Vivir con urticaria crónica (CU)
Mi tarjeta de visita de CU

Mis síntomas *(marque todas las opciones que correspondan)*

- ○ Ronchas (sarpullido con picazón)
- ○ Hinchazón (en labios, párpados, manos, pies)
- ○ Ardor o dolor por las ronchas
- ○ No duermo bien
- ○ Los síntomas interfieren con mis actividades diarias
- ○ Siento ansiedad o desánimo
- ○ Síntomas de "alerta", como dificultad para respirar, hinchazón de la garganta o desmayos
- ○ Mis ronchas duran cerca de _____ horas
- ○ Mis síntomas vienen y se van sin una razón clara
- ○ Los episodios de ronchas duran más de 6 semanas

Mis síntomas ocurren

- ○ A diario
- ○ Algunas veces en la semana
- ○ Semanal
- ○ Mensual o con menor frecuencia

He notado que lo siguiente desencadena los síntomas de ronchas *(marque todas las opciones que correspondan)*

- ○ Calor
- ○ Frío
- ○ Presión
- ○ Estrés
- ○ Medicamentos
- ○ Infecciones
- ○ Otro: .....

Su médico también puede preguntar por cuánto tiempo ha tenido cada síntoma, el impacto en su vida diaria (p. ej., escuela, trabajo, relaciones) y sobre cualquier prueba realizada que esté relacionada con estos síntomas.

Medicinas anteriores y actuales que tomo para los síntomas de urticaria

	Nombre del medicamento	Dosis	¿Aún toma este medicamento? S/N
1			
2			
3			

Siento que los medicamentos actuales para las ronchas están funcionando

- ○ Para nada
- ○ Un poco
- ○ Semanal
- ○ Bien
- ○ Efectos secundarios que estoy experimentando: .....

Mis metas actuales

- ○ Menos ronchas
- ○ Mejor sueño
- ○ Menos picazón
- ○ Menos brotes
- ○ Plan claro a largo plazo y comprensión de las opciones de tratamiento
- ○ Mejor capacidad para hacer mis actividades diarias
- ○ Ayuda con mi ansiedad o bajón de ánimo
- ○ Algo más: .....

Preguntas sobre las que deseo conversar

- ☐ **¿Tengo urticaria crónica (CU), y es urticaria crónica espontánea (CSU) u otro tipo de CU?**
- ☐ **¿Cuál es mi plan de tratamiento paso a paso?**
  - ○ ¿Se puede ajustar la dosis del antihistamínico u otro medicamento?
  - ○ ¿Cuándo deberíamos considerar tratamientos avanzados?
  - ○ ¿Cuáles son los beneficios y riesgos de cada opción?
  - ○ ¿Qué tratamientos se encuentran disponibles para otros síntomas (p. ej., ansiedad)?
- ☐ **¿Necesito una derivación a otro médico (un especialista)?**
- ☐ **¿Cómo puedo manejar mejor los brotes?**
- ☐ **¿Hay desencadenantes que debería evitar?**
- ☐ **¿Qué debo hacer si los síntomas se vuelven graves?**
- ☐ **¿Qué considerará usted como "bien controlado" para mí?**
- ☐ **Mis propias preguntas:**

.....

.....

Notas de la visita de hoy

.....

.....

.....

.....