



Directrices sobre la toma de hidrocortisona para prevenir la crisis de Addison

(Esta guía está destinada al uso en pacientes con insuficiencia suprarrenal endógena primaria o secundaria)

Estrés físico leve, por ejemplo:

Actividad deportiva intensiva

Signos leves de enfermedad (por ejemplo, resfriado común) y una temperatura corporal inferior a 38,0 °C

Ajuste de la dosis de hidrocortisona

Puede ser necesario ajustar la dosis de hidrocortisona. Hable de esto con el endocrinólogo que le trata.

No es necesario ajustar la dosis. A menos que sepa por experiencia que necesita hidrocortisona adicional para una recuperación más rápida. En ese caso, tome de 5 a 10 mg de hidrocortisona extra a corto plazo todos los días. Usted puede, si es apropiado, repartir esta dosis adicional durante el día.

Estrés físico moderado, por ejemplo:

Aumento de los signos de enfermedad o temperatura entre 38,0 y 39,0 °C

Vómitos a corto plazo (una o dos veces) causados por la enfermedad o Diarrea a corto plazo causada por la enfermedad

Ajuste de la dosis de hidrocortisona

Tome una dosis extra de 20 mg de hidrocortisona inmediatamente. Duplicar la dosis diaria de hidrocortisona y repartirla por la mañana, mediodía y tarde. Tome al menos 20-10-10 mg de hidrocortisona. Haz esto mientras estés enfermo. ¿La fiebre dura más de 48 horas? En caso afirmativo, póngase en contacto con su médico de cabecera. Por favor, indique que tiene insuficiencia suprarrenal.

Cirugía dental

Tome un extra de 10 mg de hidrocortisona una hora antes de la cirugía.

Estrés físico severo, por ejemplo:

Signos graves de enfermedad o temperatura por encima de 39,0 °C

Ajuste de la dosis de hidrocortisona

Tome una dosis extra de 20 mg de hidrocortisona inmediatamente. Triplicar la dosis diaria de hidrocortisona y repartirla por la mañana, mediodía y tarde. Tome 20 mg de hidrocortisona al menos tres veces al día. Haga esto mientras esté enfermo. ¿La fiebre dura más de 48 horas o se siente gravemente enfermo. En caso afirmativo, póngase en contacto con su médico de cabecera.

Por favor, indique que tiene insuficiencia suprarrenal.

Si tiene dudas, llame a su endocrinólogo.

Accidente que da lugar a lesiones

Tome 20 mg de hidrocortisona.

Si es necesario, llame a su endocrinólogo.

Vómitos sostenidos

Diarrea acuosa sostenida: aproximadamente una o dos veces por hora

Inyecte 100 mg de hidrocortisona (@Actocortina) en un músculo o por vía subcutánea. Si no encuentra, póngase Urbason 20 mg. Entonces llame a su endocrinólogo inmediatamente.

Pérdida de conciencia/inconsciencia

Por favor llame o pida a alguien que llame al número de emergencia regional/nacional. Por favor, indique que tiene insuficiencia suprarrenal. Inyecte 100 mg de hidrocortisona (Actocortina®) o Urbason 20 mg en un músculo o por vía subcutánea.

Estrés mental moderado, por ejemplo:

Miedo a visitar al dentista

Nervios antes de un examen

Entrevista de trabajo

Ajuste de la dosis de hidrocortisona

No es necesario ajustar la dosis. A menos que sepa por experiencia que los síntomas característicos de la insuficiencia suprarrenal ocurren si no aumenta la hidrocortisona. En ese caso, tome un suplemento de 5 mg de hidrocortisona. Evalúe esto con su endocrinólogo habitual.

Estrés mental grave, por ejemplo:

Muerte de un pariente cercano

Funerales

Experiencia traumática

Ajuste de la dosis de hidrocortisona

Tome 20 mg de hidrocortisona. A continuación, aumente la dosis diaria a corto plazo (por ejemplo, duplicando la dosis).

Esto depende del grado de estrés.

Esta guía está destinada a ser utilizada en pacientes con insuficiencia suprarrenal endógena primaria o secundaria.

Se basa en una directriz aprobada por las organizaciones profesionales y de pacientes neerlandesas pertinentes y por el Instituto Nacional de Salud de los Países Bajos. Para la aplicación de esta directriz fuera de los Países Bajos, hay que tener en cuenta que los sistemas de atención sanitaria difieren entre países, por ejemplo, en lo que respecta a los consejos para ponerse en contacto con el médico general o el hospital en caso de fiebre, vómitos, etc.

Taducio per le Dr. Susan Webb, Hospital Sant Pau, Barcelona.