

Elävä munuaisen luovutus



Terve ihminen voi luovuttaa toisen munuaisensa.
Munuaisen luovutus on turvallinen toimenpide
huolellisesti tutkituille luovuttajille.

96 prosenttia suomalaisista tietää, että toisen munuaisensa voi luovuttaa.

(Kansalaisten käsitykset elinluovutuksesta 2021 -kyselytutkimus)



Sisällys

Munuaisensiirto parantaa ennustetta ja elämänlaatua.....	4
Voisitko sinä luovuttaa munuaisesi?	6
Munuaisen luovuttajan tutkimukset	9
Munuaisen luovutukseen liittyvät luvat.....	12
Siskon lahja palautti pilkkeen veljen silmäkulmaan	13
Munuaisen luovutusleikkaus	15
Munuaisen luovutuksen jälkeen	16
Miisalla on isän munuainen.....	18
Munuaisen luovuttajan sosiaaliturva.....	19
Haluatko puhua saman kokeneen kanssa?	20
Miten voit ilmoittautua munuaisen luovuttajaksi?.....	21
Taru luovutti munuaisen kaverilleen.....	22
Elävä munuaisen luovutus.....	23

Julkaisija: Munuais- ja maksaliitto 2021

www.muma.fi

Valokuvat: iStock

Visuaalinen suunnittelu ja taitto: Nettienkelit & Voimavärit Oy / Riikka Käkelä-Rantalainen

Painos: 6000

Paino: Lehtisepät

Oppaan tekstin on tarkastanut nefrologian erikoislääkäri, dosentti Ilkka Helanterä.

Munuaisensiirto parantaa ennustetta ja elämänlaatua

Munuaisensiirto parantaa elämänlaatua ja ennustetta niillä vaikeaa munuaisten vajaatoimintaa sairastavilla, joilla se sopii hoidoksi. Suomessa tehdään vuosittain noin 250 munuaisensiirtoa. Uutta munuaista odottaa lähes 500 ihmistä. Siirrettävistä munuaisista on jatkuva pula. Uutta munuaista aivokuolleelta luovuttajalta joutuu odottamaan keskimäärin kaksi vuotta. Onnistuneen munuaisensiirron jälkeen voi elää normaalia elämää, opiskella, käydä työssä ja harrastaa.

Terve ihminen voi luovuttaa toisen munuaisensa omaiselleen, läheiselleen, ystävälleen tai jopa tuntemattomalle henkilölle. Munuaisen luovutus on turvallinen toimenpide huolellisesti tutkituille luovuttajille.

Munuaisensiirtoon elävältä luovuttajalta liittyy useita etuja aivokuolleelta luovuttajalta tehtyyn siirtoon verrattuna. Munuaisensiirtoa tarvitseva saa tutkittuasti terveen munuaisen ja leikkaus voidaan tehdä ennalta suunniteltuna ajankohta. Hyljinnänestolääkitys voidaan aloittaa jo ennen siirtoa, jolloin oikea lääkeannos saavutetaan nopeammin. Aika siirteen irrotuksesta sen uudelleen kytkemiseen uudessa elimistössä jää elävän luovuttajan siirroissa useimmi-

Tunnetko jonkun, joka tarvitsee uuden munuaisen?

ten korkeintaan muutamaan tuntiin, minkä vuoksi siirteen toiminta käynnistyy lähes aina heti. Elävän luovuttajan antama munuainen toimii todennäköisesti pidempään kuin aivokuolleelta luovuttajalta saatu munuainen.

Nykyään munuaisensiirto elävältä luovuttajalta voidaan tehdä parhaassa tapauksessa ilman edeltävää dialyysihoidoa. Munuaisensiirron saaneen ennuste on sitä parempi mitä lyhyemmän ajan henkilö on ollut dialyysihoidossa ennen siirtoleikkausta.

Tiedon siitä, voisitko sinä olla munuaisen luovuttaja, saat kysymällä asiasta lääkäriltä tai elävien luovuttajien koordinaattorilta.



