CÓMO TOMAR EL CONTROL DE SU TUBERCULOSIS

Qué esperar y cómo mantenerse saludable

CÓMO TRATAR SU

TUBERCULOSIS

Si usted es uno de los muchos neoyorquinos

con tuberculosis, es importante que encuentre tratamiento y apoyo. La tuberculosis es una enfermedad grave, pero se puede curar con el tratamiento correcto. Cuanto más pronto comience, mejor se sentirá.

Exención de responsabilidad: Todas las fotografías usadas son únicamente para fines ilustrativos. Todas las personas retratadas son modelos.

LAS DOS ETAPAS DE LA TUBERCULOSIS

Obtener un resultado positivo en la prueba de tuberculosis significa que tiene gérmenes de tuberculosis en su cuerpo. Su médico puede hacerle más pruebas para ver si tiene tuberculosis latente o activa.

Infección de tuberculosis latente También llamada "infección de tuberculosis" o "tuberculosis latente"	**Enfermedad de tuberculosis activa** También llamada "tuberculosis activa" o "enfermedad de tuberculosis"
No se siente enfermo/a	Se siente enfermo/a
El resultado de la prueba de tuberculosis normalmente es positivo	El resultado de la prueba de tuberculosis normalmente es positivo
No puede contagiar a otras personas	Puede contagiar a otras personas

Si tiene **tuberculosis latente**, los gérmenes de la tuberculosis están "durmiendo" en su cuerpo.

Si tiene **tuberculosis activa**, los gérmenes de la tuberculosis se están multiplicando. Por lo general, la tuberculosis activa afecta los pulmones, pero también puede afectar otras partes del cuerpo.

Cuando una persona con tuberculosis activa tose, habla o estornuda, los gérmenes se propagan a través del aire. Las personas que inhalen los gérmenes pueden enfermarse.

Signos de tuberculosis activa:

- Tos durante tres semanas o más, o toser con sangre
- Sensación de cansancio y debilidad
- Pérdida de apetito y pérdida de peso
- Fiebre o sudoración nocturna

PREVENGA LA

TUBERCULOSIS ACTIVA

La tuberculosis latente se puede convertir en tuberculosis activa si no se trata. Incluso si no se siente enfermo/a, es importante que tome sus medicamentos para evitar que los gérmenes de la tuberculosis "despierten" y se conviertan en tuberculosis activa.

La tuberculosis activa puede enfermarle gravemente. Tomar los medicamentos puede ayudarle a sentirse mejor y a evitar que transmita los gérmenes a sus amigos y familiares. Cuanto más pronto comience a tomar los medicamentos, más pronto podrá volver a la escuela o al trabajo.

"Hace algunos años, obtuve un resultado positivo en la prueba cutánea de la tuberculosis y mi médico me dijo que tenía tuberculosis latente. No tomé los medicamentos que me indicó, pues me sentía bien. El mes pasado empecé a sentirme muy enferma, tenía tos y fiebre. Resulta que ahora tengo tuberculosis activa. Debo tomar muchos medicamentos y probablemente haya contagiado a otras personas. Si hubiera tomado los medicamentos para la tuberculosis latente, esto no habría sucedido."

- Anila, 28, Queens

APROVECHE

SU TRATAMIENTO

Algunas enfermedades y medicamentos pueden debilitar su sistema inmunitario y aumentar las probabilidades de que la tuberculosis latente se convierta en tuberculosis activa.

Antes de recibir su tratamiento para la tuberculosis activa o latente y mientras lo recibe, indíquele a su médico si:

- Toma otros medicamentos.
- Tiene VIH/sida, diabetes o algún otro problema de salud.
- Está o podría quedar embarazada pronto.
- Está amamantando.

Tome todos los medicamentos como se los recetó su médico. Incluso si ahora se siente bien o si comienza a sentirse mejor, podría empezar a sentirse peor si deja de tomar sus medicamentos.

- **Omitir o dejar de tomar las dosis puede hacer que la tuberculosis se vuelva resistente a medicamentos, lo que significa que estos ya no podrán matar las bacterias en el cuerpo. La tuberculosis resistente a medicamentos es difícil de tratar y la curación puede tomar hasta dos años.**
  - o Si deja de tomar solo una dosis, continúe tomando su medicamento como se le recetó.
  - o Si deja de tomar más de una dosis, hable con su médico de inmediato.
- **Cuídese mucho durante el tratamiento.**
  - o No beba alcohol. Consumir alcohol mientras está tomando medicamentos para la tuberculosis puede dañarle el hígado.
  - o Deje de fumar. Para obtener ayuda, llame al 311 o 1-866-697-8487, o visite nyc.gov/health y busque "NYC Quits" (NYC Deje de Fumar).

