

## Esquizofrenia

Amerigroup Washington Inc. cuenta con un programa de atención médica para la esquizofrenia. Este programa le ayudará a entender y manejar mejor su enfermedad. 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. Usted está inscrito como miembro de Amerigroup.

## Si tiene esquizofrenia

La esquizofrenia es un trastorno del cerebro. Se interpone en el camino de la vida cotidiana. Queremos que sepa que usted puede estar en control.

Si lo desea, mantendremos informado a su doctor. Le divulgaremos su afección y los servicios que le proporcionamos. Su administrador de casos puede ayudarle a aprender cuál es la mejor manera de manejar su esquizofrenia.

### Cosas que debe saber:

- Los doctores no saben las causas de la esquizofrenia.
- Los primeros signos de esta afección pueden aparecer entre los últimos años de la adolescencia y los primeros de los treinta.
- Éstos son algunos de los síntomas que podría tener:
  1. Escuchar o ver cosas que no existen
  2. Pensar que otras personas pueden leerle o controlarle los pensamientos
  3. Creer que otras personas quieren hacerle daño
  4. No saber qué es real y qué no es real
  5. Dificultad para cuidar de sí mismo
- Nosotros podemos darle más información para ayudarle a controlar su esquizofrenia

### ¿Cómo se trata la esquizofrenia?

Existen muchos tratamientos que pueden ayudar a controlar la esquizofrenia y reducir los síntomas. A menudo incluyen medicamentos y algún tipo de terapia para las habilidades cotidianas o terapia psicosocial. Las medicinas pueden mejorar en gran medida la vida de muchas personas con el trastorno. Pueden ayudar a disminuir los síntomas para que pueda:

- Trabajar
- Hacer las cosas de todos los días
- Llevarse mejor con sus familiares y amigos
- Saber lo que es real y lo que no lo es
- Cuidarse mejor.

Los tratamientos psicosociales son otra manera de tratar la esquizofrenia. Para que el tratamiento funcione óptimamente, es importante que primero se estabilice con sus

medicamentos. Estos tratamientos pueden ayudarle a hacer frente a algunos de los síntomas comunes del trastorno.

Los tratamientos psicosociales incluyen:

- **Rehabilitación** – Estos programas se valen de capacitación social y laboral para ayudarle a funcionar mejor. Los programas de rehabilitación también incluyen asesoramiento laboral y administración del dinero. Les enseñan a hablar con la gente, como con un empleador.
- **Educación familiar** – La familia suele participar ampliamente en el apoyo de un familiar que tiene esquizofrenia. Es vital que los miembros de la familia sepan lo más posible acerca del trastorno. Esto les ayuda a observar señales de advertencia para ayudar a prevenir episodios. También pueden ayudarle a tomar sus medicamentos correctamente.
- **Terapia conductual** – El terapeuta puede enseñarle cómo comprobar si lo que está pensando es real o no lo es. Puede aprender a no escuchar las voces internas. También puede aprender aptitudes que le ayudarán a controlar sus actividades cotidianas.
- **Terapia de apoyo** – Una buena relación con un terapeuta o un administrador de caso puede ayudarle a ajustarse a su enfermedad. Pueden ayudarle con el uso debido de la medicina.

#### **Cómo tomarse sus medicamentos para la esquizofrenia:**

- Si está tomando medicamentos para la esquizofrenia, no maneje hasta saber cómo lo hacen sentir.
- Algunos efectos secundarios comunes son: inquietud, aumento de peso, espasmos musculares y cambios en la frecuencia cardíaca. Podría tener otros efectos secundarios.
- No todas las personas responden igual a los mismos medicamentos. Consulte a su doctor antes de tomar cualquier medicamento nuevo. Eso incluye los medicamentos que se venden sin receta médica.
- Consulte a su doctor sobre cualquier inquietud que tenga sobre sus medicamentos. Su doctor puede ayudarle a encontrar los medicamentos que tengan la menor cantidad de efectos secundarios y que sean más eficaces para usted.
- Sus medicamentos sólo funcionan si se toman todos los días de la manera prescrita por el doctor. Es vital que se tome los medicamentos, aunque se sienta mejor. Siga siempre las indicaciones del doctor sobre la cantidad de medicamentos que debe tomar y la frecuencia.
- Consulte a su doctor antes de suspender cualquier medicamento.
- Podemos ayudarle a saber cómo tomarse sus medicamentos debidamente.
- Podemos ayudarle a aprender cómo funcionan sus medicamentos.

### **Cosas que usted puede hacer para ayudar con su tratamiento:**

- No deje de acudir a sus citas con el doctor u otros proveedores de servicios de atención de la salud.
- Tome sus medicamentos de la forma indicada.
- Fijarse objetivos razonables.
- Tener en cuenta que los síntomas mejorarán lentamente, no todos al mismo tiempo.
- Pasar tiempo con otras personas para no estar solo. Tratar de contarle a un amigo o familiar de confianza por lo que está pasando.
- Permita que los demás lo ayuden.

### **Apoyo para ayudarle a controlar la esquizofrenia:**

- Nosotros podemos ayudarle a conversar sobre su esquizofrenia con su familia o con la persona que lo cuida
- Podemos ayudarle a encontrar recursos y programas para grupos
- Sugerencias para hablar con su doctor y aprovechar al máximo su consulta:
  1. Haga cualquier pregunta que tenga sobre su tratamiento. Puede anotarlas y llevarlas a su consulta.
  2. Observe los consejos de su doctor; plantee a su doctor toda pregunta o duda que tenga.

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

### **Si siente que quiere hacerse daño**

¡Pida ayuda inmediatamente! Puede llamar gratis las 24 horas del día a la Línea Nacional para la Prevención de Suicidios (National Suicide Prevention Lifeline) al 1-800-273-8255 o TTY: 1-800-799-4TTY (4889) para hablar con un asesor capacitado. Los amigos o familiares deben tratar al psiquiatra o terapeuta que está tratando a la persona con esquizofrenia o al 911 si él o ella habla sobre el suicidio o intenta suicidarse.

### **Para más información útil sobre cómo controlar su esquizofrenia**

- [The National Institute of Mental Health \(El Instituto Nacional de Salud Mental\)](https://www.nimh.nih.gov/) 1-866-615-6464 (TTY 1-866-415-8051)
- [Mental Health America \(Salud Mental\)](https://www.mentalhealthamerica.net/) 1-800-969-NMHA (6642)
- [schizophrenia.com](https://www.schizophrenia.com/)

- [National Alliance on Mental Illness, NAMI \(Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales\)](#)

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 totogaina

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