

Patient Guide

Guía para Pacientes



AHMC Anaheim Regional Medical Center

AHMC Healthcare



Bienvenido a AHMC Anaheim Regional Medical Center

El objetivo de esta guía es responder a todas las preguntas que usted y sus seres queridos puedan tener y ayudarlo a sentirse más cómodo y confiado en su visita al hospital.

Si usted tiene preguntas que no hayan sido contestadas en esta guía, por favor preguntele a su enfermera.

Su salud y confortabilidad durante su visita representan nuestra mayor preocupación. Si hay algo que nosotros podamos hacer para servirle de una mejor manera o hacer su permanencia en el hospital más confortable, por favor dejenoslo saber. Nosotros queremos que usted sienta confianza en el cuidado que le proveemos, y que no se cohíba de hacer preguntas y participar en su cuidado.

Gracias por escoger AHMC Anaheim Regional Medical Center.

Sinceramente,
El equipo profesional de AHMC Anaheim Regional Medical Center

Nuestra Promesa Para Usted

Bienvenido a AHMC Anaheim Regional Medical Center. Es nuestro privilegio cuidar de usted. Entendemos que estos deben ser momentos difíciles para usted y para sus seres queridos, pero queremos asegurarle que nuestra prioridad principal es satisfacer todas sus necesidades durante su permanencia en nuestro hospital.

Durante su estadía, nuestro equipo de cuidados al paciente le comunicará frecuentemente los avances de su tratamiento y el progreso del mismo hasta el día de su partida del hospital. Usted es una pieza clave en el equipo de cuidado y por lo tanto es muy importante que se mantenga informado durante su estancia.



- **Le prometemos** que su enfermera(o) y otros miembros de su equipo de cuidado se presentarán con usted y le darán información sobre cualquier tratamiento o procedimiento que su médico haya ordenado, y le explicará porque es que usted necesita dicho tratamiento o procedimiento y que puede usted esperar del mismo.
- **Le prometemos** que su enfermera lo visitará frecuentemente para chequear su progreso. Su enfermera(o) lo verá por lo menos una vez por cada hora durante el día, cada dos horas durante la noche, o mas frecuentemente si fuera necesario.
- **Le prometemos** que cuando usted presione el “Boton de Llamada Luminoso” para asistencia, un miembro de su equipo de cuidado responderá con prontitud.
- **Le prometemos** preguntarle frecuentemente si usted está experimentando algun dolor. Una de las maneras de monitorear el nivel de su dolor es preguntandole a usted que le dé un grado en una escala que va del 1 al 10, siendo 10 el grado máximo de dolor. Manejar el grado de dolor que usted esté experimentando es extremadamente importante para nosotros. Por favor déjele saber a su enfermera(o) o a cualquier miembro de su equipo de cuidado si usted está experimentando cualquier tipo de dolor.
- **Le prometemos** que antes de suministrarle cualquier tipo de medicina, su enfermera(o) le dirá el nombre de la medicina, el propósito de la misma, y cualquier efecto secundario que usted podría experimentar.
- **Le prometemos** que al cambio de turno de enfermeras(os), su equipo de cuidado se reunirá al lado de su cama y se revisará y reportará su progreso así como el estado del plan de su tratamiento.
- **Le prometemos** que usaremos una pizarra de comunicación, ubicada en su habitación para anotar información importante, incluyendo el grado de dolor que usted esté experimentando y los objetivos del día para su tratamiento.
- **Le prometemos** que la Directora de Enfermeras y otros profesionales de Cuidado de la Salud le harán una visita para asegurarnos que estamos satisfaciendo sus necesidades. Nosotros estamos tratando continuamente de ser mejores en lo que hacemos y apreciamos tremendamente sus comentarios.

Como siempre, nuestro objetivo es proveerle el mejor cuidado posible de una manera que denote compasión y respeto. Esperamos sobrepasar sus expectativas y brindarle una experiencia positiva como paciente de nuestro hospital. Si es que hubiera algo más que podamos hacer por usted, por favor llámenos al 714.999.5167.

Le deseamos lo mejor y le agradecemos por darnos el honor de cuidar de usted.

Sinceramente;

A handwritten signature in blue ink that reads "Richard Castro". The signature is stylized and written in a cursive-like font.

Richard Castro
Chief Executive Officer

Tabla de Contenido

Acerca de AHMC Anaheim Regional Medical Center	4
Directorio Telefónico	5
Mapa	6
Para Pacientes	7
Servicios de Interpretación	10
Portal del Paciente	10
Para Visitantes.....	11
Guías para el Visitante.....	11
Consejos para Dormir Mejor	14
Llamadas Telefónicas de Seguimiento	15
Seguridad del Paciente.....	15
HAGA ESCUCHAR SU VOZ.....	16
Ayude a Prevenir Errores en su Cuidado.....	16
Reduccion de Riesgo de Caídas.....	17
Cinco Cosas que Usted Puede Hacer para Prevenir Infecciones	18
Lo que Debería Ud. Saber Sobre Manejo de Dolor.....	19
Ayude a Evitar Errores con sus Medicinas	22
Entendiendo a sus Doctores y Otros Proveedores de Cuidado.....	24
Ayude a Prevenir Errores en sus Exámenes Médicos.....	26
Ayude a Prevenir Errores en Cirugía	28
Información Financiera.....	29
Facturación de Pacientes	29
Información sobre Seguros.....	29
Pacientes sin Seguro.....	30
Consejeros Financieros.....	30
Pago de Facturas en la Internet (Electrónicamente)	30

Acerca de AHMC Anaheim Regional Medical Center

- Hospital de 223 camas para cuidados severos que ofrece un amplio rango de servicios para la salud y el bienestar de pacientes ya sea que el paciente es internado en el hospital, tratado de manera transitoria o requiere otros servicios.
- Sirviendo a las comunidades del Norte del Condado de Orange
- Acreditado en su Totalidad por Joint Commission
- Certificado por Joint Commission como Centro Primario para la Atención de Derrames Cerebrales
- Centro de Recepción para Casos de Ataques Cardiacos
- El único “Lugar Seguro” en el Condado de Orange que ofrece examinación forense en casos de ataque sexual

Declaración de Nuestra Misión

AHMC Anaheim Regional Medical Center esta comprometido a proveer cuidado de salud de alta calidad y con compasión a una comunidad culturalmente diversa.