Munuaisensiirto elävältä luovuttajalta

- + Munuaisensiirtoa tarvitseva saa tutkitusti terveen munuaisen.
- + Siirtoleikkaus voidaan tehdä ennalta suunniteltuna ajankohtana.
- + Munuaisensiirto voidaan tehdä jopa ilman edeltävää dialyysihoitoa.
- + Munuaissiirre alkaa yleensä toimia heti.
- + Munuaissiirteen ennuste on parempi.

Munuaisen luovuttaja

- + Mahdollisuus auttaa läheistään ja parantaa tämän elämänlaatua ja ennustetta.
- + Munuaisen voi luovuttaa sukulaiselleen, ystävälleen tai tuntemattomalle henkilölle.
- + Kattavat esitutkimukset ja tieto omasta terveydentilasta.
- + Munuaisen luovutus on turvallinen toimenpide huolellisesti tutkitulle luovuttajalle.
- + Tähestyleikkauksen ansiosta nopeampi toipuminen ja vähäisemmät leikkaukseen liittyvät riskit.
- + Munuaistoiminta putoaa aluksi puoleen alkuperäisestä, mutta palaa yleensä riittäväksi.
- + Elinikäinen seuranta erikoissairaanhoidossa.

Voisitko sinä luovuttaa munuaisesi?

Suomen lain mukaan täysi-ikäinen ja hoidostaan päättämään kykenevä henkilö voi luovuttaa toisen munuaisensa toisen ihmisen sairauden hoitoon. Munuaisen voi luovuttaa puolisolleen, sukulaiselleen, ystävälleen tai jopa tuntemattomalle saajalle. Munuaisen luovutus perustuu aina vapaaehtoisuuteen ja haluun auttaa läheistä.


Munuaisen luovuttajan tulee olla terve, eikä hänellä saa olla pitkäaikaisia sairauksia tai lääkehoitoja.

Jos haluat luovuttaa munuaisesi, ota asia rohkeasti puheeksi.

Munuaisten rakenteen ja toiminnan on oltava normaali. Ikäero luovuttajan ja saajan välillä ei saisi olla liian suuri. Mitä nuorempi luovuttaja on, sitä epävarmempaa on ennustaa eri sairauksien riskiä loppuelämän aikana.

Munuaisen luovutus perustuu vapaaehtoisuuteen ja haluun auttaa läheistään. Munuaisen luovuttajalla on oikeus muuttaa mielensä koko prosessin ajan.

Keskustele munuaisen luovutuksesta sen saajan ja läheistesi kanssa rauhassa ennen päätöstäsi. Puhukaa avoimesti munuaisen luovutuksen eduista ja mahdollisia riskeistä. Valtaosa munuaisen luovuttajista on jälkepäin tyytyväisiä päätökseensä. Kaikkiin leikkauksiin voi liittyä komplikaatioita, mutta pitkäaikaisriskit ovat yleensä vähäisiä. Vaikka elävältä luovuttajalta saatu munuainen toimii yleensä hyvin, niin siirteen toiminnassa voi olla myös ongelmia eikä sen toiminta kestä ikuisesti.

A person stands in the center of a paved path in a bamboo forest, with their arms raised towards a bright sun that is shining through the trees, creating a lens flare effect. The bamboo stalks are tall and thin, lining both sides of the path. The overall atmosphere is peaceful and inspiring.

**9/10 suomalaisesta on
valmis luovuttamaan
toisen munuaisensa
läheiselleen.
Voisitko sinä olla
yksi heistä?**

(Kansalaisten käsitykset
elinluovutuksesta 2021 -kyselytutkimus)



Munuaisten luovutuksen estää

- » Munuaisten tai virtsateiden sairaus
- » Alentunut munuaistoiminta
- » Merkittävä sydän- tai keuhkosairaus
- » Syöpä (myös hoidettu syöpä)
- » Aktiivinen infektio
- » Merkittävä valtimonkovettumatauti
- » Tukos- tai vuototaipumus tai tukoksia sairaushistoriassa
- » Vaikea psyykinen sairaus
- » Päihderiippuvuus
- » Vaikea ylipaino (BMI >35)
- » Muu merkittävä perussairaus, johon liittyy riski munuaisten vajaatoimintaan tai lisääntynyt leikkausriski

