

Plan de acción para el lupus

Vivir con lupus eritematoso sistémico (lupus) puede ser un desafío. Los síntomas pueden aparecer y desaparecer con el tiempo. Su gravedad puede variar. Pueden ocurrir nuevos síntomas a cualquier edad. Los síntomas no son iguales en todas las personas que padecen lupus.

Ayude a manejar su lupus decidiendo qué categoría de síntomas describe mejor la forma en que se siente ahora. Luego, coloque una marca junto a cualquier síntoma que tenga. Marque las acciones que planea tomar en relación con la categoría de sus síntomas.

CATEGORÍA DE SÍNTOMAS	ACCIONES
<p><input type="checkbox"/> Sin síntomas: Usted no tiene síntomas y puede realizar la mayoría de sus actividades cotidianas.</p>	<p><input type="checkbox"/> Tome los medicamentos de acuerdo con las indicaciones de su proveedor de atención médica.</p> <p><input type="checkbox"/> Acuda a las consultas de revisión programadas con su proveedor.</p> <p><input type="checkbox"/> Hable con su proveedor sobre cómo el lupus puede afectar su cuerpo. Consulte sobre las cosas que puede hacer para mantenerse tan sano como sea posible.</p> <p><input type="checkbox"/> Trabaje con su proveedor para crear un plan de control del lupus.</p> <p><input type="checkbox"/> Hable con su proveedor si comienza a tener síntomas o si comienza a empeorar su lupus. Su proveedor puede sugerir cambios que puede realizar en su plan de control.</p> <p><input type="checkbox"/> _____</p>
<p><input type="checkbox"/> Síntomas de leves a moderados: Cuando tiene síntomas, estos pueden incluir:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Dolor en las articulaciones<input type="checkbox"/> Inflamación de las articulaciones<input type="checkbox"/> Fiebre sin causa conocida<input type="checkbox"/> Sensación de cansancio/fatiga<input type="checkbox"/> Erupción cutánea<input type="checkbox"/> Dolor muscular<input type="checkbox"/> Pérdida del cabello<input type="checkbox"/> Úlceras (ampollas) en la boca	<p><input type="checkbox"/> Tome los medicamentos de acuerdo con las indicaciones del proveedor.</p> <p><input type="checkbox"/> Acuda a las consultas de revisión programadas con su proveedor.</p> <p><input type="checkbox"/> Hable con su proveedor acerca de cómo manejar sus síntomas. Usted y su proveedor pueden trabajar juntos para crear un plan de control para el lupus.</p> <p><input type="checkbox"/> Comuníquese con su proveedor si sus síntomas empeoran o aparecen nuevos síntomas. Él o ella lo ayudarán a decidir si necesita cambiar su plan de control.</p> <p><input type="checkbox"/> _____</p>
<p><input type="checkbox"/> Síntomas graves: Sus síntomas pueden empeorar. Cuando tiene síntomas graves, estos pueden incluir:</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Dolor abdominal intenso<input type="checkbox"/> Dolor en el pecho o problemas para respirar<input type="checkbox"/> Convulsiones<input type="checkbox"/> Hematomas o hemorragias en exceso<input type="checkbox"/> Cambio de humor<input type="checkbox"/> Confusión, pérdida de memoria, desorientación<input type="checkbox"/> Dolor de cabeza fuerte, rigidez del cuello, fiebre<input type="checkbox"/> Accidente cerebrovascular <p><input type="checkbox"/> _____</p>	<p><input type="checkbox"/> Llame a su proveedor de inmediato.</p> <p>Proveedor/número de teléfono: _____</p> <p>Número de emergencia: _____</p>

Utilice este plan de acción para ayudarlo a manejar el lupus. Informe a su proveedor de atención médica si tiene algún síntoma nuevo o si sus síntomas cambian.