Nuestro Compromiso de Cuidado

Si en cualquier momento durante su estadía, usted tiene preguntas o preocupaciones relacionadas a la calidad del cuidado que usted o un miembro de su familia esta recibiendo, por favor hable con su enfermera(o) o con la(el) supervisora(or).

Si usted siente que el problema no fue resuelto, por favor llame al 714.999.5167.



Directorio Telefónico

El hospital provee líneas telefónicas privadas en cada una de los cuartos de los pacientes. Para pacientes con incapacidad sensorial, el hospital provee interpretes (lenguaje/señas) y acceso a telefonos TDD.



Direcciones para el uso de teléfonos

Llamadas Internas: Marque los 4 ultimos digitos

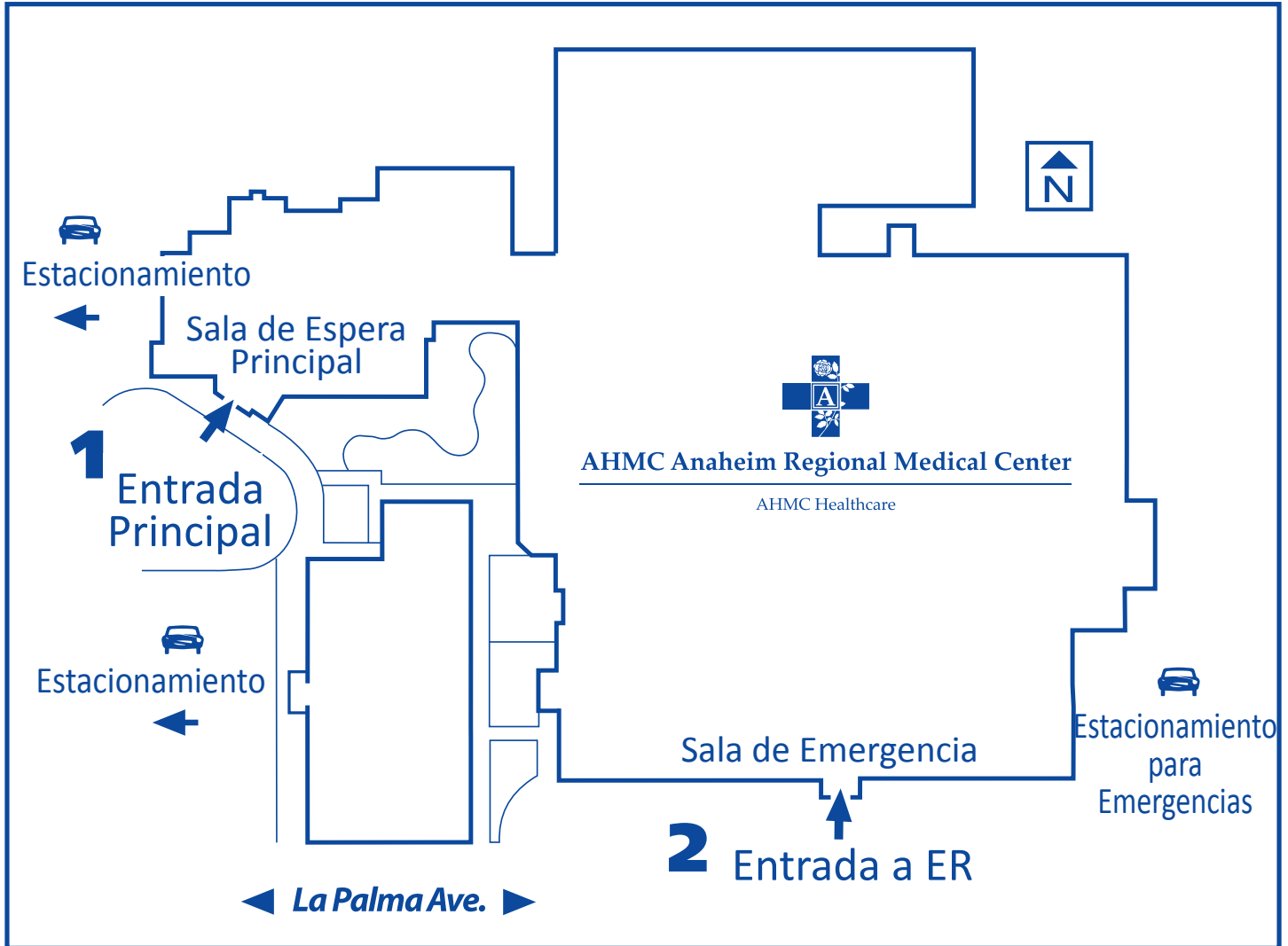
Llamadas Locales: Marque 9 + numero

Asistencia de la Operadora: Marque 0

Llamadas con Tarjeta: Marque 9 y prosiga con las instrucciones en la tarjeta

Linea Principal del Hospital	714.774.1450
Admisiones	714.999.6000 ext. 2168
Manejo de Casos / Servicios Sociales	714.999.3806
Registros Médicos	714.999.6126
Alcance a la Comunidad	844.856.1503
Servicios del Medio Ambiente	714.999.5223
Tienda de Regalos	714.999.5128
Recursos Humanos	714.999.6113
Servicios Dietéticos/Nutrición	714.999.6012
Programas de Educación Prenatal y de Maternidad	844.856.1503
Experiencia del Paciente	714.999.5167
Terapia Física	714.999.5780
Programación Para el Centro del Seno o el Centro de Diagnósticos para Pacientes Transitorios	714.999.3847
Seguridad	714.999.5150

Para obtener mayor información sobre los recursos disponibles en AHMC Anaheim Regional Medical Center favor de visitar anaheimregionalmc.com



Para Pacientes

AHMC Anaheim Regional Medical Center es un campus de no-fumadores.