Munuaisten luovutuksen voi joissakin tapauksissa estää

- » Heikentynyt sokerinsieto tai aiempi raskausdiabetes
- » Pienellä lääkemäärällä kontrollissa oleva verenpainetauti
- » Ylipaino (BMI 30-35)
- » Munuaisten poikkeava verisuonianatomia
- » Runsas sydän- ja verisuonisairauksien riskikuorma (tupakointi, hyperlipidemia, sukutausta)

Munuaisen luovuttajan tutkimukset

Ennen munuaisensiirtoa tehtävillä tutkimuksilla varmistetaan, että vastaanottaja saa hänelle sopivan terveen munuaisen, ja että munuaisen luovutus on turvallinen toimenpide luovuttajalle. Tutkimukset tehdään yleensä oman alueen keskussairaalassa ja ne kestävät 3–6 kuukautta.

Mahdollisen munuaisen luovuttajan tutkimukset pyritään käynnistämään riittävän aikaisin, jotta munuaisensiirto olisi mahdollista tehdä jo ennen dialyysihoidon aloitusta. Munuaisensiirtoleikkauksista ei kuitenkaan ole tarkoituksenmukaista tehdä ennen kuin munuaisten vajaatoimintaa sairastavan oma munuaistoiminta on alkanut edetä loppuvaihetta kohti eli GFR-arvo laskee 15 ml/min tasolle.

Ensimmäiseksi käydään läpi luovuttajan sairaushistoria ja otetaan verikokeita. Seuraavassa vaiheessa vuorossa on kuvantamistutkimuksia ja täydentäviä tutkimuksia munuaistoiminnasta. Tutkimuksiin kuuluu myös psykiatrin arvio.

Puhelinhaastattelu

Kun mahdollinen luovuttaja on ilmaissut halukkuutensa, selvitetään puhelinkeskustelussa, että

munuaisen luovutukselle ei ole esteitä. Tämän jälkeen luovuttajaehdokas kutsutaan vastaanotolle ja jatkotutkimuksiin.

Veriryhmä

Vastaanottajan ja luovuttajan veriryhmä selvitetään verikokeilla. Luovuttajan veriryhmän täytyy olla yhteensopiva vastaanottajan veriryhmän kanssa. Nykyään joissakin tapauksissa on mahdollista tehdä myös veriryhmiltään epäsopiva ns. ABO-epäsopiva munuaisensiirto veriryhmäviast-aineiden poistamiseen tähtäävien esihoidojen avulla.

Luovuttaja	Vastaanottaja
A →	A, AB
B →	B, AB
AB →	B, AB
O →	A, B, AB, O



Kudostyyppi

Luovuttajan ja vastaanottajan kudostyyppit ja valkosolujen sopivuus selvitetään verikokeilla. Jokaisella ihmisellä on yksilöllinen kudostyyppi (HLA-tyyppi). Identtisiä kaksosia lukuun ottamatta kahden yksilön välillä ei esiinny täysin samanlaista kudostyyppiä. Elinsiirron jälkeen vastaanottajan valkosolut tunnistavat vieraan kudostyyppin ja elimistö alkaa hylkiä siirrettyä elintä. Hylkimisreaktiota torjutaan lääkkeillä, joita munuaisensiirron saaneen täytyy ottaa päivittäin ja pysyvästi.

Valkosolujen sopivuuskokeella eli ns. ristikokeella selvitetään, onko vastaanottajan veressä vasta-aineita luovuttajan soluja vastaan. Vasta-aineet voivat aiheuttaa munuaisen tuhoutumisen nopeasti siirron jälkeen hyljinnäestolääkityksestä huolimatta. Vasta-aineita voi kehittyä raskauden, verensiirron tai aiemman elinsiirron seurauksena. Ristikoe uusitaan aina mahdollisen verensiirron jälkeen ja säännöllisin välein, mikäli munuaisensiirtoleikkaus viivästyy. Kokeen tulos varmistetaan vielä muutama viikko ennen siirtoleikkausta. Negatiivinen valkosolujen sopivuuskoe on siirron ehdoton edellytys.

