



TOMAR ESTEROIDE no es seguro para el dolor de garganta. >2

GUIA

salud



Alergias de los ojos >4-5



REGULACIONES más estrictas controlan la salmonella. >6



NUEVAS GUÍAS para la detección precoz del cáncer de la próstata. >8

EL TRATAMIENTO PUEDE CUBRIR UN PROBLEMA GRAVE

Tomar esteroide no es seguro para el dolor de garganta

Existe un riesgo de que los medicamentos puedan esconder algún síntoma de que ocurre algo grave.

HEALTHDAY NEWS

U nos investigadores que buscaban nuevos tratamientos para el dolor de garganta reportan un éxito solo modesto con una sola dosis de

un esteroide.

Las preocupaciones sobre la creciente resistencia bacteriana a los antibióticos han llevado a los científicos a buscar terapias alternativas para el dolor de garganta, un motivo común de las visitas al médico.

Pero dos médicos de EE. UU. dijeron que no se apresurarán a recetar los fármacos basándose en estos resultados.

El tratamiento con esteroides “podrían enmascarar un problema más grave. Eso es realmente importante”,

afirmó el Dr. Robert Centor, profesor de medicina interna en la Universidad de Alabama, en Birmingham.

“La mayoría de dolores de garganta son relativamente sencillos, pero algunos son relativamente peligrosos, y las personas pueden morir o acabar en la UCI”, advirtió Centor, que no participó en el estudio.

“Los esteroides podrían suprimir los síntomas que darían una pista de que ocurre algo malo”.

“Muchos dolores de garganta son virales, y [los pacientes] por lo general tienen tos y no mucha fiebre. Es usual que los pacientes puedan traer alimentos”.



El dolor de garganta es particularmente común en los niños y adultos jóvenes. FOTO: THINKSTOCK.

Los médicos pueden recetar antibióticos para el dolor de garganta, aunque no tienen ningún efecto en las infecciones virales, solo en las bacterianas. Se necesitan alternativas que reduzcan tanto los síntomas de dolor de garganta como el uso de antibióticos, apuntaron los autores.

El nuevo estudio observa a un esteroide, un medicamento diseñado para disminuir las respuestas del sistema inmunario. Los investigadores,

dirigidos por Gail Nicola Hayward, de la Universidad de Oxford, analizaron los efectos de una sola dosis de dexametasona. Otros esteroides similares son la prednisona y la metilprednisolona.

Para aliviar un dolor de garganta Centor recomendó tomar un analgésico, como una aspirina, acetaminofén (Tylenol), ibuprofeno (Advil) o naproxeno (Aleve) si siente suficiente dolor y no quiere aguantarlo”.

¡SI ALGUIEN EN SU FAMILIA NECESITA AYUDA DE SALUD, LLÁMENOS. LE AYUDAREMOS!



CarePeople Home Health & Hospice

(Servicio de cuidado para personas mayores y personas con enfermedades)

OFRECEMOS: Servicio de Cuidados Personales
Servicio de Cuidado del Adulto Mayor durante el Día
Servicio de Enfermeras Altamente Calificadas
Servicio de Hospice
Entrenamiento para Ayudante de Cuidados Personales
(40 horas de entrenamiento intensivo de 5 días cada mes)

TENEMOS PERSONAL PROFESIONAL QUE HABLAN ESPAÑOL

PAGOS: Medicare, Medicaid y muchos planes de seguros cubren las visitas al hogar para cuidados de salud, cuando el médico da la orden. Nosotros trabajaremos con su seguro para revisar sus beneficios.

Si usted está en su casa y necesita ayuda o rehabilitación de una enfermera, Medicare paga el 100% de servicios en el hogar calificados, con orden del médico.

Si es elegible para Medicaid, usted puede ser elegible para servicios de cuidados personales por la unidad de cuidados a largo plazo de Medicaid de VA y MD.

MEDICARE Y MEDICAID CUBRIRÁ EL 100% DE SUS CUIDADOS EN EL HOGAR O SERVICIO DE HOSPICE

*Oficina Principal: 7620 Little River Turnpike, Suite 500, Annandale, VA
Oficina en Maryland: 901 Russell Ave. Suite 150, Gaithersburg, 20879
Servicios las 24 horas 571-297-4747 (VA, MD)



TASTE OF PERU DC

DOMINGO, 4 DE JUNIO, 2017 - 10AM TO 6PM

WWW.TASTEOPPERUDC.COM

Descubra los secretos de la gastronomía peruana
Demostraciones de cocina en vivo y participación de restaurantes peruanos locales.
LA UNIVERSIDAD DEL DISTRITO DE COLUMBIA (DC) DENNARD PLAZA • 4200 CONNECTICUT AVE NW, Washington, DC 20001



Compre sus boletos ahora! [Eventbrite](https://www.eventbrite.com) www.tasteofperudc.com/tickets (202) 340-5917

Existen otras alternativas para tratar el dolor

La codeína y el tramadol causan problemas respiratorios en los niños

Lea la etiqueta para asegurarse de que la medicina no contenga esos medicamentos.