Tiempo de Calma y Tranquilidad

Anaheim Regional Medical Center practica “Tiempo de Calma y Tranquilidad” desde 2:00pm hasta las 4:00PM. Durante este periodo las luces de los pasillos del hospital son reducidas, y el personal del hospital así como los visitantes son requeridos de mantener mínima interacción con los pacientes de manera ellos puedan descansar. Nosotros fomentamos y promovemos descanso tranquilo en un ambiente calmado con tan solo interrupciones limitadas.



Servicios de Limpieza y Mantenimiento

Los servicios de limpieza y mantenimiento son proveidos diariamente en las habitaciones de los pacientes. Si hay algo que usted necesite o si usted tiene algunos comentarios o preguntas sobre los Servicios de Limpieza y Mantenimiento, por favor contacte a su enfermera(o) o llámenos a la extensión 5223. Los servicios de limpieza y mantenimiento están disponibles las 24 horas del día.

Perdido y Encontrado

Por favor reporte cualquier artículo perdido al personal de enfermería o cualquier otro miembro de su equipo de cuidado tan pronto como usted se percate de la pérdida del artículo.

Si al llegar a casa usted cree que puede haber dejado un artículo en el hospital, por favor llame “Perdido y Encontrado” al 714.999.5150.



Servicio de Alimentos

El objetivo de nuestro Departamento de Servicio de Alimentos es de proveerle comidas nutricionales y a la vez satisfactorias de manera que usted pueda alcanzar una pronta recuperación. Nuestras dietistas preparan una variedad de menús de acuerdo a las instrucciones de su doctor. Cada día usted recibirá un menú para la selección de sus comidas.



Si su doctor quiere que usted se adhiera a una dieta especial después de su partida del hospital, la dietista estará disponible para explicarle detalles de tal dieta y como la misma puede ser adoptada dentro de su estilo de vida.

Para Pacientes (Continuación)



Acceso a la Internet

AHMC Anaheim Regional Medical Center ofrece acceso gratuito a la red inalámbrica de alta velocidad a la Internet a sus pacientes y visitantes.

Para conectarse a las redes inalámbricas:

1. Acceda a la función inalámbrica en su computadora, tableta o teléfono
2. Conéctese en la red "HOT SPOT"
3. Una vez que este conectado abra su navegador de internet

Usted esta ahora conectado a la red inalámbrica.

Términos y Condiciones

Así como la mayoría de puntos de acceso público inalámbrico, la Red Inalámbrica para Visitantes de AHMC Anaheim Regional Medical Center TAMPOCO ES SEGURA. Podrían existir terceras partes desconocidas entre el usuario y cualquier persona con la que este establezca comunicación. Otros usuarios de la red podrían potencialmente interceptar cualquier información que este siendo enviada o recibida. Usuarios cautelosos e informados en redes inalámbricas no deberán transmitir ninguna información contenida en sus tarjetas de credito, contraseñas, ni cualquier otra información personal importante mientras estén usando cualquier punto de acceso inalámbrico a la red.

AHMC Anaheim Regional Medical Center no assume ninguna responsabilidad, y no será sujeto a ningun tipo de reclamo por perdida de datos, daños o virus que pudieran infectar su computadora o cualquier otra propiedad como resultado de su acceso a, uso de, o navegación en cualquier sitio de la red o por descarga de cualquier clase de material de dichos sitios de la red.

Cualquier restricción o monitoreo del acceso de un menor de edad a la red inalámbrica del hospital es exclusiva responsabilidad de los padres o personas en custodia del menor. AHMC Anaheim Regional Medical Center no puede garantizar que su equipo trabajará con la Red Inalámbrica para visitantes en el hospital.

Si usted tiene problemas para acceder a la Internet usando la Red Inalámbrica para Visitantes, el personal no puede asistirle en hacer cambios en sus arreglos de la red o efectuar ninguna búsqueda de solución a problemas en su aparato. Usted deber de referirse al manual de propietario de su computadora o a otros servicios de apoyo ofrecidos por el fabricante de su equipo.

Para Pacientes (Continuación)

Television



Canal	Estación
2	CBS
3	Patient Channel
4	KNBC
5	KTLA
6	CNN
7	ABC
8	USA
9	KCAL
10	TBS
11	KTTV
12	TNT
13	KCOP
16	KWHY
18	KSCI
20	KVCR
21	VHA-EDU
22	KMEX

Canal	Estación
23	GALA
24	AMC
25	TFC
26	TLC
27	Discovery
28	HLN
30	KFTR
31	Bloomberg
32	CNBC
33	Discovery Health
34	HNL
35	History Channel
37	National Geographic
38	ESPN
39	ESPN 2
40	ESPN News

Servicio de Correo

El correo es entregado en el cuarto del paciente de Lunes a Viernes. Cualquier correo recibido despues de que usted haya sido dado de alta será redirigido a la dirección de su domicilio. Flores recibidas despues de su partida serán devueltas a la floreria que las trajo.



No se permiten flores en la Sala de Cuidados Intensivos.

Para Pacientes (Continuacion)



Servicios de Interpretación

Para poder satisfacer las necesidades de la comunidad multicultural que servimos, AHMC Anaheim Regional Medical Center provee servicios gratuitos de interpretación para pacientes y familias de Proeficiencia en Ingles Limitada (LEP).

El Servicio de Interpretación Telefónico apoya a nuestros pacientes en más de 200 idiomas y está disponible las 24 horas del día.

Utilizando auriculares telefónicos dobles, el paciente y el proveedor de salud se conectan por intermedio del intérprete adecuado en tan solo minutos.

Para facilitar comunicaciones rutinarias, los miembros del personal multicultural de AHMC Anaheim Regional Medical Center están dispuestos a apoyar en ese sentido.

Ya se inscribió en su Portal de Paciente?



El portal del paciente es un servicio gratuito en la Internet que le brinda acceso a información 24/7 acerca de su visita a AHMC Anaheim Regional Medical Center.

