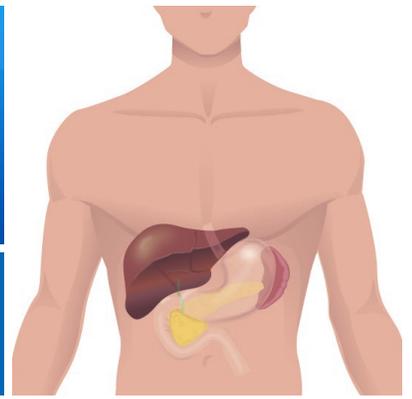


# Attendre une greffe de foie



Vous pouvez recevoir une greffe de foie. Cette fiche vous explique comment se déroulera l'attente avant votre opération.

## Combien de temps dois-je attendre avant d'être greffé ?

Il est **impossible** de le savoir.

L'attente peut durer quelques semaines comme des années. Cela dépend de la gravité de votre maladie par rapport à celle des autres personnes qui ont aussi besoin d'une greffe. L'organisme Transplant Québec gère la liste unique des personnes en attentes d'un organe. Il attribue les foies disponibles aux cas les plus urgents.



### Le don vivant

Le temps d'attente peut être moins long si un proche vous donne une partie de son foie. Voir la fiche santé [Le don vivant de foie](#). Cette personne doit contacter l'équipe de greffe par elle-même afin de signifier son intention d'être donneuse.



## Comment connaître ma place sur la liste d'attente ?

L'ordre sur la liste d'attente est déterminé par un score, appelé MELD, donné à chaque patient.

Votre score MELD est calculé à partir des résultats de vos prises de sang. Il permet de donner un indice fiable de la gravité de votre maladie. Celui-ci est parfois ajusté dans le cas de maladies spécifiques, comme les maladies infantiles.

Votre infirmière de suivi vous dira votre rang dans la liste d'attente au moment de vous y inscrire.

## Ma place dans la liste d'attente peut-elle changer ?

Oui, elle peut changer selon les résultats des tests de suivi et des prises de sang qui seront faits en attendant la greffe.

### > Si vous souffrez d'insuffisance hépatique :

Vous devez faire des prises de sang de manière régulière. Elles permettent de suivre l'évolution de l'état et des capacités de votre foie.

### > Si vous avez un cancer du foie appelé carcinome hépatocellulaire :

Vous devez passer un examen d'imagerie tous les trois mois. Cela peut être :

- Un scan
- Un examen d'imagerie par résonance magnétique (IRM)



Ces examens permettent de voir le nombre de tumeurs dans votre foie et leur évolution. Pour faire une greffe, il ne doit pas y avoir trop de cellules cancéreuses. On vous dira quand venir passer ces examens.

**Vous pouvez téléphoner à votre équipe de soins pour savoir à quel rang dans la liste d'attente vous êtes rendu.**

## Peut-on être retiré de la liste d'attente ?

Vous pourriez être retiré de la liste d'attente de manière **temporaire** pour les raisons suivantes :

- Votre état de santé s'améliore
- Votre état de santé s'aggrave et vous n'êtes pas en état de recevoir une greffe
- Vous avez une infection
- Vous n'avez pas fait les examens de suivi demandés
- Vous partez pour un séjour hors du Québec
- Vous demandez d'être retiré de la liste

Dans de rares cas, un retrait **permanent** de la liste d'attente survient quand :

- Vous ne souhaitez plus être greffé
- Votre état de santé s'est amélioré au point qu'une greffe n'est plus nécessaire
- Votre état de santé s'est aggravé et une greffe serait désormais trop risquée

## Comment vais-je apprendre qu'un foie est disponible pour moi ?

Si un foie compatible est disponible et que votre nom est le prochain sur la liste d'attente, on vous téléphone aussitôt.

Cet appel peut être reçu à tout moment du jour ou de la nuit. Gardez toujours votre téléphone cellulaire sur vous et laissez-le ouvert en tout temps.

Si on ne réussit pas à vous parler, le foie sera aussitôt **offert à une autre personne** sur la liste d'attente.

Informez votre équipe de soins si vous changez de numéro de téléphone ou d'adresse. Prévenez-la aussi de tout séjour en dehors du Québec.