RECUERDE

TOMAR SUS MEDICAMENTOS

Estos consejos pueden ser útiles:

- Tome sus medicamentos como lo indicó su médico.
- Mantenga todos sus medicamentos en el mismo lugar.
- Marque en un calendario los días que toma su medicamento.
- Coloque un aviso de recordatorio para sí mismo en algún lugar de su casa, como en la cocina.
- Active una alarma en su teléfono o reloj.
- Pídale a familiares o amigos que le recuerden que debe tomar sus medicamentos.
- Hable con su proveedor de atención médica acerca de la terapia de observación directa (DOT, por sus siglas en inglés), un servicio gratuito que puede ayudarle a mantener su tratamiento bajo control. Consulte la página 14 para más información.

COMPRENDA

LOS POSIBLES EFECTOS SECUNDARIOS DEL TRATAMIENTO PARA LA TUBERCULOSIS

La mayoría de las personas que toman medicamentos para la tuberculosis no tiene ningún problema, mientras que otras experimentan efectos secundarios.

Si tiene alguno de estos efectos secundarios, deje de tomar sus medicamentos y llame de inmediato a su médico:

- Náuseas, vómitos y falta de apetito
- Dolor abdominal
- Visión borrosa o cambio en la visión
- Piel u ojos amarillentos
- Erupciones en la piel o picazón
- Hormigueo en los dedos de las manos o de los pies
- Dolor en las articulaciones
- Orina oscura o café
- Fiebre que dura tres días o más

HABLE

CON SU
COORDINADOR DE CASO

Si tiene tuberculosis activa, un coordinador de casos del Departamento de Salud le ayudará mientras esté bajo tratamiento. Este servicio es gratuito.

Al toser o estornudar podría haber transmitido los gérmenes de la tuberculosis a otras personas, incluidos sus familiares y amigos. El coordinador de casos puede ayudarlos para que se hagan una prueba de detección de la tuberculosis.

El coordinador de casos le hablará acerca de:

- Sus síntomas
- Los lugares que visitó
- Las personas a su alrededor

"La coordinadora de casos me pidió los nombres de mis contactos —las personas con quienes pasé mucho tiempo antes de empezar el tratamiento—. Ella dijo que necesitaba llamar o visitar a mis contactos para informarles que tenían que hacerse una prueba de detección de la tuberculosis. Juntos hicimos una lista de las personas a quienes había que llamar. Ella me prometió que mantendría mi identidad en privado."

- Carlos, 42, Brooklyn

RECURSOS

Terapia de observación directa (DOT, por sus siglas en inglés): Cuando sea hora de tomar sus medicamentos, el personal del Departamento de Salud se reunirá con usted en su trabajo, en casa, por teleconferencia o en una de las clínicas de tuberculosis del Departamento de Salud. Ellos podrán responder a sus preguntas y mantener su tratamiento bajo control. Hable con su médico para obtener más información acerca de la DOT, incluso sobre cómo inscribirse.

Para obtener más información:

- Visite nyc.gov/health/tb.
- Llame al 311 y pregunte acerca de la tuberculosis.
- Visite cdc.gov/tb/esp.

LOS CENTROS DEL TÓRAX DEL DEPARTAMENTO DE SALUD DE LA CIUDAD DE NUEVA YORK:

- **Ofrecen servicios gratuitos en su idioma.**
- **No requieren de seguro médico.**
- **No hacen preguntas sobre su estado migratorio.**

1 **Centro del Tórax de Washington Heights**
600 W. 168th St.,
tercer piso
New York, NY 10032

2 **Centro del Tórax de Morrisania**
1309 Fulton Ave.,
primer piso
Bronx, NY 10456

3 **Centro del Tórax de Corona**
34-33 Junction Blvd.,
segundo piso
Jackson Heights, NY 11372

4 **Centro del Tórax de Fort Greene**
295 Flatbush Ave. Ext.,
cuarto piso
Brooklyn, NY 11201

Spanish

NYC Health