

Crisis de Anemia Falciforme

(Sickle Cell Crisis)



IH-I-72S
W.D. 5/05
Pág 1 de 1

U.T. Southwestern Comprehensive Sickle Cell Program
1935 Motor Street, Dallas Texas 75235-7794. Phone: 214-456-8060

Qué es la crisis de anemia falciforme?

Esta crisis ocurre cuando algunos glóbulos rojos tienen una forma incorrecta (no son redondos) se atorán en los vasos sanguíneos pequeños. Esto bloquea el flujo de sangre a través de estos vasos sanguíneos.

Cómo me sentiré durante esta crisis?

Como se sienta usted dependerá de donde se atore el flujo sanguíneo. Si tiene algunas de estas señas vaya a la sala de emergencia **inmediatamente**:

- mucho dolor
- un fuerte dolor de cabeza
- fiebre sobre 101° Fahrenheit (38.3° Celsius).
- dificultad para respirar
- dolor en el pecho
- se siente débil y muy cansado
- tiene vómito
- tiene diarrea (excremento suelto, líquido)



Cómo puedo librarme de esta crisis de anemia falciforme?

He aquí algunos consejos para evitar esta crisis:

- Todos los días **tome mínimo 8** vasos de líquido como agua o jugo.
- **No** tome cerveza, vino u otros licores.
- Tome las medicinas como le ha indicado su proveedor de salud.
- Mantenga todas las citas para ver a su proveedor de salud con la frecuencia que ellos quieran verle.
- Busque maneras de no estresarse demasiado. Hablar con la familia, amigos, líderes religiosos y consejeros puede ayudarle también. Las mascotas, cines cómicos, libros, pasatiempos y oración también le pueden ayudar.
- Dormir **8 horas todas las noches**.
- Vestirse con ropa calentita durante los días fríos.
- **No** vaya a lugares altos en las montañas. Mientras más suba hay menos aire. Su cuerpo no recibirá todo el oxígeno que necesita.
- Si usted se corta o se raspa, mantenga la herida limpia. Cúbrala con una curita.
- Haga ejercicio de acuerdo a las indicaciones del proveedor de salud. **No** haga tanto ejercicio ni por tanto tiempo que se pone a sudar.