Su Portal de Paciente es una forma segura y conveniente para ver:

- Sus prescripciones médicas
- Que alergias fueron identificadas
- Que inmunizaciones fueron administradas
- Que procedimientos de diagnóstico y de laboratorio fueron efectuados
- Otra información pertinente a su visita al hospital o a la sala de emergencia

Porf favor déjenos saber si es que usted quiere registrarse en el Portal del Paciente. Para mayor información llame a Registros Médicos al 714.999.6126 o menciónesele a su enfermera(o)

Para Visitantes

AHMC Anaheim Regional Medical Center es un campus de no-fumadores.

Nosotros acogemos a los familiares y amigos de nuestros pacientes, quienes juegan un papel importante en el cuidado de salud de sus seres queridos.

Los visitantes que presenten síntomas de resfriado, fiebre o tos no deben de hacer visitas de manera que se proteja la salud de nuestros pacientes.

Guía para Visitantes

A todos los visitantes se les requiere obtener un pase de visitante por parte del personal de seguridad ubicado en la sala de espera principal. Las Horas de Visita General son de 11:00am a 8:00pm.

Para asegurar que los pacientes reciban la atención apropiada, y para resguardar la privacidad de los pacientes, los visitantes deben salir del cuarto del paciente mientras el doctor examina al paciente y/o algún tratamiento este siendo administrado.

Algunas unidades del hospital tienen horarios especiales para visitantes debido a la naturaleza del cuidado requerido para el paciente o las necesidades especiales de los pacientes. Los horarios de visita y la duración de los mismos son determinados por la enfermera(o), dependiendo de la condición de cada paciente.

Las visitas en estas unidades especiales no son permitidas de 6:00am-7:00am o de 6:00pm – 7:00pm

Unidad de Cuidados Intensivos: Familia inmediata solamente. Limitada a dos visitantes al mismo tiempo. El horario de visitas en esta unidad (ICU) es ilimitado después de las 11:00am y está sujeto a la discreción del personal de enfermería de tal unidad.

Trabajo de Parto y Alumbramiento: Personas de apoyo son permitidas durante el trabajo de parto. No se permiten niños en la sala de parto.

Med/Cirugía y DOU(Unidad de Observación directa): Limitada a dos visitantes por vez. La visita debe limitarse a tan solo una hora.

Unidad de Post-Parto: Limitada a dos visitantes por vez

Unidad de Post-Parto: Niños: Visitas limitadas de 30 minutos. Los niños deben de estar acompañados por un adulto y niños con síntomas de estar enfermos no podrán efectuar visitas.

La Guía para Visitantes esta sujeta a cambios durante la temporada del flu (Nov. – Marzo)



Comodidades del Hospital

Café y agua están disponibles en la cafetería del hospital.



Estacionamiento

Hay estacionamiento disponible en el lote directamente en frente del hospital. También se ofrecen servicios de Valet Parking al frente del hospital.



Áreas de Espera

Se dispone de áreas de espera para visitantes en el Lobby Principal del hospital y en la Cafetería. Las áreas designadas de espera incluyen la Sala de Espera de Cuidados Críticos, la Sala de Espera de Cirugía, la sala de Espera de Cath/Laboratorio, la Sala de Espera de Trabajo de Parto y Alumbramiento y la Sala de Espera de Servicios de Emergencia.



Pileta de Reflexión

Nuestra Pileta de Reflexión es un refugio de paz para nuestros visitantes. Esta ubicada en la parte frontal del hospital y también puede ser apreciada desde el Lobby Frontal.



ATM

Tenemos máquinas de cajero automático convenientemente ubicadas en la cafetería del hospital.



Tienda de Regalos

La tienda de Regalos esta ubicada en el Lobby Frontal. Aquí puede encontrar una variedad de libros, regalos, flores, dulces y suministros para uso personal. La Tienda de Regalos es operada por el gremio de AHMC Anaheim Medical Center, el cual provee becas a los empleados/ voluntarios y a sus dependientes que esten obteniendo educación en el campo del cuidado de salud y esto se consigue a través de varias actividades para levantar fondos y también por medio de las ganancias de la Tienda de Regalos.

Horario de La Tienda de Regalos:

Lunes – Viernes: 9am – 5pm

Sábado – Domingo: Variable



Cafeteria

La Cafeteria esta ubicada en el sótano del hospital. Esta ofrece una variedad de comidas, sandwiches y barra de ensaladas.

Horario de la Cafeteria:

Lunes – Viernes

Desayuno: 6:30 – 10:00am

Almuerzo: 10:30am – 7:00pm

Sábado – Domingo

Desayuno: 7:00 – 10:00am

Almuerzo: 11:00am – 1:30pm



Máquinas Exendedoras

Las máquinas expendedoras están ubicadas en el Lobby Frontal, en la Cafetería y en varias Salas de Espera.

Consejos para Dormir Mejor (Extraído de Duke Raleigh Hospital)

Alivie el estrés: El estrés puede devenir en insomnio. Ejercicios ligeros o meditación pueden ayudarle a relajarse. Trate ejercicios de estiramiento, yoga, masajes, o la pelota de estrés para ayudar a relajarse.

Perspectiva positiva: Mantener un diario de gratitud podría conducir a un estado de ánimo positivo a la hora dormir y a la larga otorgarle una perspectiva general nueva de la vida que sea más positiva y menos estresante.

Tic-Toc No mire el reloj: Mirar el reloj puede crearle mayor ansiedad y más dificultad para conciliar el sueño. Cubra el reloj o pongalo en una posición donde usted no alcance a verlo.

Aclare su mente: Tomando notas y escribiendo sus pensamientos puede ayudarle a despejar su mente y procesar sus emociones de manera que podrá dormir y descansar más profundamente.

Música suave: Escuchar música suave a la hora de dormir puede ayudarle a dormir mejor. Trate música clásica o música relajante de meditación.

Apague todas las luces: Monitores u otras luces pueden proporcionarle demasiada luz. Use una mascarilla para dormir y cierre las cortinas de privacidad así como persianas para hacer la habitación más oscura.