Kudossopivuuden merkitys on elävältä luovuttajalta tehdyissä siirroissa vähäisempi kuin aivokuolleilta luovuttajilta tehdyissä siirroissa. Luovuttajaksi voi lähisukulaisen lisäksi soveltua siis esimerkiksi puoliso. Nykyaikaisilla esihoidoilla voidaan myös poistaa vasta-aineita ja vähentää niiden tuotantoa, jolloin joissakin tapauksissa myös kudostyyppin vastainen siirto on mahdollinen.

Veri- ja virtsakokeet

Luovuttajalta otetaan verinäytteitä kuten täydellinen verenkuva, tulehduskokeet (CRP, lasko), munuaisten toimintakokeet (kreatiniini ja kystatiini C), maksa-arvot sekä veren sokeri- ja rasva-arvot. Virtsanäytteistä tutkitaan, erittyykö virtsaan punasoluja tai valkuaisaineita.

Munuaisten rakenne ja toiminta

Luovuttajan munuaisten koko ja rakenne selvitetään ultraäänitutkimuksella. Nefrografialla selvitetään, onko munuaisten toiminnassa puoliero. Munuaisten puhdistustoiminta määritellään vielä useimmiten joko isotooppitutkimuksella tai johexsolipuhdistumakokeella. Munuaisten ja munuaisvaltimoiden anatominen rakenne selvitetään munuaisvaltimoiden tietokonekerroskuvauksella.

Sydänfilmi ja sydän-keuhkoröntgen

Sydämen ja keuhkojen toimintaa tutkitaan ottamalla sydänfilmi ja sydän-keuhkoröntgenkuva. Lääkärin harkinnan mukaan voidaan joskus tehdä myös lisätutkimuksia, kuten kliininen rasituskoe, sydämen ultraäänitutkimus, verenpaineen vuorokausirekisteröinti tai keuhkojen toimintakoe.

Psykiatrin lausunto

Asiaan perehtynyt psykiatri arvioi luovuttajan psyykkisen kokonaistilanteen. Tutkimuksen tarkoituksena on varmistaa, että luovutus on vapaaehtoista ja selvittää luovuttajan psyykkiset voimavarat myös mahdollisten vastoinkäymisten varalta.

Tapaaminen siirtokirurgin kanssa

Mikäli tehtyjen tutkimusten perusteella munuaisen luovutukselle ei ole estettä, sovitaan tapaaminen

siirtokirurgien kanssa muutama viikko ennen leikkausta. Tällöin luovuttaja ja vastaanottaja tulevat esikäynnille elinsiirtoyksikköön, jossa leikkaus ja sen riskit käydään vielä sekä annetaan ohjeita jatko-seurantaan.

Puolueeton lääkäri käy luovuttajan kanssa keskustelun, jossa varmistetaan vapaaehtoisuus ja selvitetään luovutukseen liittyvät riskit. Puolueettoman lääkärin lausunto vaaditaan, kun käynnin jälkeen laadittavilla asiakirjoilla haetaan Fimealta lupaa munuaisen luovutukseen.

|||||

Munuaisen luovutus on aina vapaaehtoista toisen ihmisen auttamista.

|||||



Munuaisen luovutukseen liittyvät luvat

Munuaisensiirtoon elävältä luovuttajalta tarvitaan luovuttajan kirjallinen suostumus ja viranomaisten lupa. Lupaa munuaisen luovutukseen haetaan Fimealta.

Fimean vaatimat asiakirjat

- » Virkatodistus (selvitys sukulaisuussuhteesta)
- » Selvitys luovuttajan terveydentilasta ja soveltuvuudesta luovuttajaksi
- » Psykiatrin lausunto soveltuvuudesta luovuttajaksi
- » Luovuttajan kirjallinen suostumus
- » Ns. puolueettoman lääkärin lausunto.

