ses performances.

La marche et le vélo sont excellents. Ne pas les pratiquer en pleine chaleur, bien se couvrir et s'hydrater.

La natation ne peut débuter qu'après le retrait du drain biliaire (après 3 mois).

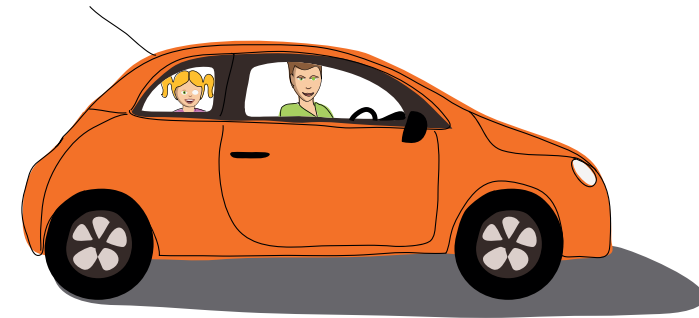
Il faut éviter les sports violents qui pourraient être source de traumatisme au niveau du foie.

Une ceinture abdominale vous a été remise en sortie d'hospitalisation. Elle doit être portée le jour (la nuit sur avis médical) **pendant les trois premiers mois et lors d'exercice physique** car elle permet de soutenir les muscles abdominaux faibles après la greffe et de limiter le risque d'événement.



QUAND PUIS-JE RECONDUIRE ?

La conduite automobile nécessite une attention constante. Vous êtes le meilleur juge de votre capacité physique à reprendre le volant. Néanmoins, **la reprise doit être progressive**, initialement sur des petits trajets, et accompagnée.



QUAND PUIS-JE REPREDRE MON TRAVAIL ?

Votre état de santé et le type de travail (charge et fatigabilité de l'emploi) que vous faites sont essentiels pour déterminer la date de reprise. L'hépatologue du CHU déterminera la durée initiale de votre arrêt de travail mais **c'est le médecin du travail qui jugera votre capacité à la reprise.**

Si vous avez des questions, le service social hospitalier se tient à votre disposition.

Il s'adresse au patient et à son entourage. Il peut réfléchir avec vous aux solutions les plus adaptées à votre situation et peut également **vous accompagner dans vos démarches concernant la prise en charge des soins**, les ressources pendant la maladie, la vie professionnelle et la vie quotidienne.

QUAND PUIS-JE REPREDRE UNE CONTRACEPTION ? PEUT-ON AVOIR DES ENFANTS APRÈS LA GREFFE ?

La transplantation rétablit le cycle menstruel et donc chez les femmes de moins de 45 ans, les menstruations vont réapparaître après la greffe. **Une méthode de contraception peut vous être proposée** : préservatif, contraception orale par un progestatif (à préférer aux oestroprogestatifs), implant, dispositif intra-utérin... **Vous devez en discuter avec votre hépatologue et votre gynécologue** car certaines méthodes nécessitent que les bilans hépatique, rénal, cardiovasculaire soient normaux avant d'être initiées.

La grossesse après la transplantation hépatique **est possible**. Il est préférable d'**attendre au minimum 1 an après la greffe** pour initier une grossesse (risque de rejet moindre). De plus, la normalité des tests hépatiques et de la fonction rénale est requise. Informer votre hépatologue du désir de grossesse car des modifications thérapeutiques devront être réalisées (arrêt du CELLCEPT®, surveillance des taux d'immunosuppresseurs dans le sang).

Le traitement immunosuppresseur doit, bien sûr, être maintenu au cours de la grossesse avec une surveillance régulière de leur taux sanguin (1/mois). Votre hépatologue et votre gynécologue travailleront ensemble pour votre suivi. En effet, la surveillance de votre grossesse sera renforcée.

PUIS-JE ME FAIRE VACCINER ET QUAND ?

Les vaccinations doivent être réalisées minimum 6 mois après la greffe.

Les vaccins spécifiquement recommandés sont : la grippe saisonnière, hépatite A, hépatite B et le pneumocoque.

Les vaccins recommandés sont : le DTP (diphtérie, tétanos, polio), la coqueluche, Haemophilus influenzae de type b, Meningocoque C, papillomavirus.

Tous les vaccins vivants sont contre indiqués : Fièvre jaune, BCG, ROR, grippe vivant atténué et varicelle.

PUIS-JE VOYAGER ET DANS QUELLES CONDITIONS ?

Votre voyage nécessite une préparation et une attention toute particulière.

Dès que vous programmez votre voyage, **prenez rendez-vous** avec le médecin qui assure votre suivi de greffe.

Il faut s'assurer que votre assurance couvre **les frais médicaux et un éventuel rapatriement**.

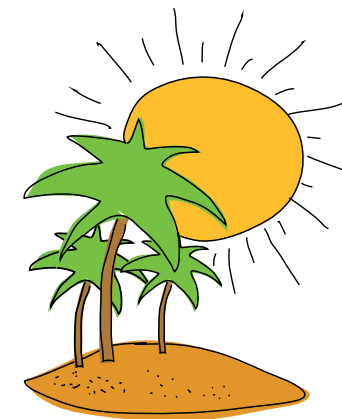
Mettez à jour vos vaccinations. Attention, les vaccins vivants atténués sont contre indiqués pouvant alors vous limiter l'accès à certaines destinations.

Renseignez vous avant le départ et prenez une consultation auprès d'un médecin spécialisé dans la "Médecine des voyages et des vaccinations internationales".

Prévoyez un stock de médicaments suffisant pour la durée de votre voyage **ainsi que des traitements utiles** pour les séjours tropicaux : antibiotiques, anti-diarrhéiques, antalgiques, antiseptiques... **Gardez vos traitements anti-rejet avec vous** dans votre bagage à main durant le trajet.

Dès votre arrivée, mettez votre montre à l'heure du pays. Vous prendrez alors vos traitements aux horaires habituels (à l'heure du pays où vous vous trouvez). Les températures de conservation de vos traitements sont **inscrites sur leur emballage**. **Il est important de ne pas exposer vos médicaments à de trop fortes chaleurs.**

Et protégez-vous du soleil.



L'ÉQUIPE DE SUITE DE GREFFE HÉPATIQUE

★ Le secrétariat des suites de greffe

Tél. : 02 99 28 43 21 **Poste :** 86329 - **Fax :** 02 99 28 24 66
Pour la prise des RDV : 02 99 28 42 98

★ Le secrétariat du service de chirurgie digestive et hépatobiliaire

Tél. : 02 99 28 42 65

★ Les infirmières des suites de greffe

Elles sont joignables au 02 99 28 91 23 du lundi au vendredi de 8h à 18h.
En dehors de ces horaires, si urgence, vous pouvez contacter le service de chirurgie hépatobiliaire Belle-Ile au 02 99 28 90 10.

★ Les médecins et chirurgiens consultants

Pr Karim Boudjema
Dr Christophe Camus
Dr Pauline Houssel-Debry
Dr Caroline Jezequel
Dr Fabrice Laine
Dr Mohamed Lakehal
Dr Marianne Latournerie
Dr Antonia Le Gruyer

★ Une diététicienne, joignable *via* le secrétariat des suites de greffe au 02 99 28 43 21.

★ L'assistante sociale

Christine Menant au 02 99 28 94 08.

★ L'association TRANSHEPAT'H

Secrétariat : M. Legavre - **Tél. :** 02 99 50 43 76
Mail : transhepate.bretagne-ouest@wanadoo.fr