Limite la cafeína: evite el insumo de cafeína (café, te, sodas) por lo menos 4 a 6 horas antes de su hora de dormir. Estudios muestran como es que la cafeína mantiene a las personas despiertas.

Chequee el termostato: La temperatura ideal para la mayoría de las personas para quedarse y permanecer dormidas es de 68 a 72 grados. **Cada cuarto esta equipado con su propio termostato.**

Si usted concluye que no puede dormir por ruidos en el hospital, por favor llame a su enfermera.



Llamada Telefónica de Seguimiento

Una vez que usted deja el hospital, podría recibir una llamada Telefónica preguntándole sobre su estadía en AHMC Anaheim Regional Medical Center. Esta llamada es para cerciorarnos de que usted esta bien y para saber si usted tiene preguntas o preocupación alguna en relación en a sus medicamentos o a las instrucciones de partida. Si usted tiene preguntas o dudas, nuestro personal sera notificado de manera que podamos contactarle para resolver cualquier duda o preocupación de su parte.

La llamada viene de una compañía especializada en experiencia del paciente ubicada en Alabama. La llamada telefónica vendrá de un numero con código de area **205**. Adicionalmente, dos semanas después, usted podría recibir otra llamada de la misma compañía preguntándole que tan bien nosotros le prestamos cuidado. Sus respuestas a estas preguntas son completamente confidenciales.

Usted también tiene el derecho de elevar cualquier reclamo a una de las siguientes instituciones o a ambas si así lo prefiere:

The Department of Public Health

1215 K Street, Suite 800

Sacramento, CA 95814

916.443.7401

Website: calhospital.org

Office of Quality Monitoring

The Joint Commission

One Renaissance Blvd.

Oakbrook Terrace, IL 60181

800.994.6610

Email: complaint@thejointcommission.org

Seguridad del Paciente

La seguridad de nuestros pacientes es la prioridad número uno para todo el personal de nuestro hospital. Nuestro compromiso de proveer un ambiente seguro se ve aumentado cuando nuestros pacientes y sus familiares asumen un papel activo en asegurar que el cuidado que estan recibiendo sea seguro y apropiado para la condición en que se encuentran. Los pacientes y sus familiares pueden participar activamente en su plan de cuidado haciendo lo siguiente:

- Haciendo preguntas
- Participando
- Esperando explicaciones
- Lavandose las manos y/o usando el dispensador antibacterial antes de interactuar con los pacientes
- Preguntándole al administrador de cuidado sobre los medicamentos y sus efectos secundarios

Las Iniciativas “Haga Escuchar su Voz™” de la Comisión Conjunta (Joint Commission)

Estas iniciativas se iniciaron en el año 2002 por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid. El programa de la Comisión Conjunta “Haga Escuchar su Voz” urge a los pacientes tomar un rol activo en prevenir errores en el cuidado de la salud a través de mantenerse involucrado e informados con su equipo de atención médica.



Haga Escuchar su Voz™ - Ayude a prevenir errores en su cuidado

Hable, comuníquese si tiene preguntas o preocupaciones. Si todavía no entiende, pregunte de nuevo. Se trata de su cuerpo y usted tiene el derecho de saber. Si usted no entiende porque habla otro idioma, pida por alguien que hable su idioma. No sienta temor de comunicarle a la enfermera o al doctor si usted piensa que está a punto de recibir una medicina equivocada.

Preste atención al cuidado que está recibiendo. Siempre asegúrese de que usted está recibiendo el tratamiento correcto y las medicinas adecuadas de parte de los profesionales de la salud encargados de su cuidado. No asuma nada. Espere que los proveedores de cuidado se presenten con usted. Observe su insignia de identificación (ID). Observe si el proveedor de cuidado lavó o desinfectó sus manos antes de proveerle cualquier tipo de cuidado – no tenga temor de recordarle hacerlo. Asegúrese de que el proveedor de cuidado chequea su identificación – asegúrese de que él o ella le preguntan su nombre antes de suministrarle cualquier medicina o tratamiento.

Edúquese acerca de su enfermedad. Aprenda aspectos básicos de los exámenes que está recibiendo, así como del plan de tratamiento. Haga preguntas acerca de su condición. Lea las formas que le entreguen antes de firmarlas – si usted no las entiende, pídale al proveedor de cuidado que se las explique. Asegúrese de que usted sabe cómo usar cualquier equipo que se esté usando durante su cuidado.

Pídale a un miembro de su familia o a un amigo de su confianza que se convierta en su asesor o su persona de apoyo. El o ella pueden tener preguntas que a lo mejor usted no ha pensado por encontrarse bajo tensión así como también podrá recordar las respuestas a las preguntas que Ud. haya formulado. Asegúrese que su persona de apoyo entiende el tipo de cuidado que Ud. necesitará una vez que retorne a su casa. El o ella deberán saber qué hacer si su condición empeora y a quien llamar para pedir ayuda.

Conozca los medicamentos que está tomando y la razón por la que los está tomando. Errores en la medicación son comunes en el cuidado de la salud. Si Ud. no reconoce una medicina, haga que su proveedor de cuidado verifique otra vez y se asegure que realmente esta designada para usted. Dígale a sus doctores y enfermeras(os) si usted padece de alergias o tiene reacciones negativas a ciertos medicamentos. Cargue una lista actualizada de las medicinas que está tomando en su billetera o su cartera. Examine la lista con su doctor y otros proveedores de cuidado.

Use solamente hospitales, clínicas, centros de cirugía u otro tipo de organizaciones de cuidado de la salud que hayan sido chequeadas apropiadamente. Por ejemplo, La Comisión Conjunta visita hospitales para asegurarse que están cumpliendo con todas las normas y requisitos de calidad de La Comisión Conjunta. Antes de salir del hospital, pregunte acerca de sus citas para seguimiento de su cuidado y asegúrese de entender todas las instrucciones.

Participe en las decisiones relacionadas a su tratamiento. Usted es el centro del equipo de cuidado de su salud. Usted y su doctor deberían estar de acuerdo en lo que se tenga que hacer durante cada etapa de su cuidado. Entérese quien estará a cargo de su cuidado y cuan largo será el tratamiento a seguir. Hable con su doctor y con miembros de su familia acerca de sus deseos en relación a resucitación y otros procedimientos para salvaguardar su vida.