Siskon lahja palautti pilkkeen veljen silmäkulmaan

Janin munuaisongelmat alkoivat vuonna 2016, kun hän joutui sairaalaan sydänoireiden vuoksi. Heti alussa lääkärit sanoivat Janille, että munuaisten toiminta tulee loppumaan. Silloin vaihtoehtona on dialyysihoito tai munuaisensiirto. Kati sai kuulla äidiltään veljen munuaisten vajaatoiminnasta.

– Sanoin heti, että luovutan munuaiseni, jos se vain sopii Janille, Kati kertoo.

Siskon päätös herätti Janissa aluksi ristiriitaisia tunteita. Katin mies ja kolme poikaa suhtautuivat luovutusajatukseseen hyvin. He ovat hyvissä väleissä Janin kanssa ja ymmärsivät, miten tärkeästä asiasta on kyse.

Munuaisensiirtoleikkaus haluttiin tehdä ennen kuin Janin olisi aloitettava dialyysihoito. Katin siirtotutkimukset käynnistettiin, mutta niitä siirrettiin muutamaan kertaan. Lopulta toukokuussa 2021 oltiin niin pitkällä, että Katin munuainen siirrettiin veljelle.

Janin paino alkoi tippua kilon vuorokaudessa, kun kehossa ollut ylimääräinen neste poistui uuden munuaisen hoitaessa tehtävänsä. Kati toipui nopeasti ja oli jo leikkauspäivänä kävelemässä käytävällä. Osastolla hän oli vain kaksi yötä. Janin toipuminen kesti hieman kauemmin, mutta hänkin pääsi jo viikon kuluttua kotiin.

Leikkausten jälkeen molemmat voivat hyvin. Ennen kaikkea Kati on iloinen, että hän on saanut veljensä takaisin.

– Leikkauksen jälkeen näen Janin silmäkulmassa taas sen vanhan tutun pilkkeen.

Kati sanoo, että jos hänellä olisi enemmän munuaisia, hän voisi lahjoittaa niitä muillekin.



**Munuaisen luovutus on
turvallinen toimenpide
huolellisesti tutkitulle
luovuttajalle.**



Munuaisen luovutusleikkaus

Kaikki munuaisen luovutus- ja munuaisensiirtoleikkaukset tehdään HYKS:n sairaaloissa Helsingissä.

Munuaissiirteen vastaanottaja tulee tarvittaessa osastolle leikkausta edeltävän iltana. Munuaisen luovuttaja tulee leikkaukseen toimenpideaamuna Leiko-yksikön kautta. Jos luovuttaja tulee leikkaukseen muualta Suomesta, hän voi yöpyä edeltävän yön Meilahden alueen pitilashotellissa.

Munuaisen luovutusleikkaus tehdään nukutuksessa. Munuaisen poistetaan käsiavusteisella täyhystysleikkauksella eli laparoskooppisesti. Leikkauksesta jää yleensä vain pieni arpi.

Leikkaukseen liittyvät riskit ovat vastaavia kuin samantyyppisissä leikkauksissa yleensä. Näitä ovat esimerkiksi verenvuoto ja verenpaineen ohimenevä lasku leikkauksen aikana, haavan seudun kipu tai haavan tulehtuminen. Vakavia leikkaukseen liittyviä komplikaatioita on erittäin harvoin.

Munuaisen luovutusleikkauksen jälkeinen luovuttajan sairaalahoito kestää 2–3 päivää. Leikkauksen

jälkeen saa veren hyytymiseen vaikuttavaa lääkettä kahden viikon ajan estämään veritulpan syntyä. Luovuttajan sairausloma kestää yleensä työstä riippuen 4–6 viikkoa.

Kotimatkaa varten on hyvä varata mukaan väljiä vaatteita, jotka eivät purista vatsan aluetta. Aloita järjestelyt kotimatkaa varten jo ennen leikkaukseen tuloa: tuleeko joku hakemaan sinua tai miten hankit tarvittavat matkaliput.