FDA/REDACCIÓN
WASHINGTON HISPANIC

La codeína y el tramadol son medicamentos opiáceos que pueden usarse para tratar el dolor; la codeína también está presente en algunos remedios para la tos y el resfriado.

Estas medicinas pueden causar problemas respiratorios potencialmente mortales para los niños. Algunos menores y adultos metabolizan la codeína y el tramadol a su forma activa más rápido que otros. Eso puede ocasionar que el nivel de opiáceos en estas personas suba demasiado alto y demasiado rápido.

Las madres que están amamantando que toman codeína o tramadol pueden transmitir niveles inseguros de opiáceos a sus bebés a través de la leche materna, tornándose demasiado soñolientos, o presentando problemas respiratorios graves o dificultad para mamar.

Por eso, la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) está reforzando la etiqueta de información farmacológica de la codeína y del tramadol para proteger a los niños y a los lactantes.

La FDA advierte que los niños menores de 12 años de edad no deben tomar productos que

contengan codeína para tratar el dolor o la tos, ni tramadol para el dolor.

La FDA no ha aprobado el uso pediátrico del tramadol. Los niños menores de 18 años de edad no deben tomar tramadol para tratar el dolor después de una cirugía de extirpación de amígdalas (amigdalectomía) o adenoides (adenoidectomía); la etiqueta de la codeína advierte ya que los niños no deben recibir este medicamento para tratar el dolor posquirúrgico en estos casos.

Los jóvenes de entre 12 y 18 años que son obesos, o que tienen apnea obstructiva del sueño (una obstrucción del flujo de aire durante el sueño) o un sistema respiratorio debi-



litado, no deben tomar codeína ni tramadol. Estos factores de riesgo pueden aumentar la probabilidad de que presenten problemas respiratorios graves.

El tramadol está disponible únicamente para adultos y por prescripción médica para tratar el dolor. Los productos a

base de codeína están disponibles a la venta con o, en algunos estados, sin receta médica (a estos últimos también se les conoce como medicamentos OTC, por sus siglas en inglés). Con frecuencia, la codeína se combina con acetaminofén (también llamado paracetamol) en ciertos analgésicos

de prescripción médica, y con otras medicinas para el tratamiento de la tos.

Incluso en los niños mayores que sufren un catarro o resfriado, la tos suele ser leve y desaparecer en unos cuantos días, por lo que quizás no sea necesario que tomen ningún medicamento.

¡GRAN APERTURA!

Centro Médico con Equipo de Última Generación para servir a los residentes de las comunidades de Falls Church, Annandale, Springfield y todo el Norte de Virginia

7306 Maple Place, Annandale, VA 22003
Teléfono (703) 333 5001

Abierto 365 días de 8 a.m. – 10 p.m.



•Podemos ser su doctor primario si necesita uno. / TAMBIÉN HABLAMOS ESPAÑOL

www.progressiveurgentcare.com
www.facebook.com/progressiveurgentcare2016



PROGRESSIVE URGENT & PRIMARY CARE

Centro de Atención de Cuidados Primarios y Emergencias

Equipo de médicos con amplia experiencia en cuidados primarios y de emergencia

Dr. Ngoc Ly ● Dr. Tu-Van Tran ● Dr. Khiem Tran

- Médicos afiliados a la mayoría de seguros, Medicare y Medicaid
- Precios asequibles para pacientes sin seguro médico
- No se requiere cita previa, no tiempo largo de espera
- Brindamos una completa gama de servicios de prevención, cuidados primarios y de emergencia
- Clínica ambulatoria para tratamiento inmediato de heridas menores y enfermedades. Le evitamos costosas visitas a la sala de emergencias
- Tratamientos de hipertensión, diabetes, problemas digestivos, oído, nariz, garganta, articulaciones y dolores de espalda, gota, problemas femeninos, prueba de papanicolaou
- Radiografía y laboratorio en casa **CON RESULTADOS INMEDIATOS**
- Ubicación muy conveniente y con espacioso estacionamiento a espaldas de la clínica





Las personas que sufren de alergias de los ojos también sufren de alergias nasales, las cuales son acompañadas de congestión nasal, comezón en la nariz y estornudos. FOTO: THINKSTOCK

Aunque es una situación pasajera Prevenenga la conjuntivitis alérgicas

Su médico le puede ayudar a determinar qué tratamientos son los mejores para usted.

con las alergias estacionales. Si la exposición es continua, las alergias pueden ser más severas, produciendo ardor y comezón significativos e incluso sensibilidad a la luz.

congestión nasal, comezón en la nariz y estornudos, al igual que dolor de cabeza, comezón o dolor de garganta, o tos.

