

ELEGIR EL CAMINO CORRECTO

Mi experiencia con la hemodiálisis domiciliaria



Por Amber Gardner,
embajadora de pacientes de DPC

Cuando me diagnosticaron insuficiencia renal en 2023, fue un shock. Había ido al médico por hipertensión, pero pronto supe que mis riñones estaban fallando. De repente, me enfrenté a decisiones que afectarían todos los aspectos de mi vida: qué tratamiento elegir, cómo adaptar mi rutina y qué significaba este diagnóstico para mi futuro.

Con experiencia en periodismo, la investigación siempre ha sido algo natural para mí. Pasé horas aprendiendo sobre diálisis, comparando la hemodiálisis (HD), realizada a través del brazo o un catéter, y la diálisis peritoneal (DP), realizada a través del estómago. Quería comprender cada detalle antes de comprometerme con un tratamiento. Al principio, intenté retrasar la diálisis mientras cambiaba mi dieta y estilo de vida, con la esperanza de frenar la progresión de mi enfermedad. Pero mi cuerpo tenía otros planes, y pronto me encontré de nuevo en el hospital, necesitando tratamiento inmediato.

Poco después, comencé con hemodiálisis en el centro con catéter. La adaptación fue difícil, no solo física sino emocionalmente. Tuve dificultades con el ambiente clínico, la rotación del personal, la falta de constancia y los ocasionales problemas con la capacitación, lo que me impidió sentirme cómoda. Tras experimentar una reacción alérgica durante una de mis sesiones, supe que necesitaba buscar un camino diferente.

Seis meses después, hice la transición a la diálisis en casa. Mi madre se convirtió en mi cuidadora legal, y eso ha marcado la diferencia.

Tener una cara familiar y manos firmes gestionando mis tratamientos ha mantenido mi catéter sano y libre de infecciones. La diálisis en casa me ha devuelto la sensación de control. Puedo gestionar mi horario, crear un ambiente cómodo y concentrarme en mi bienestar sin la tensión emocional de visitas a la clínica.

El camino no ha sido fácil. Poco después de mi diagnóstico, tuve que renunciar a mi trabajo como maestra. Sin protección sindical ni orientación clara sobre adaptaciones laborales, desconocía mis derechos. Mis ingresos bajaron significativamente al pasar de un salario a la prestación por discapacidad, y tuve que aprender a aprovechar al máximo cada dólar. Pero a pesar de todo, he



encontrado maneras de mantener mi calidad de vida, viajando cuando puedo y disfrutando de las pequeñas cosas.

Ahora estoy buscando un trasplante de donante vivo para evitar la larga espera. He aprendido que estar informado y ser proactivo puede marcar la diferencia. Mi consejo para cualquier persona recién diagnosticada es simple: defienda su propia causa. Revise su historial médico, haga preguntas y no dude en investigar todas las opciones disponibles. Conozca sus derechos legales en el trabajo y explore los programas financieros que pueden ayudarle a mantenerse a flote.

La insuficiencia renal te cambia la vida, pero no tiene por qué dominarla. Con el apoyo, la información y la determinación adecuados, puedes encontrar un tratamiento que te funcione. Para mí, eso significó hemodiálisis en casa y la posibilidad de vivir con más paz, confianza y esperanza para el futuro.