Leikkauksesta toipuminen on yksilöllistä. Kudosten ja leikkaushaavojen paraneminen kestää 2–4 viikkoa. Liikkeelle voi lähteä heti leikkauksen jälkeen kivun sallimissa rajoissa. Toipilasaikana kovaa räsitusta, äkkinäisiä liikkeitä sekä nostamista tulee välttää. Raskaita kotitöitä ja kuntosaliharjoittelua tulisi välttää vähintään neljän viikon ajan. Mieti jo ennen leikkausta, tarvitsetko kotiin palatessasi apua esimerkiksi siivoukseen, kaupassakäyntiin tai lastenhoitoon.

Munuaisen luovutuksen jälkeen

Munuaisen luovutuksen jälkeen seuranta jatkuu elinikäisesti erikoissairaanhoidossa. Ensimmäinen kontrollikäynti on 1–3 kuukauden kuluttua leikkauksesta. Tämän jälkeen seuraava seurantakäynti vuoden kuluttua leikkauksesta ja sen jälkeen vähintään viiden vuoden välein.

Munuaistoiminta putoaa heti munuaisen luovutuksen jälkeen puoleen alkuperäisestä, mutta se palautuu melko nopeasti noin 60–70 prosenttiin alkuperäisestä. Tämä riittää yleensä siihen, ettei tavanomaisissa munuaistoimintaa kuvaavissa laboratoriokokeissa näy poikkeavaa.

Kun itse luovutusleikkauksesta on toipunut, voi tehdä työtä, harrastaa ja liikkua aivan kuten ennen munuaisen luovutusta. Suorituskyky palautuu kuitenkin ennalleen hitaasti, joten itselleen kannattaa antaa aikaa toipua leikkauksesta rauhassa.



**Kun luovutus-
leikkauksesta
on toipunut,
voi elää täysin
normaalia elämää.**

Miisalla on isän munuainen



Miisalla todettiin pari kuukautta syntymän jälkeen suomalaistyyppinen nefroottinen syndrooma. Miisan omat munuaiset poistettiin ja hänelle aloitettiin dialyysihoito. Miisan vanhemmat, Heli ja Simo olivat molemmat valmiita luovuttamaan tyttärelleen toisen munuaisensa. Simon munuaiset todettiin kudosvastaavuuksiltaan sopiviksi. Ennen luovutusta Simon terveydentila tutkittiin tarkoin.

Miisa sai uuden munuaisen syksyllä 2011, kun hän oli vuoden vanha. Simo-isän munuainen alkoi toimia heti, kun se oli siirretty Miisalle.

Simo on voinut leikkauksen jälkeen hyvin. Munuaisen luovutuksella ei ole ollut vaikutusta hänen elämäänsä. Leikkauksen jälkeiset kivut helpottivat nopeasti ja nyt hän käy vain muutaman vuoden välein verikokeissa, joissa seurataan terveydentilaa.

– Munuaisen luovutus oli mielestäni hyvä päätös enkä ole katunut sitä päiväkään, varsinkin kun Miisa on voinut sen jälkeen elää käytännössä normaalia elämää.

Miisa on nyt 11-vuotias ja harrastaa jalkapalloa. Hän pitää urheilusta ja jalkapallon pelaamisesta kavereiden kanssa. Miisalla on koira ja hän tykkää liikkua sen kanssa luonnossa. Siirtomunuainen ei ehkä kestä ikuisesti, mutta vielä ei ole aika huolestua siitä.

Munuaisen luovuttajan sosiaaliturva

Luovuttajan tutkimukset, sairaalahoito luovutusleikkauksen yhteydessä ja myöhempi polikliininen seuranta ovat luovuttajalle maksuttomia.