Síntomas:

- Enrojecimiento de los ojos, hinchazón o comezón
- Ardor o lagrimeo de los ojos
- Sensibilidad a la luz
- Si la alergia ocular es acompañada por una alergia nasal, usted puede experimentar otros síntomas tales como

Causas:

Una alergia existe cuando el sistema inmunológico del cuerpo reacciona a algo que es normalmente inofensivo, llamado alérgeno. Cuando un alérgeno entra en contacto con el ojo, ciertas células del ojo (llamadas mastocitos o células cebadas) liberan histamina y otras sustancias para combatir el alérgeno. Esta reacción hace



Evite frotarse los ojos; esto sólo ayuda a que se irriten más.

FOTO: THINKSTOCK.

que sus ojos se tornen rojos, y que haya comezón y lagrimeo. Muchas alergias oculares son una respuesta del cuerpo a los alérgenos presentes en el aire - en zonas interiores o abiertas - tales como el polvo,

la caspa animal, el moho o el humo.

Algunos de los alérgenos en el aire más comunes son el polen de hierba, de ambrosia, y en general de los árboles, que contribuyen al desarrollo de alergias estacionales.

A veces, los ojos pueden reaccionar a otros alérgenos con respecto a alergias. A veces, los ojos pueden reaccionar a otros alérgenos presentes en algún tipo específico de alimentos o picaduras de insectos.

En algunos casos, las alergias de los ojos pueden ser heredadas de los padres. Se es más propenso a desarrollar alergias si ambos padres las tienen, en lugar de sólo uno.

Diagnóstico:

Para proporcionar el tratamiento adecuado, su oftalmólogo revisará si sus síntomas están relacionados con una infección en los ojos o una conjuntivitis alérgica.

El o ella puede diagnosticar una conjuntivitis alérgica fácilmente mediante un examen de ojos y conociendo su historial médico, incluyendo la historia y antecedentes familiares con respecto a alergias.

Su oftalmólogo le examinará los ojos con un microscopio con lámpara de hendidura para verificar si hay signos de alergias oculares, tales como hinchazón de los vasos sanguíneos en la superficie del ojo. Si sus alergias son graves, o si no está completamente claro que tiene conjuntivitis alérgica, su oftalmólogo puede optar por la prueba para el tipo específico de células blancas de la sangre (llamadas eosinófilos)

que aparecen en las zonas del ojo, donde hay una reacción alérgica a algo. Este examen se hace raspando suavemente una pequeña área de la conjuntiva y la prueba de este tejido para eosinófilos.

La clave para el tratamiento de alergias de los ojos es evitar o limitar el contacto con la sustancia que causa el problema. Pero usted tiene que saber lo que debe evitar. Si es necesario, un alergista puede realizar una prueba cutánea o de sangre para ayudar a identificar alérgenos específicos.

TOME SUS MEDIDAS:

- Si el polvo en la casa le provoca una conjuntivitis alérgica, trate de no exponerse a los ácaros del polvo, sobre todo en su dormitorio.
- Use cobijas especiales para reducir los alérgenos en su cama - especialmente en las almohadas - y así mantener los ácaros del polvo alejados de su piel.
- Lave sus tendidos de cama con frecuencia, usando agua caliente a por lo menos 130 grados F.
- Al limpiar sus pisos, en lugar de utilizar un trapo para el polvo o una escoba, use un trapeador o un trapo húmedo para atrapar los alérgenos.
- Si las mascotas son una fuente de alergias para usted, trate de mantenerlas fuera de la casa en cuanto sea posible. Es especialmente importante no permitir a un animal doméstico en su dormitorio, de modo que usted pueda dormir en una habitación libre de alérgenos.
- Considere la posibilidad de instalar pisos de madera o baldosin en lugar de alfombra, la cual atrapa la caspa dejada por sus mascotas.
- Lávese siempre las manos después de tocar a un animal doméstico, y lave la ropa que ha sido expuesta a los animales.
- Por último, siempre evite frotarse los ojos; esto sólo ayuda a que se irriten más.

Evite los alérgenos

No utilice ventiladores de ventana, ya que éstos pueden traer polen y otros alérgenos hacia áreas interiores. Mantenga sus unidades de aire acondicionado limpias para evitar ciclos de alérgenos en áreas interiores.

Si el moho le causa alergias, recuerde que la humedad alta puede causar el crecimiento de moho. Trate de mantener el nivel de humedad en su casa entre un 30 y un 50 por ciento. Limpie las áreas de alta humedad como sótanos, baños y cocinas con frecuencia, y considere el uso de un deshumidificador en lugares particularmente húmedos (como un sótano).

Para ayudar a minimizar la exposición al polen y otros agentes irritantes mientras está en áreas interiores, mantenga las ventanas cerradas y use aire acondicionado, tanto en su coche como en el hogar.

