

Virus de inmunodeficiencia humana/síndrome de inmunodeficiencia adquirida

Amerigroup Washington, Inc. cuenta con un programa de administración de casos para el VIH / SIDA. Este programa le ayudará a entender y manejar mejor el VIH/SIDA. Podemos ayudarle a establecer metas de salud y crear un plan de atención que se adapte a su estilo de vida. Usted no se tiene que inscribir en el programa. Como miembro de Amerigroup ya está inscrito.

Si tiene VIH/SIDA

El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) es un virus que ataca el sistema inmunitario. Con este virus es muy difícil que el cuerpo combata las infecciones y las enfermedades. El VIH es el mismo virus causante del síndrome de insuficiencia adquirida (SIDA), el cual aumenta el riesgo de que una persona adquiera ciertos cánceres e infecciones.

Queremos que sepa que usted puede estar en control. Algunas cosas sencillas como tomarse sus medicamentos correctamente, alimentarse sanamente, hacer ejercicio y observar su plan de tratamiento pueden tener un efecto muy positivo.

Algunas cosas sencillas como tomarse sus medicamentos correctamente, alimentarse sanamente, hacer ejercicio y observar su plan de tratamiento pueden tener un efecto muy positivo.

Cosas que debe saber:

- El sistema inmunitario ayuda a combatir las infecciones y las enfermedades.
- Los glóbulos blancos son una parte importante del sistema inmunitario. El VIH mata ciertos glóbulos blancos, llamados células CD4+. Si demasiadas células son aniquiladas, el cuerpo no puede combatir infecciones ni otras enfermedades.
- La infección por el VIH puede avanzar a SIDA. Las personas que tienen SIDA tienen una cantidad reducida de células CD4+. Les pueden dar infecciones que no afectan a las personas sanas.
- Tener el VIH no significa que tenga SIDA. Mucha gente que tiene VIH/SIDA puede continuar viviendo una vida larga y activa.
- Nosotros podemos darle más información para ayudarle a controlar su VIH/SIDA.

Cómo se trata el VIH/SIDA:

- Su doctor le hará análisis para vigilar el VIH y el funcionamiento de su sistema inmunitario.
- Usted y su doctor pueden hablar acerca de sus opciones de tratamiento.

- Tomar sus medicinas exactamente de la manera prescrita puede ayudarle a mantenerse sano. Es importante que no se le pase ninguna dosis.

Cómo tomarse sus medicamentos para el VIH/SIDA:

- Los medicamentos para el VIH/SIDA se llaman antirretrovirales.
- Tomar medicamentos antirretrovirales no es una cura para el VIH, pero pueden ayudar a que se mantenga sano por mucho tiempo.
- Es importante que se tome su medicina a tiempo. Si se le pasa una dosis o la toma tarde, podría no tener tan buen efecto.
- Consulte a su doctor antes de tomar cualquier medicamento nuevo. Eso incluye los medicamentos que se venden sin receta.
- Podemos ayudarle a entender cómo funcionan sus medicamentos.

Lo que puede hacer para mantenerse sano:

- Deje de fumar. Las personas que tienen VIH corren más riesgo de tener un ataque cardíaco o contraer cáncer de los pulmones. Fumar aumenta su riesgo aún más. Contamos con programas y hay medicamentos que pueden ayudarle a dejar de fumar.
- Consuma una dieta sana y balanceada para que su sistema inmunitario esté fuerte.
- Haga ejercicio con regularidad para reducir el estrés y mejorar la calidad de su vida.
- No use drogas ilegales y limite su consumo del alcohol.
- Hable con su doctor sobre otras cosas que puede hacer para mantenerse sano.

Apoyo para ayudarle a controlar el VIH/SIDA:

- Nosotros podemos ayudarle a conversar sobre el VIH/SIDA con su familia o con la persona que lo cuida
- Le podemos ayudar a encontrar programas comunitarios y recursos en su zona.
- Sugerencias para hablar con su doctor y aprovechar al máximo su consulta:
 1. Haga cualquier pregunta que tenga sobre su infección. Puede anotar las preguntas y llevarlas cuando vaya a su consulta.
 2. Observe las indicaciones de su doctor. Plantee toda pregunta o inquietud que tenga a su doctor.
 3. No se olvide de informar a su doctor de todos los medicamentos que está tomando.

Exámenes de detección importantes:

- Depresión
- Otros problemas de salud

- Exámenes de detección preventivos, como los chequeos, las mamografías y los frotis vaginales o Papanicolaou

Para más información útil sobre cómo controlarse el VIH/SIDA:

- [U.S. Department of Health & Human Services \(Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU.\)](#)
- [Centers for Disease Control and Prevention, CDC \(Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades\)](#)
- [Biblioteca Nacional de Medicina de EE.UU.](#)
- [El cuerpo: el recurso más completo sobre el VIH/SIDA \(en inglés\)](#)
- [AIDSInfoNet.org](#)

If the enclosed information is not in your primary language, please call 1-800-600-4441(TDD/TTY only 711). We can translate this at no cost to you.