Jos olet työssä, keskustele ajoissa työnantajasi kanssa, voitko pitää sairauslomaa ja olisiko työnantajalasi mahdollisuus maksaa palkkaa poissaoloajalta. Luovuttaja saa sairauspäivärahan suuruista Kelan luovutuspäivärahaa ansionmenetyksestä, mikäli työnantaja ei maksa hänelle palkkaa työstä poissaolon ajalta. Luovutuspäivärahassa ei ole omavastuu-aikaa. Luovutuspäivärahaa voidaan maksaa luovutusta edeltävien tutkimusten ajalta, jos työstä estyminen kestää lähes koko päivän. Ansionmenetystä katsotaan aiheutuvan luovuttajalle, joka on luovutuksen tai siihen liittyvien välttämättömien tutkimusten vuoksi poissa palkkatyöstä tai työstä yrittäjänä tai ammatinharjoittajana. Eläkkeensaajalle voi aiheutua ansionmenetystä, jos hän on työssä eläkkeellä ollessaan.

Kela maksaa korvausta tutkimuksiin ja luovutusleikkaukseen tehdyistä matkoista. Kustannukset ovat aina munuaisen vastaanottajan sairauden hoi-



Keskustele ajoissa leikkausajankohdasta työntantajasi kanssa.



dosta aiheutuneita kustannuksia, joten hakemus on tehtävä hänen tiedoillaan. Jos munuaisen luovuttaja haluaa hakea ja nostaa korvauksen itse, on hänellä oltava valtakirja munuaisen vastaanottajalta. Kela ei maksa korvausta anonyymien luovuttajan tutkimuksiin ja luovutusleikkaukseen tekemistä matkoista. Sairaaloiden sosiaalityöntekijät antavat lisätietoa munuaisen luovutukseen liittyvissä sosiaaliturvasasioissa. Luovutuksen mahdollisista vaikutuksista yksityisiin sairausvakuutuksiin on syytä kysyä vakuutuksen myöntäneestä yhtiöstä.



Haluatko puhua saman kokeneen kanssa?

Vertaistuki täydentää terveydenhuollon sekä läheisten ja ystävien antamaa tukea. Saman kokeneet voivat kertoa omista kokemuksistaan. Vertaistukija kuuntelee ja voi olla tukena päätöksenteossa.

Munuais- ja maksaliiton kautta voit saada itsellesi koulutetun vertaistukijan. Lisää tietoa ja yhteydenottolomakkeen löydät sivulta www.muma.fi/vertaistuki.



Miten voit ilmoittautua munuaisen luovuttajaksi?

Munuaisen luovuttajaksi haluava voi ottaa yhteyttä kansalliseen elävien luovuttajien koordinaattoriin tai oman keskussairaalan nefrologian yksikköön. Jos alustavassa puhelinkeskustelussa ei tule ilmi mitään, mikä estäisi munuaisen luovutuksen, luovuttajaehdokas kutsutaan lääkärin vastaanotolle.

Kansallisiin elävien luovuttajien koordinaattoreihin voivat olla yhteydessä elävästä munuaisen luovutuksesta kiinnostuneet kaikkialta Suomesta. Koordinaattorit työskentelevät HUS:ssa Helsingissä.

munuaisluovutus@hus.fi

Taru luovutti munuaisen kaverilleen

Samin perhepiiristä ei löytynyt sopivaa munuaisluovuttajaa. Häntä hoitanut lääkäri pyysi miettimään, löytyisikö kaveripiiristä luovuttajaa. Samista ajatus tuntui mahdottomalta; miten hän voisi sellaista kysyä ihmisiltä. Hän kuitenkin kertoi asiasta ystävälleen, joka olikin heti valmis luovuttajaksi. Ystävysten veriryhmä ei kuitenkaan ollut yhteensopiva.

Tämän jälkeen ystävä julkaisi Samin luvalla päivityksen Facebookissa, jossa hän tiedusteli kaveripiiristä mahdollista luovuttajaa. Taru luki ystävän päivityksen ja vastasi heti seuraavana päivänä Samille, että hän olisi valmis tutkimuksiin ja luovuttamaan toisen munuaisensa. Noin puoli vuotta myöhemmin luovutukseen liittyvät tutkimukset oli tehty ja pian siitä Sami ja Taru saivat ilmoituksen leikkauspäivästä. Yhdessä he matkustivat Helsinkiin siirtoleikkaukseen.

Toimenpide ja toipuminen meni molempien osalta hyvin. Kaveruus on lähentynyt ystävyudeksi ja toipumisen ajan he olivat erinomainen vertaistuki toisilleen.