AAAAI/REDACCIÓN WASHINGTON HISPANIC

Las alergias de los ojos, llamadas conjuntivitis alérgicas, son una condición común que ocurre cuando los ojos reaccionan a algo que les

irrita (alérgeno). Los ojos producen una sustancia llamada histamina para combatir el alérgeno. Como resultado, los párpados y la conjuntiva - la membrana delgada que recubre el interior de los párpados y la parte blanca del ojo (esclerótica) - se tornan roji-

zos e hinchados, y producen comezón, lagrimeo y ardor. A diferencia de la conjuntivitis bacteriana o viral, la conjuntivitis alérgica no se transmite de persona a persona. Aunque las alergias de los ojos es una condición temporal aunque aguda, asociada

Pediatras de Springfield

Dr. Arshia Qadir
Dr. Heidi Sampang
Dr. Jacqueline Hoang

Los mejores Pediatras en el área

Venga y lo ayudaremos con la salud de su hijo

- Atendemos a niños recién nacidos hasta los 21 años de edad, chequeos médicos, vacunas, comportamiento del niño
- Aceptamos la mayoría de seguros médicos, incluso Medicaid.

5502 Backlick Road
Springfield, VA 22151

Disponible horarios en la noche y fines de semana

703-642-8306

Enriquez Dental

Family and Cosmetic Dentistry

Dra. Verónica Enriquez

Amparo Lizeth Pinzon, D.D.S.

- Aceptamos la mayoría de seguros dentales; incluyendo Medicaid
- Tratamiento con láser sin necesidad de anestesia
- Atendemos citas de emergencias

• Limpieza regular y limpieza profunda

• Frenos invisibles **invisalign**

• Endodoncia (root canal)

• Coronas y Puentes

• Dentaduras Completas y parciales

• Blanqueamiento

Horas de atención:
Lun 8:30am - 7:00pm, Mart., Juev., Vier. 8:30am - 5:00pm, Mier., 1:00pm - 7:00pm, Sab., 8:00am - 12:00pm

¡Ahorre el 15% en su tratamiento dental!
Solo para pacientes sin seguro

Limpieza \$79
(valor regular \$243)
(Sólo para pacientes nuevos, sin seguro)
(Incluye exámen diagnóstico, 4 radiografías y limpieza)

"Hablamos español!"
703-378-4004
14102 Sullyfield Circle, #500
Chantilly, VA 20151

7432 Little River Turnpike, Annandale, VA 22003
(703) 658-7060

Abierto 7 días a la semana
Entrar con cita no es necesario
El tratamiento de todas las edades y toda dolencia
Hacemos las vacunas para viajeros
Aceptamos la mayoría de seguros, Medicare y Medicaid

Nuestros médicos y enfermeras:
Van-Anh Nguyen, MD
Roger Ewonkem, MD
Marisa Guerette, FNP-BC
Terra Tucker, FNP-BC
Madeline Burie, PA-C

Cardiologo
Thien Do, MD, FACC

* Sólo para pacientes de efectivo
Excluye la visita de seguimiento, Laboratorios/Rayos-X, y procedimientos

www.aehealthsystem.com

Entre Petco y Safeway en Annandale

AMERICAN EXECUTIVE HEALTH SYSTEM

AEHS Urgent Care es ahora AEHS Urgent Care

PROMOCIÓN DE VERANO \$50 CONSULTA DE URGENCIAS *

7432 Little River Turnpike, Annandale, VA 22003
(703) 658-7060

Abierto 7 días a la semana
Entrar con cita no es necesario
El tratamiento de todas las edades y toda dolencia
Hacemos las vacunas para viajeros
Aceptamos la mayoría de seguros, Medicare y Medicaid

Nuestros médicos y enfermeras:
Van-Anh Nguyen, MD
Roger Ewonkem, MD
Marisa Guerette, FNP-BC
Terra Tucker, FNP-BC
Madeline Burie, PA-C

Cardiologo
Thien Do, MD, FACC

* Sólo para pacientes de efectivo
Excluye la visita de seguimiento, Laboratorios/Rayos-X, y procedimientos

www.aehealthsystem.com

MEDICINA GENERAL DR. ANTONIO RIVERA

COLESTEROL • HIPERTENSIÓN • DOLOR DE ESPALDA
DIABETES • FLU • ASMA • VACUNAS • DERMATOLOGÍA

ATENDEMOS TODOS LOS DÍAS
6319 CASTLE PL. SUITE 1E, FALLS CHURCH, VA 22044
(Muy cerca a la Ruta 7 W. Broad St. y Ruta 29)

PROMOCIÓN ESPECIAL: CONTROL MÉDICO ANUAL PARA HOMBRES Y MUJERES PLANES DE SALUD PARA PERSONAS SIN SEGURO

ACEPTAMOS LA MAYORÍA DE SEGUROS, MEDICARE, MEDICAID

TEL: **703 532 1222**

Con menos contagios con la bacteria común

Regulaciones más estrictas controlan la salmonella

FoodNet reportó poco más de 24,000 infecciones transmitidas por los alimentos, más de 5,500 hospitalizaciones, y casi 100 fallecimientos.

