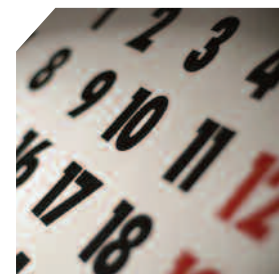


HealthyActions

Achieving Your Goals for Healthy Living



Vencer la hepatitis C: Qué esperar cuando tomo mis medicamentos

Es muy importante que tome sus píldoras y se inyecte de la forma en que su médico se lo indica. Si no omite dosis es más probable que su organismo elimine el virus de la hepatitis C.⁴ Encuentre formas que le recuerden tomarse los medicamentos contra la hepatitis C.

El objetivo principal del tratamiento para la hepatitis C es eliminar el virus de su organismo.¹ Generalmente, esto se hace mediante el tratamiento con interferón y ribavirina.² El tratamiento dura de seis meses a un año.³ Durante el tratamiento usted se autoadministra inyecciones. También toma píldoras. Ve a su médico o a otro miembro de su equipo de atención médica con frecuencia. El médico examina su sangre para saber cómo reacciona su organismo al tratamiento.

Debe tomar los medicamentos contra la hepatitis C en un programa regular, ya que funcionan mejor de esta manera.³ La mayoría de los pacientes se autoadministra una inyección de interferón una vez a la semana. Escoja un día y una hora para inyectarse y siga este programa.³ Es muy probable que también tome píldoras de ribavirina. Las cajas para píldoras que se compran en la farmacia pueden ayudar a que recuerde tomarlas. También es recomendable que use un calendario para llevar un registro de las inyecciones y píldoras.

Sobrellevar los efectos secundarios

Los medicamentos usados para tratar la hepatitis C tienen efectos secundarios. Un efecto secundario es cuando un medicamento le provoca un problema como dolor de estómago o sarpullido. Los efectos secundarios de los medicamentos contra la hepatitis C pueden ser importantes.¹ Entre éstos se encuentran:¹

- Fiebre y dolores corporales.
- Sentirse muy cansado.
- Depresión.

Con frecuencia, los efectos secundarios son peores durante las primeras semanas de tratamiento.¹ Hable con su médico sobre los efectos secundarios *apenas comiencen*. Su médico puede ayudarle a controlar los efectos secundarios antes de que sea demasiado difícil.⁵



Vencer la hepatitis C: Qué esperar cuando tomo mis medicamentos

¿Por qué es tan importante tener una respuesta virológica temprana? Los pacientes que no tienen una respuesta virológica temprana tienen pocas probabilidades de tener una respuesta virológica prolongada.⁶ Esto significa que no se detecta virus en su sangre seis meses luego de haber interrumpido el tratamiento, lo que probablemente significa que el virus ha desaparecido para siempre.⁷

Consejos para sobrellevar los efectos secundarios

- Asista a todas su citas con el médico.⁵
- Infórmele a su médico sobre todos los medicamentos y suplementos que toma.
- Realícese los análisis de laboratorio a tiempo. De esta forma, su médico podría evitar problemas.
- Muchos pacientes se sienten mejor si se inyectan antes de la hora de dormir la noche antes de que comience su fin de semana (viernes en la noche para la mayoría de las personas).³
- Todos los días, beba de 8 a 10 vasos de agua y otros líquidos (nada de alcohol).³ (De acuerdo a su peso, su médico puede aconsejarle beber más). Limite la cantidad de cafeína que bebe.
- Consuma comidas pequeñas y saludables durante el día. Evite los alimentos grasosos o muy condimentados.²
- Duerma lo suficiente. Tome siestas si lo necesita. Planifique con anticipación de modo que pueda descansar durante sus días “de tristeza”.²

Por qué es tan importante no omitir los medicamentos

Tomar sus medicamentos contra la hepatitis C de la forma en que su médico se lo indica puede significar que el tratamiento funcionará mejor. Los estudios muestran que tomar las dosis correctas y no omitir ninguna durante las primeras 12 semanas de tratamiento es muy importante.⁴ Seguir un estricto programa de tratamiento durante las primeras 12 semanas significa que existe una mayor probabilidad de que tendrá lo que se denomina una “respuesta virológica temprana”,⁴ que es cuando se analiza su sangre en la semana 12 y:⁶

- no se puede detectar el virus de la hepatitis C, O
- el nivel del virus es muy bajo.

Referencias

1. familydoctor.org. Hepatitis C [Hepatitis C (Solamente disponible en inglés)]. <http://familydoctor.org/online/famcen/home/common/infections/hepatitis/071.html>
2. Colorado Department of Public Health and Environment [Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de Colorado]. Living with Hepatitis C [Vivir con hepatitis C (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.cdph.state.co.us/dc/Hepatitis/hepc/WebBooklet.pdf>
3. Be In Charge/Schering. What to Expect [Lo que debe esperar (Solamente disponible en inglés)]. http://www.beincharge.com/bic/application?namespace=main&origi n=nav_left.jsp&event=content_display&event_input=what_to_expect&category=considering
4. HCV Advocate. Hepatitis C: Current Standards of Care and Future Perspectives [Hepatitis C: Estándares de atención actuales y perspectivas futuras (Solamente disponible en inglés)]. http://www.hcvadvocate.org/hcsp/articles/current_standards_2006.html
5. Hepatitis C Support Project [Proyecto de apoyo contra la hepatitis C]. HCV Treatment: Adherence to HCV Therapy [Tratamiento del VHC: Adherencia al tratamiento del VHC. (Solamente disponible en inglés)]. http://www.hcvadvocate.org/hepatitis%5Cfactsheets_pdf/Adherence.pdf
6. i-Base. Hepatitis C Treatment: Evaluating Response [Tratamiento de la hepatitis C: Evaluación de la respuesta (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.i-base.info/guides/hepc/evaluate.html>
7. National Hepatitis C Program [Programa Nacional contra la Hepatitis C]. Treatment Decisions [Decisiones de tratamiento (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.hepatitis.va.gov/vahcp?page=treat-print&pp=pf>