Sami on jo lyhyessä ajassa munuaisensiirron jälkeen huomannut, kuinka paljon enemmän energiaa hänellä on. Sairastelun loppuajkaan liittynyt väsymys on poissa. Tarusta on ollut hienoa nähdä, kuinka Sami on toipunut.

Tarulla on yksinkertainen vastaus siihen, miksi hän on luovuttanut toisen munuaisensa ystävälleen: "Koska minä voin, joten miksi en."



Elävä munuaisen luovutus

- + Terve ihminen voi luovuttaa toisen munuaisensa omaiselleen, läheiselleen, ystävälleen tai jopa tuntemattomalle henkilölle.
- + Munuaisen luovutus on turvallinen huolellisesti tutkitulle henkilölle. Luovutukseen liittyy komplikaatioita erittäin harvoin.
- + Munuaisen luovutus perustuu aina vapaaehtoisuuteen ja haluun auttaa toista ihmistä.
- + Munuaistoiminta putoaa heti munuaisen luovutuksen jälkeen puoleen alkuperäisestä, mutta se palautuu melko nopeasti noin 60–70 prosenttiin alkuperäisestä.
- + Kun luovutusleikkauksesta on toipunut, voi elää täysin normaalia elämää.
- + Munuaisen luovutus on mahdollisuus parantaa läheisensä elämänlaatua ja ennustetta.
- + Elävältä luovuttajalta munuaisensiirtoa tarvitseva saa tutkitusti terveen munuaisen.
- + Elävältä luovuttajalta saadun munuaissiirteen ennuste on parempi kuin aivokuolleelta luovuttajalta saadun siirteen.
- + Jos haluat munuaisen luovuttajaksi, ota yhteyttä oman keskussairaalan munuaisyksikköön tai kansalliseen elävien luovuttajien koordinaattoriin.

Munuais- ja maksaliitto

Munuais- ja maksaliitto tukee sairastuneita ja elinsiirron saaneita sekä heidän läheisiään. Jäsenyhdistyksissä voi tavata muita saman kokeneita. Liittoon kuuluu 18 jäsenyhdistystä, joissa on yli 6000 henkilöjäsentä.

Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä kuka tahansa toiminnasta kiinnostunut. Liittyminen on paras tapa tukea liiton ja yhdistyksen tavoitteita ja toimintaa.

Tietoa

Sairauteen sopeutuminen vaatii tietoa ja uusien asioiden oppimista. Liitto jakaa luotettavaa tietoa munuais- ja maksasairauksista ja niiden hoidosta sekä elinsiirroista. Liitto tekee sairastuneiden tilannetta tunnetuksi ja poistaa ennakkoluuloja.

Toivoa

Liitto välittää vertaistukea ja mahdollisuuden jakaa kokemuksia. Vapaaehtoistoiminta lisää omaa ja läheisten hyvinvointia sekä luo yhteenkuuluvuutta. Yhdistys antaa elämän suurissa muutoksissa ystävyyttä ja paikan toimia.





Tukea

Muuttunut elämäntilanne vaatii uusia keinoja selviytyä arjesta. Liitto tukee kuntoutumista, järjestää sopeutumisvalmennuskursseja ja antaa neuvoja sosiaaliturvasta. Yhdistyksen virkistystapahtumissa huvi ja hyöty yhdistyvät.

Liity jäseneksi

Liiton jäsenyhdistyksen jäsenenä voit tavata muita saman kokeneita ja osallistua mukavaan toimintaan. Tule mukaan jo tänään osoitteessa www.muma.fi/liity.

Munuais- ja maksaliitto
Ratamestarinkatu 7A, 7. krs
00520 Helsinki
010 582 1810 (klo 10–14)
www.muma.fi
www.elinluovutuskortti.fi

 munuaisjamaksaliitto
 MunuainenMaksa
 munuainenmaksa
 munuaisjamaksaliitto



Munuais- ja maksaliitto
NJUR- OCH LEVERFÖRBUNDET