HEALTHDAY NEWS

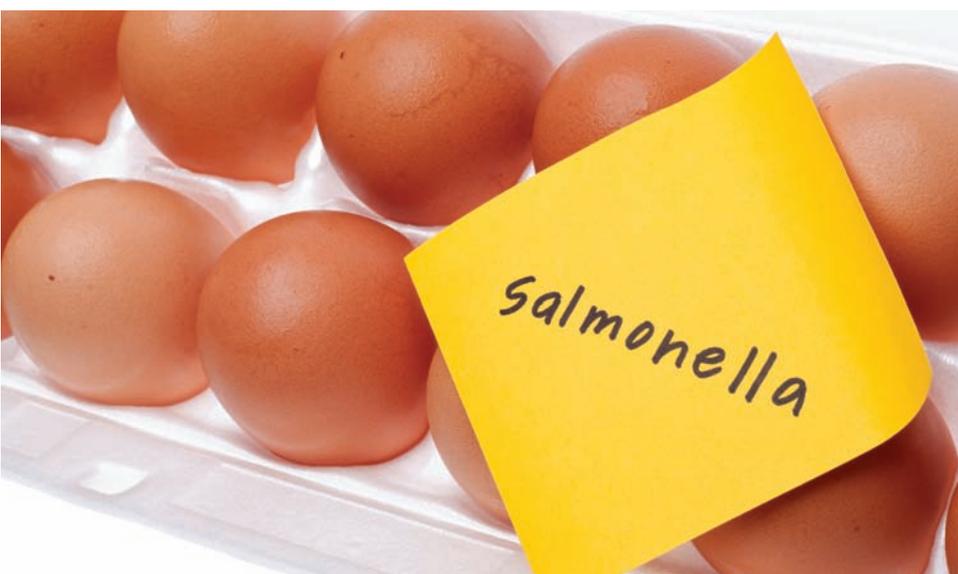
Un nuevo informe del gobierno que señala a los principales culpables de las intoxicaciones alimentarias muestra que las autoridades sanitarias de EE. UU. han logrado avances contra las infecciones con la salmonella.

En 2016, hubo una reducción del 18 por ciento en las enfermedades provocadas por este tipo común de bacteria, según el informe de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU. Lo más

probable es que unas regulaciones más estrictas y más vacunación para los pollos expliquen la reducción, plantearon los investigadores.

“Estamos logrando avances en la detección y en una respuesta más rápida a las enfermedades transmitidas por los alimentos, pero nuestra prioridad sigue siendo evitar que la enfermedades sucedan en primer lugar”, comentó Susan Mayne, directora del Centro de Seguridad de los Alimentos y Nutrición Aplicada de la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de EE. UU.

“Las normas finales que



el Agua y Ambientales de los CDC, dijo que “este informe ofrece información importante sobre qué gérmenes transmitidos por los alimentos están enfermando a las personas en Estados Unidos”.

La mayor parte de las enfermedades bacterianas transmitidas por los alimentos en Estados Unidos en 2016 seguían siendo provocadas por las bacterias campylobacter y salmonella, mostró el informe.

La cantidad de casos de enfermedades transmitidas por los alimentos reportados según los gérmenes específicos fueron: campylobacter (8,547); salmonella (8,172); shigella (2,913); E. coli productora de toxina Shiga (1,845); cryptosporidium (1,816); yersinia (302); vibrio (252); listeria (127), y cyclospora (55).

estamos implementando bajo la Ley de Modernización de la Seguridad de los Alimentos (Food Safety Modernization Act) de la FDA se enfocan en

la prevención, y seguiremos trabajando de cerca con otras agencias gubernamentales a nivel local, estatal y federal”, añadió Mayne en un comuni-

cado de prensa de los CDC.

El Dr. Robert Tauxe, director de la División de Enfermedades Transmitidas por los Alimentos, Transmitidas por

TOTAL DENTAL CARE
Dentista Familiar y Cosmética
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS, EXTRACCIONES, ROOT CANAL, IMPLANTES, COSMETICA DENTAL, TRATAMIENTO DE ENCIAS.

Abrimos hasta tarde los sábados y domingos.

ORTODONCIA:
FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS

SERVICIO DE EMERGENCIAS
Aceptamos la mayoría de seguros y Medicaid. Financiamiento a 12 meses sin intereses con crédito aprobado.

703-256-1183
5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003

PACIENTES NUEVOS
Limpieza
\$49

Incluye: Exámen y consulta. Chequeo del cancer bucal 4 Rayos X (bitewing) Precio Regular \$200. Sólo pago en efectivo. No válido con seguro para terceros.

Embellezca su figura

CUIDADO DE LAS VENAS VARICOSAS
• Tratamiento con Láser, Cuidado de la piel, Tratamos Acné, Eliminación de vellos, inyección de botox, cirugía a rayo laser

ESCULTOR DE CUERPO CON O SIN CIRUJÍA
• Remueve tatuaje • Remueve grasa no deseada • Liposucción bajo anestesia local o reducción de grasa en laser • Celulitis

Cirujía cosmética vaginal (para mejorar su vida sexual)
Rejuvenecimiento vaginal.

DESCUENTOS ESPECIALES en tratamientos de liposucción, botox, relleno, venas y rejuvenecimiento vaginal

FINANCIAMIENTO DISPONIBLE
Dianna Yan, M.D.
American Academy of Cosmetic Surgery

Maryland
8909 Shady Grove Ct. • Gaithersburg, MD 20877
301-963-3669

Virginia
8622B Lee Highway • Fairfax, VA 22031
703-876-6200

OB-GYN
STEVE YU & DIANNA YAN, M.D.

- Embarazos de Alto Riesgo
- Embarazos/Partos
- Sonogramas
- Problemas Hormonales
- Menopausia
- Papanicolaou/Examen Anual
- Disfunción Sexual
- Cirugía invasiva mínima para ovarios, útero, ligación tubal

DESCUENTOS ESPECIALES PARA PACIENTES SIN SEGURO *Podemos Ayudar*

8909 Shady Grove Ct. Gaithersburg, MD 20877 301-963-0900
8622B Lee Highway Fairfax, VA 22031 703-876-6200

Aceptamos todos los planes de seguro
Aceptamos pacientes sin seguro

¡¡¡Ahora contamos con un dispositivo de tracción para la pérdida de erección prematura!!!

GERMANTOWN
Urology Center

Se habla español

Los resultados medicos que tú necesitas. La relación personal que tú quieres.

CENTRO DE ALTA CALIDAD

- Eliminación de piedras en el Riñon y la Vejiga sin cirugía.
- Problemas de Próstata: cancer, agrandamiento de la próstata, cirugía con laser para problemas de la próstata.
- Tratamientos para la impotencia sexual masculina sin cirugía.

CITAS EL MISMO DIA DISPONIBLES LLAMANDO PRIMERO.

VIAGRA OCIALIS GRATIS * Con consulta

Con una Vasectomía sin bisturí el sábado, puede estar de regreso al trabajo el lunes.

Tratamos la eyaculación precoz

DR. ALLEN A. FARSAI Atendemos Sábados de 8am - 2pm

10% de Descuento a clientes que vivan en Silver Spring. 10% de Descuento en las consultas los días sábados.

Germantown Urology Center
20629 Boland Farm Road, Germantown, MD 20876
301-428-3040

Vinh Tran, DDS

NUESTROS SERVICIOS:

- Exámenes completos y Emergencias
- Limpieza Regular y Profunda
- Rellenos y Blanqueamiento
- Tratamientos de Conductos
- Coronas y Puentes
- Dentaduras completas y Parciales

Siempre aceptamos nuevos pacientes! Entra para un examen completo o de emergencia, hablaremos de sus necesidades de salud oral, y cómo podemos ayudarle mejor.

Si las citas no son realmente su estilo, de igual forma los pacientes siempre son bienvenidos!

Trabajamos con una gran variedad de seguros!

6329 ARLINGTON BLVD SUITE C
FALLS CHURCH VA 22044
(703) 237 6703 • www.vinhtrandds.com

Jueves, Viernes, Sábados 9 am to 4 pm • Domingos: 9 am to 1pm



Dr. Kenneth Woo

D.D.S. LLC. & Associates
(301) 933-1833 Kensington Dental Center
(240) 683-3833 Gaithersburg Dental Care

Prevención del Cáncer Oral



Así es como puede tomar un papel activo en la prevención del cáncer oral o detectarlo en sus primeras etapas:

1. Siempre cepílese y use hilo dental regularmente. Una boca poco saludable reduce su sistema inmunológico e inhibe la capacidad de su cuerpo para combatir posibles cánceres.

2. No fume (o mastique) cualquier tipo de producto de tabaco. Si usted es un fumador, incluso con un hábito casual, tome la decisión de dejar de fumar.

3. Beba alcohol con moderación (una o dos bebidas por día) o nunca beba alcohol. El riesgo de desarrollar cáncer oral aumenta con la cantidad y la cantidad de tiempo que el alcohol y los productos de tabaco se utilizan.

4. Limite su exposición al sol. Todos sabemos que necesitamos usar protector solar, pero ¿recordamos aplicarlo a nuestros labios? Utilice siempre protección contra el sol UV-A / B-bloqueando en sus labios cuando usted está en el sol. La exposición repetida aumenta el riesgo de cáncer en los labios, especialmente en el labio inferior. Hay un montón de tubos de sunscreen de tamaño de lápiz labial que puede llevar en su bolso para uso diario. Algunos incluso

vienen con un tinte de color y sabores para substituir su crema hidratante regular o lapiz de labio.

5. Haga ejercicio con regularidad. Un estilo de vida activo se conoce para impulsar el sistema inmunológico y ayudar a evitar el cáncer.

6. Elija alimentos que combatan el cáncer en su dieta. El Instituto Americano para la Investigación del Cáncer recomienda comer muchos frijoles, bayas, verduras crucíferas (como col y brócoli), verduras de hoja verde oscura, linaza, ajo, uvas, té verde, soja y tomates para su papel en la prevención del cáncer. "En este momento el efecto de las dietas y la nutrición en la prevención del cáncer es importante", dice el Dr. Lewei Zhang, profesor de ciencias orales y biomédicas en la Universidad de la Columbia Británica.

7. Cómo preparar los alimentos también es importante en la prevención del cáncer. Reemplace la fritura y la parrilla por

hornear, hervir o cocinar al vapor. Utilice las especias sanas como el ajo, el jengibre y el curry en polvo para el sabor agregado.

8. Vea al Dr. Woo & Associates con regularidad (al menos cada seis meses) y pida una prueba de detección de cáncer oral.

Abril | Mes de la Conciencia del Coral

No importa qué edad tenga usted, la prevención es la clave para mantener una buena salud oral. Saber qué problemas dentales en particular está en riesgo de desarrollar y cómo puede reducir esos riesgos le ayudará a decidir los medios más adecuados para prevenir los problemas dentales.

¡El Dr. Woo & Associates le invita a unirse a nosotros en este movimiento nacional para acabar con el cáncer oral y obtener su prueba de cáncer oral hoy mismo! ¡No olvide que estamos abiertos todos los sábados!

Y para cualquier consulta o para hacer una cita visite cualquiera de nuestra 2 clínicas:

**KENSINGTON: 3704 Perry Avenue
Kensington MD 20895
(301) 933-1833**

**GAITHERSBURG: 17 Firstfield Road Suite 101
Gaithersburg MD 20877
(240) 683-3833**



USTED HA PERDIDO O TIENE UN DIENTE CAIDO O ROTO? Descubra cómo los implantes dentales son la solución permanente.

IMPLANTE DENTAL

a sólo **\$890**

No incluye el pilar y la corona. No se puede combinar con otras ofertas.

Especial para Pacientes Nuevos!

GRATIS
Exámenes &
Rayos X necesarios

GRATIS
Consulta para
Implantes, Extracciones,
Dentaduras y Frenillos.

10% Dcto.

En cualquier
procedimiento dental
(Sólo a pacientes nuevos)

*Algunas restricciones pueden aplicar.

Kenneth M. K. Woo, DDS, LLC

Implantes & Consulta de Ortodoncia GRATIS... **Llamenos hoy mismo!**

- ☛ Atención personalizada y de Calidad - en cada vez
- ☛ Implantes para los dientes que faltan para estabilizar dentaduras
- ☛ Visitas de emergencia - el mismo día - disponibles
- ☛ Endodoncia en Sesión de un Solo Día & Invisalign®
- ☛ Citas convenientes por la tarde y los sábados
- ☛ Opciones de pago y de financiación asequibles



www.MyBestDentalCare.com



Kensington Dental Center:
301-933-1833
3704 Perry Ave.
Kensington, MD



Gaithersburg Gentle Dental:
240-683-3833
17 Firstfield Rd. #101
Gaithersburg, MD

8 SALUD

POR EL DOCTOR
ELMER HUERTADirector Preventorium del Cáncer
Washington Hospital Center

NUEVAS GUÍAS PARA LA DETECCIÓN PRECOZ DEL CÁNCER DE LA PRÓSTATA

Las recomendaciones para la detección precoz del cáncer de la próstata han cambiado nuevamente. El influyente Grupo de Trabajo de Servicios de Medicina Preventiva del gobierno federal de los EE.UU. (USPSTF por sus siglas en inglés) acaba de publicar sus últimas recomendaciones, las que modifican sustantivamente sus controversiales guías del año 2012, las que recomendaban que ningún hombre se haga el chequeo del cáncer de la próstata.

En las nuevas guías, se recomienda que el chequeo del cáncer de la próstata se inicie a los 55 años de edad y que se haga hasta los 69 años, que sea voluntario y que se haga solo después de que el médico le explique al hombre los riesgos y beneficios de los exámenes de detección. El UPPSTF es enfático en decir que los hombres mayores de 70 años no deben hacerse el chequeo del cáncer de la próstata.

Recordemos que la detección precoz del cáncer de la próstata se hace midiendo el nivel sanguíneo del antígeno prostático específico

(PSA) -una proteína exclusivamente producida en la próstata- y el examen digital rectal.

Propósito de los exámenes de detección precoz

Todo examen de detección precoz del cáncer debe cumplir dos propósitos fundamentales: que alargue la vida de las personas a quienes se les encuentra el cáncer precoz y que esos años ganados se vivan con calidad. Eso se cumple con creces para el cáncer del cuello del útero, las mamas y el colon o intestino grueso. Lamentablemente esas ventajas están en duda para el cáncer de la próstata. Según su último reporte -y de ahí sus nuevas recomendaciones- solo un estudio europeo ha demostrado una leve disminución de la mortalidad por cáncer de próstata.

Riesgos de hacerse un PSA

Al ser exclusivamente producido por la próstata, un valor alto de PSA (mas de 4 ng/mL) indica que algo esta pasando en ese órgano, en el 20%, eso puede indicar cáncer.

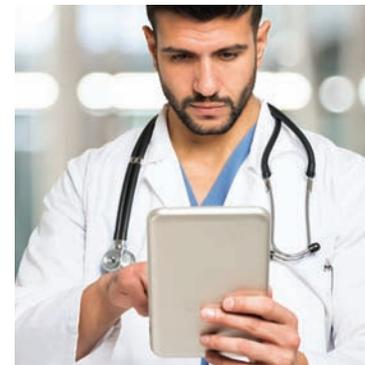
El problema es que la única manera de saber si un hombre con PSA

elevada tiene o no cáncer es mediante una biopsia prostática que se hace obteniendo 12 muestras de la glándula a través de un procedimiento por vía rectal, el cual es doloroso y puede producir sangrado e infecciones.

Qué se hace cuando se encuentra un cáncer

Si el resultado de la biopsia es cáncer de la próstata, el médico y su paciente entran en una zona de incertidumbre. Eso porque el cáncer de la próstata es de dos grandes tipos, el de bajo riesgo, muy lento crecimiento y que no matará al hombre, y el de alto riesgo, agresivo y que puede matarlo en pocos años. El problema es que los métodos científicos que distinguen el uno del otro -nivel inicial de PSA, score de Gleason y agresividad del tumor- pueden ayudar, pero no son del todo certeros y dejan zonas grises.

Al no poder diferenciarlos con certeza, el asustado hombre con cáncer es inmediatamente tratado con cirugía, radioterapia u hormonas, quedando en el 75% de los casos con disfunción eréctil e incontinencia



urinaria, complicaciones que hubieran podido evitarse si no se hubiera hecho la PSA o si al encontrarse un cáncer de bajo riesgo, hubiera decidido no tratarse y observarse periódicamente (40% de norteamericanos lo hace ahora).

Conversación entre el médico y el paciente antes del chequeo

La recomendación actual del USPSTF -que coincide con la de la Sociedad Americana del Cáncer, del Instituto Nacional del Cáncer y la Asociación de Urólogos Norteamericanos- es que el médico eduque al hombre mayor de 55 años en los

beneficios y riesgos de hacerse una PSA antes de hacerse la prueba.

Los críticos a esta nueva disposición de la USPSTF dicen que, con la falta de tiempo que tienen los doctores para conversar con sus pacientes, será difícil implementar esa recomendación, por lo que los doctores seguirán ordenando la prueba PSA sin hablar con ellos y estos se enfrentarán con la incertidumbre de tratarse o no cuando les encuentren el cáncer.

La psicología del hombre

La nueva guía hace énfasis en que la decisión de hacerse o no el examen de la próstata depende del valor personal que este le de a los beneficios y riesgos de hacerse el examen. Algunos hombres pensarán que los beneficios (salir de la duda y vivir tranquilo) son mayores que los riesgos (efectos secundarios por biopsias y tratamientos innecesarios del cáncer de bajo riesgo), mientras que otros pensarán que hasta que no se aclaren las incertidumbres, los inconvenientes son mayores que los beneficios y decidirán no hacerse la prueba.



Center for Vein Restoration

**Trate el doloroso
problemas de las vârices**



**Saque ahora su
Consulta Gratis
Martes**

2 de Mayo

831 University Blvd. East, Suite 24-25
Silver Spring, MD 20903

de 5:00 a 7:00 pm con el

Doctor Eddie Fernández
(el médico habla español).

Si esta interesado haga su cita

1-800-349-5347

Si tienen algunos de estos síntomas:

- Dolor intenso o calambres en las piernas
- Picazón y hormigueo
- Dolor que empeora al pararse
- Dolor que mejora al levantar las piernas
- Hinchazón de las piernas
- Enrojecimiento de piernas y tobillos
- Cambios en el color de la piel alrededor de los tobillos
- Venas varicosas superficiales
- Engrosamiento y endurecimiento de la piel en las piernas y en los tobillos (lipodermatoesclerosis)
- Úlceras en las piernas y en los tobillos

Rockville, Maryland
11921 Rockville Pike, Suite 401, Rockville, MD 20852