¡Nosotros le apoyamos en **Hacer Escuchar Su Voz** por su seguridad!

Haga Escuchar su Voz™ - Reduzca el Riesgo de Caerse

Aquí tiene recomendaciones y acciones que usted puede tomar para reducir el riesgo de caídas, ya sea en casa o en una institución medica.

Como reducir el riesgo de caídas

- Cuide su salud.
- Haga ejercicios regularmente. El ejercicio lo hace fuerte.
- Prevenga la deshidratación. La deshidratación puede facilitar la pérdida de balance.
- Hágase examinar los ojos. Asegúrese de no tener problemas oculares o que no necesita una nueva receta para sus anteojos.
- Hable con su doctor si la medicina que esta tomando le da sueño, lo marea, se siente lento o confuso. Pregunte como reducir estos efectos secundarios o si puede cambiar a medicina.

Tome precauciones adicionales

- Prenda las luces al entrar a un cuarto. No camine en la oscuridad.
- Asegúrese que su ruta esta libre de obstáculos.
- Use los pasamanos de las escaleras.
- Siéntese en sillas que no se mueven y que tienen brazos de descanso para ayudarle a sentarse o a pararse.
- Use zapatos que tiene suelas firmes, planas y que no son resbalosas. No use zapatos sin talón.
- Reemplace los jebes de los bastones o andadores cuando se vean gastados.

Haga pequeños cambios en casa

- Instale relojes, sistema de aplaudir o sensores de movimientos en sus luces.
- Use luz para la noche en su dormitorio, baño, pasillo que lo lleva al baño.
- Mantenga el piso y las escaleras libres de objetos como libros, herramientas, papeles, zapatos y ropa.
- Elimine las alfombras en áreas pequeñas y cobijas que pueden resbalarse. Reemplácelas con pisos de jebe.
- Coloque cerca de su alcance objetos que usa frecuentemente y que no requieren que use un banco para alcanzarlos.
- Asegúrese que su cama esta ubicada en tal forma que puede subirse y bajarse de ella con facilidad.
- Ponga protección para evitar resbalarse en sus escaleras.
- Use aplicaciones para evitar resbalarse en su tina y regadera.
- Instale barras para agarrarse cuando usa el excusado, la tina y la regadera.
- Las agencias de cuidado en casa, de cuidado personal, de apoyo o programas comunitarios, le pueden ayudar a hacer estos cambios si es que usted vive solo y necesita ayuda.

Tome precauciones adicionales en el hospital o casa de estadía

Muchas caídas ocurren cuando los pacientes o residentes tratan de levantarse de la cama para ir al baño o para caminar dentro del cuarto por sí mismos. Si necesita levantarse de la cama siga los siguientes pasos:

- Use el botón de llamada para pedir ayuda para levantarse de la cama si se siente desbalanceada.
- Pida ayuda para ir al baño o para caminar dentro del cuarto o en los pasillos.
- Use medias o zapatos que evitan resbalarse.
- Baje la altura de la cama y de las barandas laterales.
- Hable con su doctor si su medicina la hace sentir adormitada, mareada, lenta o confusa. Pregunte como reducir estos efectos secundarios o si puede cambiarse de medicamento.

Haga Escuchar su Voz™ - Cinco Cosas que Usted Puede Hacer para Prevenir Infecciones

Evitar contagiarse de resfríos comunes, infecciones de garganta y de la influenza es importante para todos. Aquí tenemos 5 consejos sencillos para usted, que puede seguir para evitar la proliferación de infecciones.

- **Lave sus manos.**
- Use agua tibia y jabón. Frótese las manos bien por lo menos durante 15 segundos. Frótese las palmas, las uñas, entre los dedos y la parte posterior de sus manos.
- Si sus manos no parecen sucias, límpielas con pañitos desinfectantes de base de alcohol. Frote el pañito sobre sus manos, especialmente bajo el borde de las uñas y entre los dedos hasta que sus manos estén secas.
- Limpie sus manos antes de tocar o ingerir alimentos. Límpielas después de usar el baño, sacar la basura, cambiar pañales, visitar a alguien que está enfermo o después de jugar con una mascota.
- **Asegúrese que los proveedores de cuidado de su salud limpien sus manos o usen guantes.**
- Doctores, enfermeras(os), dentistas y otros proveedores de cuidado de la salud están expuestos a ambientes y/o personas portadores de bacterias y virus, por lo que usted debería preguntar si es que ellos se lavaron las manos antes de atenderlo.
- Los proveedores de cuidado de la salud deberían usar guantes limpios cuando están efectuando tareas tales como obteniendo cultivos de la garganta, extrayendo dientes, sacando sangre, tocando heridas o fluidos corporales, y examinando su boca o partes privadas. No sienta temor de preguntarles si deberían usar guantes.
- **Cúbrase la boca y la nariz.**
- Muchas enfermedades se propagan a través de estornudos y tosidos. ¡Cuando Ud. estornuda o tose, los gérmenes pueden viajar en espacios de 3 pies o más! Cúbrase la boca y la nariz para prevenir la propagación de infecciones a otras personas.
- ¡Use un pañuelo de papel! Mantenga toallitas de papel al alcance en su casa, en el trabajo y en su bolsillo. Asegúrese de tirar a la basura las toallitas de papel después de ser usadas y de limpiar sus manos después de toser o estornudar.
- Si usted no tiene una toalla de papel, cubra su boca y nariz con la parte interna de su brazo una vez que haya flexionado su codo. Si usted uso sus manos, límpielas tan pronto como sea posible.

