

Drépanocytose

Quelques conseils pour mener une vie saine

Vivre avec la drépanocytose

Les personnes atteintes de drépanocytose peuvent vivre pleinement et profiter de la plupart des activités au même titre que les personnes en santé. Les conseils suivants vous aideront, vous ou une autre personne de votre connaissance atteinte de drépanocytose, à vivre le plus sainement possible.

- Chercher un bon centre de santé. La drépanocytose est une maladie complexe. Les soins de santé provenant de médecins et du personnel soignant doivent être de bonne qualité, et l'équipe soignante doit savoir une bonne connaissance sur cette maladie afin d'éviter que de graves complications n'apparaissent. Le meilleur choix consiste à trouver un hématologue (un médecin spécialisé dans les maladies du sang) qui travaille avec une équipe de spécialistes.
- Se faire examiner fréquemment. Des examens médicaux réguliers avec un médecin généraliste peut contribuer à empêcher la survenue de problèmes plus graves.
 - Les nourrissons de moins de 1 an doivent se faire examiner par un médecin tous les 2 à 3 mois.
 - Les enfants entre 1 et 2 ans doivent se faire examiner par un médecin tous les 3 mois.
 - Les enfants et les adultes à partir de 2 ans doivent se faire examiner par un médecin au moins une fois par an.
- Éviter les infections. Les maladies les plus fréquentes, telles que la grippe, peuvent rapidement devenir dangereuses chez les enfants atteints de drépanocytose. La meilleure défense consiste à adopter quelques mesures simples contre les infections.
- Adopter des habitudes saines. Les personnes atteintes de drépanocytose doivent boire 8 à 10 verres d'eau par jour et manger sainement. Elles doivent également essayer de ne pas avoir trop chaud, trop froid, ou d'être trop fatiguées.
 - Les enfants peuvent et doivent participer à des activités sportives pour rester en bonne santé. Toutefois, il est important de ne pas exagérer, de se reposer en cas de fatigue et de boire beaucoup d'eau.
- Se tenir au courant des études cliniques. De nouvelles études de recherche clinique se font en permanence pour trouver de meilleurs traitements dans le but de guérir la drépanocytose. Les personnes qui prennent part à ces recherches médicales peuvent avoir accès à de nouveaux médicaments et traitements.
- Obtenir de l'aide. Trouvez un groupe de soutien aux patients ou une organisation communautaire pouvant vous fournir des informations, de l'aide et du soutien.

Pour plus d'informations, veuillez consulter : www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell