

SpeakUp™: Evite tener que volver al hospital

Por fin llegó la hora de que deje el hospital. Hay algunas cosas que puede hacer para no terminar ahí otra vez.

Le darán instrucciones. Una enfermera u otro miembro del personal las repasará con usted. Pida a un familiar o amigo que le ayude a hacer preguntas y a anotar la información que reciba. Es importante seguir todas las instrucciones.

Busque información acerca de su afección

- ¿Qué tratamientos o procedimientos recibió en el hospital y por qué?
- ¿Tiene algún problema médico nuevo?
- ¿Debe limitar sus actividades?
- ¿Debe evitar algún alimento, cafeína, alcohol, tabaco u otros medicamentos?
- ¿Necesita una remisión a otro profesional médico? Podría necesitar una remisión para:
 - Ver a un médico nuevo o a otros profesionales de la atención médica
 - Realizarse pruebas o acudir a terapia
 - Recibir servicios de cuidado de salud a domicilio
 - Obtener equipo médico, como una andadera u oxígeno

Pregunte acerca de sus medicamentos

- ¿Está tomando algún medicamento nuevo? De ser así, pregunte:
 - ¿Por qué está tomando este medicamento nuevo?
 - ¿Cuáles son los efectos secundarios?
 - ¿Durante cuánto tiempo tiene que tomarlo?
 - ¿Qué debe hacer si siente que no le está sirviendo?
 - ¿Puede tomarlo junto con sus otros medicamentos, vitaminas y suplementos normales?
- ¿Qué medicamentos necesitará tomar en casa? Pregunte acerca de sus medicamentos habituales y también de los medicamentos nuevos.
- ¿Se cambió alguno de sus medicamentos habituales a genéricos u otros medicamentos similares? Asegúrese de no tomar una dosis doble después de salir del hospital.
- ¿Necesita surtir alguno de los medicamentos que le han recetado?
 - ¿Puede recoger sus medicamentos en la farmacia del hospital antes de marcharse?
 - ¿Puede un miembro de la familia o un amigo llevarlo a la farmacia? ¿O pueden ir por sus medicamentos?

No se olvide de su atención de seguimiento

- ¿Necesitará que le hagan pruebas de seguimiento o tratamiento adicional?
- ¿Necesita una cita de seguimiento con su cirujano u otros médicos?
- ¿Cuándo necesita acudir a su médico de cabecera? Asegúrese de decirle a su médico acerca de su estancia en el hospital.
- Pida a su enfermera o a otros miembros del personal que le hagan las citas de seguimiento. Asegúrese de que las citas sean en un horario conveniente para usted.
- ¿Ya habló con algún trabajador social o encargado de su caso acerca de los servicios que puede encontrar en su comunidad?

Otenga información acerca de cómo obtener cualquier ayuda que pueda necesitar

- Pregunte a qué número puede llamar en caso de que tenga alguna duda.
- ¿A quién puede llamar después del horario de atención si tiene algún problema?
- ¿En caso de qué síntomas tiene que llamar a su doctor de inmediato?
- ¿En caso de qué síntomas tiene que acudir de inmediato a un centro de atención de urgencias o a la sala de urgencias?
- ¿Qué debe hacer si tiene dolor?

ANTES DE MARCHARSE DEL HOSPITAL

DESPUÉS DE MARCHARSE DEL HOSPITAL

Dependiendo de su estado de salud, el tipo de atención que necesite podría incluir lo siguiente.

Consulta con el médico de cabecera

Su médico podrá responder preguntas acerca de su:

- Enfermedad
- Tratamiento
- Atención de seguimiento
- Medicamentos

Ejemplos

- Verificar que no exista infección en la herida
- Quitar puntos
- Ordenarle pruebas de sangre o de orina

Consejo

Tome notas en un cuaderno. Incluya:

- Una lista de sus medicamentos
 - Los nombres de sus doctores
 - Los resultados de sus análisis de laboratorio
 - Instrucciones
 - Copias de sus registros médicos
 - Las preguntas que necesita hacer
- Lleve su cuaderno a cada consulta con el médico.

Consejo

Repita las instrucciones acerca de sus medicamentos y de su atención de seguimiento a su médico, enfermera o a cualquier otro profesional médico que se las esté dando. Esto ayuda a asegurar que las comprendió.

Terapia

(llamada también rehabilitación)

La mayoría de las terapias las proporcionan los centros de terapia. A esto se le llama cuidados de pacientes externos. Algunos pacientes necesitan cuidados las veinticuatro horas en un hospital de rehabilitación. A esto se le llama cuidados de pacientes hospitalizados.

Ejemplos

- Terapia física, ocupacional o del habla

Atención de salud a domicilio

Hay diversos servicios de atención que se proporcionan a los pacientes en su hogar.

Ejemplos

- Entrega de tanques de oxígeno o suministros médicos
- Ayuda con el cuidado personal, como bañarse
- Ayuda para encontrar recursos en la comunidad
- Cuidados paliativos
- Cuidados de enfermería*

Servicios que puede encontrar en su comunidad

La mayor parte de las comunidades tienen servicios para ayudar a los pacientes a permanecer en sus hogares. Un trabajador social o encargado de caso puede ayudarle a encontrar los recursos con los que cuenta en su comunidad.

Ejemplos

- Meals on Wheels (Servicio de entrega de alimentos)
- Transporte, como servicios que lo llevan y traen del hospital
- Cuidados de día para adultos
- Servicios de cuidado personal

Cuidados paliativos

Los cuidados paliativos por lo general se proporcionan en el hogar del paciente. Algunos pacientes necesitan cuidados las veinticuatro horas en una institución de cuidados paliativos. El objetivo de los cuidados paliativos es proporcionar la mejor calidad de vida posible durante el mayor tiempo posible.

Ejemplos

- Asistencia para la familia
- Atención de pacientes terminales
- Cuidados de enfermería*

Centro de enfermería especializado

(también llamado atención de enfermería especializada)

La atención que se proporciona es de corto plazo y es similar a la que recibe en un hospital. Recibirá atención las veinticuatro horas.

Ejemplos

- Terapia física, ocupacional o del habla
- Ayuda con el cuidado personal y las actividades de la vida diaria
- Cuidados de enfermería*

*La atención de enfermería puede incluir cambiar vendajes, dar medicamentos y enseñar a los pacientes y a sus familias acerca de la afección en cuestión, de sus cuidados y las instrucciones que deben seguir.



Si desea obtener información más detallada, visite:

Coalición Nacional de Traspaso de Atención (National Transitions of Care Coalition):

Derechos de los pacientes durante el traspaso de la atención

<http://www.ntocc.org/WhoWeServe/Consumers.aspx>

Fundación Robert Wood Johnson: Preste atención a sus recursos de atención de pacientes (Care about Your Care Patient Resources)

<http://www.rwjf.org/en/library/collections/cayc.html>

Fondo United Hospital: El siguiente paso en la atención (Next Step in Care)

www.NextStepInCare.org

Facultad de Medicina de la Universidad de Colorado Denver: The Care Transitions Program®

<http://caretransitions.org/>

El objetivo del programa Speak Up™ es ayudar a los pacientes y sus intercesores a formar parte activa de su atención médica.

Los documentos de Speak Up están disponibles para todas las organizaciones de atención médica.

Su utilización no indica que una organización esté acreditada por The Joint Commission.