- **Si usted está enfermo, evite el contacto con otras personas.**
- Si usted está enfermo, permanezca lejos de otras personas o quédese en casa. No use el apretón de manos para saludar a otras personas.
- Cuando usted necesite recibir tratamiento médico, llame por adelantado y pregunte si hay algo que usted pudiera hacer para evitar infectar a otras personas mientras permanece en la sala de espera.
- **Vacúnese para evitar enfermedades y luche en contra de la proliferación de infecciones.**
- Asegúrese que sus vacunas están al corriente – inclusive para adultos. Chequee con su doctor acerca de las vacunas que usted debería obtener. Existen vacunas para prevenir las siguientes enfermedades:
 - Varicela
 - Sarampión
 - Tétanos
 - Herpes – Shingles
 - Influenza
 - Rubeola
 - Virus del papiloma humano (HPV)
 - Paperas
 - Diphtheria
 - Hepatitis
 - Meningitis
 - Tos ferina – Pertusas
 - Neumonía

Haga Escuchar su Voz TM - Lo que Debería Saber Sobre El Manejo del Dolor

Hablando de su dolor

Es importante para los doctores y enfermeras(os) el preguntarle constantemente acerca de su dolor?

Si. Esto se debe a que el dolor cambia con el transcurrir del tiempo. También necesitamos saber si su medicina para el dolor está trabajando. Doctores y enfermeras(os) deberían hacerle preguntas acerca de su dolor de manera regular.

¿Qué necesita usted decirle a su doctor y enfermera(o) acerca de su dolor?

Primero, infórmele que usted está experimentando dolor, aun sin que ellos le pregunten. Su doctor o enfermera(o) podrían pedirle que usted describa que tan fuerte es su dolor usando una escala que va desde 0 (cero) a 10, siendo 10 el dolor más fuerte.

Ellos podrían usar otras escalas para medir el dolor que usan palabras, colores, caras de personas o imágenes. Dígale donde le duele y que tan frecuente lo tiene. Infórmele(s) si usted no puede dormir o no puede hacer cosas básicas como vestirse o subir escaleras debido al dolor. Lo más informados que ellos estén de su dolor les otorga más posibilidades de tratarlo eficazmente. Las siguientes palabras pueden ser usadas para describir su dolor:

- | | | |
|--------------|-------------------|---------------|
| • Dolor | • Obtuso | • Agudo |
| • Hinchado | • Entumecido | • Punzante |
| • Ardor | • Estrujador | • Inflamación |
| • Calambres | • Presión | • Puñalada |
| • Va y viene | • Tirante | • Palpitante |
| • Constante | • Difuso, extenso | • Opresión |
| • Cortante | • Abrasador | |

¿Qué puede usted hacer cuando su dolor se hace más fuerte?

Dígale a su doctor o enfermera(o). Dígalos que tan fuerte es su dolor o si este permanece la mayor parte del tiempo. Infórmele al doctor si la medicina para el dolor no le está ayudando.

¿Debería usted incluir sus medicinas para el dolor en su lista de medicinas o tarjeta de medicamentos?

¡Si! Inclusive deberían incluirse entre ellas, aquellas medicinas para el dolor que usted deberá tomar por corto tiempo. Liste todas sus medicinas para el dolor – aquellas prescritas por su doctor y también las que usted compre en el mostrador sin receta médica.

Manejando su Dolor

¿Qué se puede hacer para tratar su dolor?

Hay muchas formas de manejar su dolor. Hay medicinas que se pueden usar para aliviar el dolor. También existen otras formas para tratar el dolor sin tomar medicinas. Su doctor trabajará con usted para encontrar la manera que sea más efectiva para usted.

¿Cuáles son algunas de las medicinas que se usan para tratar el dolor?

Algunas de estas medicinas son:

- Acetaminofenes
- Apirinas
- Iuprofenos
- Nproxenos
- Oioides (Los opioides incluyen morfina, oxicodona e hidromorfona.)

Muchas de estas medicinas vienen en píldoras, liquidas, supositorios y parches para la piel. Algunos tipos de dolor pueden ser tratados con medicamentos que usualmente no son considerados analgésicos. Por ejemplo: antidepresivos.

¿Existen otras maneras de eliminar el dolor?

Eso dependerá de la enfermedad o condición que usted este padeciendo y de cuanto dolor le esta causando. Algunas veces el dolor puede eliminarse de otras maneras, tales como haciendo ejercicios, posicionamiento correctivo, con calor o frio, etc.

Cuáles son los efectos secundarios de las medicinas para el dolor?

Eso depende de la medicina. Los efectos secundarios pueden incluir:

- Estreñimiento
- Nauseas
- Vómitos
- Picazón
- Somnolencia

¿Qué puede usted hacer si la medicina le causa efectos secundarios o mala reacción?

Llame a su doctor o enfermera(o) tan pronto como sea posible. Ellos encontrarán lo que se pueda hacer para tratar los efectos secundarios, incluyendo el cambio por otra medicina que pudiera trabajar mejor para usted.

¿Tiene usted temor de tomar medicinas para el dolor?

Usted puede haber tenido malas experiencias por tomar medicinas para el dolor en el pasado, tales como efectos secundarios negativos o malas reacciones. O usted puede estar tomando conjuntamente muchas medicinas más. Su doctor o enfermera(o) están preparados para cubrir y manejar sus temores.

¿Tiene usted temor de adquirir adicción a los medicamentos para el dolor?

Esta es una preocupación común de los pacientes. Estudios nos muestran que esto es muy poco probable. Esto es aún más certero si el paciente nunca ha tenido una adicción. Hable con su doctor o enfermera(o) acerca de sus temores.

¿Tiene usted temor que su medicina para el dolor deje de trabajar si la toma por periodos largos?

Esto es conocido como “tolerancia”. Significa que después de cierto tiempo, su organismo se acostumbra a la medicina que Ud. está tomando y se hace necesario efectuar cambios para aliviar el dolor. También es posible que la condición causante del dolor este empeorando o que usted este experimentando un nuevo tipo de dolor. Usted podrá necesitar una dosis más fuerte de la medicina que está tomando o una clase de medicina diferente para controlar su dolor. Hable con su doctor o enfermera(o).

¿Puede usted moler las píldoras o pastillas en caso que usted no las pueda tragar?

Consulte con su doctor, enfermera(o) o farmacéutico. Algunas medicinas pueden ser molidas y otras no. Por ejemplo medicinas con tiempo de liberación no deberían ser molidas.

