



Entienda sus medicamentos para el asma

Si tiene asma, una clave para controlarla es entender sus medicamentos. Hay dos tipos principales. Uno controla los síntomas a largo plazo. El otro ofrece un alivio rápido.

Medicamentos de alivio rápido

Si fuma, el primer paso — y el más importante — es dejar de hacerlo. Pídale a los demás que no fumen también a su alrededor. Si tiene problemas para dejarlo, su médico puede ayudarle. Existen programas y medicamentos que pueden ayudarle a terminar con su adicción.

Medicamentos de control a largo plazo

La mayoría de las personas con asma también toman un medicamento todos los días. Pueden ayudar a evitar las crisis. Pueden relajar las vías

respiratorias y controlar la inflamación con el tiempo. Suelen ser píldoras o inhaladores.

Otros medicamentos a largo plazo tienen por objeto modificar la forma en que su organismo responde a los desencadenantes de las alergias. Pueden ser píldoras o inyecciones administradas en el consultorio de su médico.

Conozca sus medicamentos

Para aprovechar al máximo sus medicamentos, debe tomarlos según lo indique su médico. Su plan de acción para el asma puede indicarle cuándo y cómo tomarlos para que siga respirando bien.

Fuentes: American Lung Association (www.lung.org); National Heart, Lung, and Blood Institute (www.nhlbi.nih.gov)

Cuidadores: Busque la ayuda que merece

¿Necesita apoyo? Pregunte al administrador de atención de su ser querido sobre los servicios que pueden haber para usted.

4 maneras de asumir el control

Si tiene una afección crónica, vaya paso a paso:

1. Aprenda todo lo que pueda sobre la enfermedad.
2. Trabaje con su médico en un plan de atención.
3. Tome sus medicamentos.
4. Trate de tener hábitos saludables.

Fuente: National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK.NIH.gov)

Los servicios contratados están financiados por un contrato con el Estado de Arizona. Este boletín contiene información general sobre la salud que no debe reemplazar el asesoramiento o la atención que recibe de su proveedor. Siempre consulte a su proveedor sobre sus necesidades de atención médica personales.

Si ya no desea recibir este correo, llame a Servicios a Miembros y pregunte por el Departamento de Manejo de la Atención.

Mercy Care es administrado por Aetna Medicaid Administrators, LLC, una empresa de Aetna.

Comuníquese con nosotros

Mercy Care, 4500 E. Cotton Center Blvd., Phoenix, AZ 85040

Servicios a Miembros: 602-263-3000 o

1-800-624-3879 (TTY: 711)

De lunes a viernes, de 7 AM a 6 PM

Línea de enfermeros de 24 horas: 602-263-3000 o

1-800-624-3879

www.MercyCareAZ.org