



# 필수 안내 사항: 겸상적혈구병과 함께 살아가기

## 스스로 맞춤형 건강 조언가가 되십시오!

Medicaid 혜택을 통해  
건강한 삶을 유지할 수  
있도록 도움을 받으십시오.

이 Medicaid 혜택은 문제를  
예방하는 데 도움을 드립니다

- **진료 방문**으로 의료 제공자와 몸 상태에 대해 이야기할 수 있습니다.
- **의약품(수산화요소 포함)**으로 잘 지낼 수 있고 통증을 없앨 수 있습니다.
- **백신**으로 감염을 방지할 수 있습니다.
- **의학적 검사**로 건강을 모니터링하고 장기 기능을 확인할 수 있습니다.
- **케어 관리 서비스**를 Health Home 프로그램을 통해 받음으로써 서비스와 필요한 의료를 조정할 수 있습니다.



혜택 이용에  
관해 궁금한 사항은  
Medicaid 카드에  
기재된전화 번호로  
문의하시기 바랍니다.

겸상적혈구병에 대해 자세히  
알아보시려면:

[www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell](http://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell)

## 겸상적혈구병의 이해

### 알고 계셨습니까...?

- 겸상적혈구병은 적혈구에 영향을 미칩니다. 그리고 적혈구의 모양을 바꾸게 됩니다. 정상인 둥근 모양 대신 'C'와 같은 모양으로 변합니다.
- 겸상적혈구병은 적혈구가 빨리 죽도록 만듭니다. 그렇게 되면 체내에 산소를 전달할 적혈구가 충분하지 않게 됩니다. 이러한 상태를 빈혈이라고 합니다.
- 겸상적혈구병은 적혈구가 서로 붙어 혈관 속에 붙게 되는 현상이 나타납니다. 이는 통증, 혈전과 함께 심장, 폐, 신장을 비롯한 장기의 문제도 유발할 수 있습니다.<sup>1,2</sup>
- 겸상적혈구병이 있으면 감염도 쉬워집니다.<sup>3</sup>
- 겸상적혈구병이 있는 사람은 병을 가지고 태어납니다. 100,000명의 미국인이 이 질병을 가진 것으로 추산됩니다.<sup>4</sup>
- 겸상적혈구병을 가진 사람은 행복한 삶을 오래 영위할 수 있습니다.

## 계속 몸 상태를 좋게 유지할 수 있는 방법

### 내가 선택할 수 있는 방법은?



의료 서비스 제공자와 일정을 잡고 정기적으로 진료 방문을 해주십시오.



의료 제공자는 **수산화요소** 라는 의약품을 처방해 질병을 관리하고 통증으로 인한 위기를 통제할 수 있도록 돕습니다. 의료 제공자의 지침에 따라 의약품을 복용하십시오. 몸이 좋은 경우에도 계속 복용해야 합니다.



의료 제공자와 최신 백신 접종, 특히 폐렴을 예방하는 데 도움이 되는 백신에 대해 이야기를 나누십시오.



손을 비누와 물로 하루에 여러 번 씻으십시오.

건강한 식사를 하십시오.



물을 많이 드십시오.



### 피해야 할 행동:

- 너무 덥거나 춥게 만드는 활동.
- 너무 높은 고도에 있는 것(비행기로 비행하거나 특정한 도시 방문).
- 너무 심하게 운동하는 경우.

## 의료적인 도움을 받아야 할 때를 알아두십시오

겸상적혈구병 응급 가이드 지침:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/healthyliving-emer-guide.html>

1: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/betterhealthtoolkit/caring-for-common-complications.html>  
 2: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/treatments.html>  
 3: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/treatments.html>  
 4: <https://www.cdc.gov/ncbddd/sicklecell/data.html>