

### Medicina Complementaria y Alternativa

Cuando se nos diagnostica una enfermedad crónica, es comprensible que nos sintamos confundidos. Hay que ver todas las opciones que nos pueden ayudar, inclusive segundas opiniones médicas. Está visto que juntar la medicina complementaria con la medicina alopática puede ser muy benéfico para el paciente. Sin embargo no hay ninguna base científica para apoyar esta teoría.

Para que la enfermedad remita debemos hacer un cambio radical en nuestra vida: dieta, actividades diarias y ciertas rutinas a las que estamos acostumbrados. Un bienestar general requiere de atender nuestras necesidades psicológicas de igual manera que las físicas. Las fuerzas conjuntas de la medicina complementaria y la alopática prometen en algunos casos ser eficaces para ayudar a enfermos a sobrellevar los tratamientos, manejo del dolor, cirugías e inclusive mantener la enfermedad en remisión.

Las personas que usen medicina alternativa deben siempre consultar a su médico previamente antes de tomar cualquier complemento dietético, hierbas y otras formas de tratamiento, desde la manipulación osteopática hasta la medicina china y ayurvédica que puedan interferir con su medicinas y diagnostico correcto.

### Medicamentos

Los medicamentos que se suelen recetar se dividen en cinco categorías:

- **Aminosalicilatos:** los que contienen 5-aminosalicílico (5-ASA), como la mesalazina.
- **Corticoesteroides:** Prednisona y Budesonida.
- **Inmunomoduladores:** Azatioprina y Mercaptopurina.
- **Terapias Biológicas:** Infliximab.
- **Antibióticos:** Metronidazol y Ciproflaxina.

*\* Para mayor información sobre estos medicamentos, dosis y efectos secundarios consulte a su médico.*

### Bibliografía:

www.cdfa.org Crohn's and Colitis Foundation of America

Sklar, Jill , The first Year, Crohn's Disease and Ulcerative Colitis. Da Capo Press 2007

Myss, Caroline, "La medicina de la Energía"