Dès que vous recevez l'appel, vous devez vous rendre à l'hôpital. Pour cette raison, gardez toujours une valise prête pour un séjour d'environ 10 jours. Si vous ne pouvez pas vous y rendre dans un bref délai, vous devez le dire au moment de l'appel.



À moins d'une indication contraire au moment de l'appel, ne mangez pas et ne buvez pas avant de vous rendre à l'hôpital. Vous pourriez passer à votre arrivée des examens qui exigent d'être à jeun.

Demandez à un proche de vous conduire à l'hôpital. Les émotions et le stress vécus dans un moment comme celui-là augmente le risque d'accident.

Une fois à l'hôpital, vous passez plusieurs examens. Ils permettent de vérifier votre état de santé avant la greffe. Vous pourrez manger après les avoir passés.

## Comment puis-je rester en bonne santé durant l'attente ?

Il est conseillé de :

- Prendre les médicaments pour vos autres problèmes de santé comme ils vous ont été prescrits.
- Cesser votre consommation d'alcool et de drogue afin de ne pas abîmer davantage votre foie.
- Arrêter de fumer pour améliorer la guérison après la greffe. Certains programmes peuvent vous aider, comme le « Défi J'arrête, j'y gagne ».
- Marcher et faire le plus d'activités physiques possible en respectant votre rythme et vos limites. Vos muscles conservent ainsi leur tonus. Faire des activités physiques d'une intensité modérée à vigoureuse au moins 3 à 5 fois par semaine améliore la qualité de vie après une greffe.

- Adopter une alimentation saine et riche en protéines, sauf avis contraire de votre nutritionniste. Cela permet de prévenir la perte de muscles (fonte musculaire). Voir la fiche santé [Alimentation riche en protéines](#). Il faut ajouter le moins possible de sel à vos aliments, afin de réduire votre apport en sodium. Évitez de saler à table et lors de la cuisson. Évitez aussi les aliments transformés trop salés. Suivez les conseils de la nutritionniste. Cela vous aidera à diminuer l'accumulation de liquide dans l'abdomen (ascite) ou dans des tissus de votre jambe (œdème).



## Comment puis-je gérer mon stress ?

L'attente d'une greffe peut causer beaucoup de stress, tant pour vous que pour votre famille.

Plusieurs trucs peuvent vous aider à gérer le stress. Voir les techniques de la fiche santé [La relaxation pour mieux gérer le stress](#). Vous pouvez aussi vous servir de trucs qui vous ont aidé par le passé.

Acceptez l'aide de vos proches. Par exemple, permettez-leur de vous préparer un repas, de faire pour vous des commissions, etc.

Si vous êtes toujours inquiet, ne dormez plus ou ne mangez plus, parlez-en à votre infirmière en pré-greffe. Votre équipe de soins a besoin de savoir comment vous vous sentez durant cette attente. S'il y a lieu, on vous orientera vers un traitement ou du soutien.



Vous pouvez rencontrer un patient partenaire qui a eu une greffe de foie. En vous écoutant et en vous racontant ce qu'il a vécu, celui-ci pourrait vous apporter un soutien précieux. Demandez à votre équipe de soins d'organiser une rencontre avec l'un d'eux.

## À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou poser des questions ?

Appelez votre infirmière de suivi, du lundi au vendredi, entre 8 h et 16 h.

Pour toute question liée à un souci de santé hors de ces heures d'ouverture, vous pouvez appeler une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM.

> **514 890-8086**

Ce service est offert 7 jours sur 7, 24 heures sur 24. Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.

Si vous avez des enjeux psychologiques ou sociaux, votre infirmière de suivi peut évaluer vos besoins et vous orienter vers la bonne ressource.

Contactez votre CLSC pour connaître les services dans votre région si vous avez des besoins :

- financiers
- de transport pour vous déplacer à vos rendez-vous ou vous rendre à l'hôpital après l'appel pour la greffe



*Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.*



## RESSOURCES UTILES

Transplant Québec :  
> [transplantquebec.ca](http://transplantquebec.ca)

Maison des greffés : elle peut offrir un hébergement à vos proches si vous avez une lettre confirmant votre séjour à l'hôpital pour une greffe. Vous pourrez obtenir cette lettre de votre équipe de soins.  
> [maisondesgreffes.com](http://maisondesgreffes.com)

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site [chumontreal.qc.ca/fiches-sante](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)



## Questions




## Personnes-ressources et contacts


Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal  
[chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)