



Dowiedz się, czym jest życie z niedokrwistością sierpowatokrwiową

Bądź orędownikiem własnego zdrowia!

Korzystaj ze świadczeń Medicaid, aby zachować zdrowie.

Te świadczenia Medicaid mogą Ci pomóc zapobiec problemom

- **Wizyty lekarskie** umożliwiające omówienie z lekarzem swojego samopoczucia.
- **Leki, w tym hydroksymocznik**, które mogą pomóc w utrzymaniu dobrego samopoczucia i zwalczaniu bólu.
- **Szczepionki** pomagające w zapobieganiu infekcjom.
- **Testy medyczne** pozwalające monitorować stan zdrowia i sprawdzać, jak pracują Twoje narządy.
- **Usługi zarządzania opieką** w ramach programu Health Home, które mogą pomóc w zorganizowaniu potrzebnych Ci usług i opieki medycznej.



Jeśli masz pytania dotyczące korzystania z zasiłków, zadzwoń pod numer telefonu podany na ze świadczeń karcie Medicaid.

Aby dowiedzieć się więcej o niedokrwistości sierpowatokrwiowej, odwiedź stronę:

www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell

Zrozumieć niedokrwistość sierpowatokrwiową

Czy wiesz, że...?

- Niedokrwistość sierpowatokrwiowa atakuje czerwone krwinki. Zmienia ich kształt. Zamiast okrągłej formy, przybierają kształt przypominający bardziej literę „C”.
- Niedokrwistość sierpowatokrwiowa powoduje przedwczesne obumieranie czerwonych krwinek. Kiedy tak się dzieje, nie ma wystarczającej liczby komórek do transportowania tlenu w organizmie. Ten stan nazywany jest anemią.
- Niedokrwistość sierpowatokrwiowa sprawia, że czerwone krwinki sklejają się ze sobą i blokują przepływ krwi w naczyniach krwionośnych. Może to powodować ból, zakrzepy krwi i problemy z narządami, w tym z sercem, płucami i nerkami.^{1,2}
- Niedokrwistość sierpowata sprzyja też infekcjom.³
- Ludzie cierpiący na niedokrwistość sierpowatokrwiową rodzą się z nią. Szacuje się, że na tę chorobę cierpi 100 000 Amerykanów.⁴
- Osoba cierpiąca na chorobę sierpowatokrwiową może żyć długo i w pełni sił.

Jak zachować dobre samopoczucie

Co możesz zrobić?



Planuj i odbywaj regularne wizyty u swojego lekarza.



Twój lekarz może przepisać lek zwany **hydroksymocznik**, aby pomóc kontrolować chorobę i zapobiegać kryzysom wywołanym bólem. Stosuj się do zaleceń lekarza dotyczących przyjmowania leku. Zażywaj lek, nawet jeśli czujesz się dobrze.



Porozmawiaj z lekarzem na temat aktualizacji szczepionek, zwłaszcza szczepionki zapobiegającej zapaleniu płuc.



Myj ręce wodą z mydłem kilka razy dziennie.



Zdrowo się odżywiaj.



Pij dużo wody.

Staraj się unikać:

- robienia rzeczy, które mogą wywołać uczucie nadmiernego gorąca lub nadmiernego zimna;
- przebywania na dużych wysokościach (np. lotów samolotem lub odwiedzania niektórych miast);
- bardzo intensywnych ćwiczeń.

Dowiedz się, kiedy skorzystać z pomocy medycznej

Postępuj zgodnie z instrukcjami zawartymi w przewodniku postępowania w nagłych wypadkach związanych z niedokrwistością sierpowatokrwiową zamieszczonymi na stronie: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/healthyliving-emerg-guide.html>

¹: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/betterhealthtoolkit/caring-for-common-complications.html>

²: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/treatments.html>

³: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/treatments.html>

⁴: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/data.html>