ENGLISH

Yog cov ntabw ntabwv xov xwm xa tuaj no tsis yog koj hom lus, thov hu xovtooj rau 1-800-600-4441 (TDD/TTY Cov neeg lag ntseg ces siv tus xovtooj no xwb 711) Peb tuajyeem txhais cov ntabw ntabwv no pub dawb rau koj.

HMONG

Afai o lenei faaaliga e le o alu atu i lau gagana masani, faamolemole vala'au mai i le telefoni: 1-800-600-4441 (Na'oto TTD/TTY 711) E mafai ona matou faaliliuina lenei mea e aunoa ma lou totogiina

SAMOAN

Если прилагаемая информация не на вашем родном языке, позвоните, пожалуйста, по телефону 1-800-600-4441 (только TDD/TTY 711). Мы можем перевести вам это бесплатно.

RUSSIAN

Якщо прикладена інформація не на вашій рідній мові, подзвоніть, будь ласка, по телефону 1-800-600-4441 (тільки TDD/TTY 711) Ми можемо зробити для вас цей переклад безкоштовно.

UKRAINIAN

중국어 안내자료가 귀하의 모국어로 준비되어 있지 않으면 1-800-600-4441 (TDD/TTY 711)로 연락하십시오. 무료로 이 번역을 해드릴 수 있습니다.

KOREAN

Dacă informațiile alăturate nu sunt în limba dumneavoastră natală vă rugăm să sunați la 1-800-600-4441 (numai pentru TDD/TTY 711). Vă putem traduce aceasta fără să vă coste nimic.

ROMANIAN

ይህ የምስልክ ለቅጽ መረጃ በቋንቋህ ካልሆነ፣ እባክህን በስልክ ቁጥር 1-800-600-4441 (TDD/TTY ብቻ 711) ይደውሉ ያለ ምንም ወጪ ይህን ልንተረጎምልዎ እንችላለን።

AMHARIC

እዚ ንስደልኩም ዘለና ሓበሬታ ብቋንቋኩም ምስ ዘይከውን ብክብረትኩም ብስልኪ ቁጥር 1-800-600-4441 (TDD/TTY ጥራሕ 711) ደውሉ እዚ ብዘይ ምንም ዋጋ ክንትርጎምልኩም ንክእል ኢና።

TIGRIGNA

Si la información adjunta no está en su idioma primario, llame al 1-800-600-4441 (TDD/TTY solamente: 711). Podemos traducir esto sin costo para usted.

SPANISH

ຖ້າຂໍ້ມູນທີ່ໄດ້ເອົາຄັດຕົວມານາຊອງນີ້ບໍ່ແມ່ນພາສາແມ່ຂອງທ່ານ, ກະລຸນາໂທຫາ 1-800-600-4441 (ສໍາລັບການໂທດ້ວຍ TDD/TTY ແມ່ນ 711) ພວກເຮົາສາມາດແປອັນນີ້ໃຫ້ທ່ານໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າ.

LAOTIAN

Nếu thông tin đính kèm không có ngôn ngữ của quý vị, xin gọi 1-800-600-4441(TDD/TTY dành riêng 711). Chúng tôi có thể dịch nội dung này miễn phí cho bạn.

VIETNAMESE

如果隨附的資料不是您的主要語言，請撥打電話 1-800-600-4441 (TDD/TTY 專線 711) 我們可免費為您翻譯。

CHINESE

បើសិនជាព័ត៌មានដែលបានភ្ជាប់មកនេះ មិនមែនជាភាសាដើមរបស់លោកអ្នកទេ សូមទូរសព្ទទៅកាន់លេខ 1-800-600-4441 (សំរាប់ DTT/TTY សូមទូរសព្ទទៅកាន់លេខ 711) យើងខ្ញុំអាចបកប្រែភាសានេះ ដោយមិនគិតថ្លៃពីលោកអ្នក។

CAMBODIAN

Kung ang nakalakip na impormasyon ay hindi sa inyong pangunahing wika, pakitawagan po ang 1-800-600-4441 (TDD/TTY lamang 711). Maaari namin itong isalin para sa inyo nang walang bayad.

TAGALOG

اگر اطلاعات ضمیمه به زبان شما نیست، با شماره 1-800-600-4441 تماس بگیرید ما می توانیم بدون هزینه این را برای شما ترجمه کنیم. (TDD/TTY شماره 711 فقط با شماره برای)

FARSI