Haga Escuchar su Voz™ - Ayude a Evitar Errores con su Medicinas

¿Quién es responsable por sus medicinas?

Mucha gente – incluyéndolo a usted.

Los doctores chequean todas sus medicinas para asegurarse que ellas pueden ser tomadas simultáneamente. Ellos también chequearan las vitaminas, hierbas, suplementos dietéticos o remedios naturales que usted este tomando.

Su farmacéutico chequeara sus medicinas nuevas para ver si hay otras medicinas, alimentos o bebidas que usted no debería tomar simultáneamente con las mismas. Esto ayudara a evitar malas reacciones.

Las enfermeras y otras proveedores de salud que podrían preparar las medicinas y dárselas a usted.

Usted necesita mostrarle a sus doctores, farmacéuticos, y otros proveedores de cuidado una lista de sus medicamentos. Esta lista debe incluir

- Prescripciones médicas
- Vitaminas
- Medicinas del mostrador (aspirinas por ejemplo)
- Hierbas
- Suplementos dietéticos
- Remedios naturales
- Drogas recreacionales
- La cantidad de alcohol que usted bebe cada día de la semana

¿Qué debería usted saber acerca de sus medicinas?

- Asegúrese que usted puede leer la escritura manual en la prescripción. Si usted no la puede leer, es probable que el farmacéutico no lo podrá hacer tampoco. Usted puede solicitar que le entreguen la prescripción de manera impresa.
- Lea la etiqueta en el frasco de la medicina. Asegúrese de que ella lleva su nombre y que el nombre de la medicina es correcto.
- Asegúrese de que usted entiende todas las instrucciones relacionadas a su medicina.
- Si usted tiene dudas acerca de sus medicamentos, pregúntele a su doctor, a su farmacéutico, o al proveedor de su cuidado.
- Qué pasa si Ud. se olvida de las instrucciones para tomar una medicina o no está seguro de tomarla?
- Llame a su doctor o al farmacéutico. No tenga temor de hacer preguntas acerca de cualquiera de sus Medicinas.

¿Qué puede usted hacer en el hospital o en la clínica para evitar errores con sus medicinas?

- Asegúrese que sus doctores, enfermeras o proveedores de su cuidado chequen su identificación en la banda de su muñeca y le pregunten su nombre antes de suministrarle la medicina. Así se evita que un paciente tome un medicamento que estaba supuesto a ser tomado por otro paciente.
- No tenga temor de decirle al proveedor de cuidado que usted piensa que está a punto de recibir una medicina equivocada.
- Infórmese del horario en que debe recibir sus medicamentos. Si no se los dan a tiempo, haga oír su voz.
- Infórmele al proveedor de cuidado si es que usted no se siente bien después de tomar una medicina. Pida ayuda inmediatamente si usted piensa que está teniendo una reacción o efectos secundarios por las medicinas que está tomando.
- A usted se le podría suministrar fluidos intravenosos (IV). Lea la etiqueta en la bolsa para saber que contiene. Pregúntele a su proveedor de cuidado cuanto tiempo tardara en terminarse el fluido. Infórmele a su proveedor de cuidado si el goteo del fluido es muy rápido o muy lento.
- Obtenga una lista de sus medicinas, incluyendo las nuevas. Lea la lista cuidadosamente. Asegúrese que esta contiene todos sus medicamentos. Si usted no se siente lo suficientemente bien para hacerlo, pídale a un familiar o a un amigo que lo ayude.

¿Qué preguntas hacerle a su doctor o a su farmacéutico?

- ¿Cómo me va a ayudar esta medicina?
- ¿Existen otros nombres para esta medicina? Por ejemplo, la medicina tiene un nombre de marca o es un nombre genérico.
- ¿Existe alguna información escrita sobre esta medicina?
- ¿Puede usted tomar esta medicina a pesar de sus alergias? Recuérdele al doctor de sus alergias y reacciones pasadas que usted haya tenido a ciertas medicinas.
- ¿Es seguro tomar esta medicina conjuntamente con sus otras medicinas? ¿Es seguro tomarla con sus vitaminas, hierbas y suplementos?
- ¿Existen algunos efectos secundarios por tomar esta medicina? ¿Por ejemplo, malestar estomacal? ¿A quién puede usted llamar en el caso de tener efectos secundarios o mala reacción? ¿Pueden esas personas estar disponibles 24 horas al día, siete días a la semana?
- ¿Hay instrucciones específicas para los medicamentos que Ud. está tomando? Por ejemplo, hay algunas comidas o bebidas que usted debería evitar mientras toma la medicina?
- ¿Puede usted dejar de tomar la medicina una vez que se sienta usted mejor? O necesita tomarla hasta que se haya terminado.
- ¿Necesita usted tragar o masticar la medicina? ¿La puede usted cortar o moler si es necesario?
- ¿Existe algún problema si usted toma bebidas alcohólicas mientras toma la medicina?

Haga Escuchar su Voz™ - Entendiendo a sus Doctores y a otros Proveedores de Cuidado

¿Qué puede usted hacer si no entiende lo que su proveedor de cuidado le está diciendo?

Dígale que no entiende. Use lenguaje corporal. Si usted no entiende mueva la cabeza indicando que “NO, yo no le entiendo”. Haga muchas preguntas. Haciendo preguntas usted les está ayudando a entender lo que necesita.

¿Qué puede usted hacer si ellos le explican y todavía usted no entiende?

Dígales que todavía usted no les entiende. Trate de ser lo más claro posible acerca de que específicamente es lo que no entiende. Los proveedores de cuidado tienen el deber de ayudarlo a entender. Usted no puede irse hasta que entienda que hacer y qué es lo que está pasando con Ud.

¿Qué hacer si el proveedor de cuidado esta apurado y no tiene tiempo para contestar sus preguntas?

Dígale que Ud. necesita más información y pregúntele en cuanto tiempo ellos podrían venir con usted para responder a sus preguntas.

¿Qué puede usted hacer si Ud. habla otro idioma?

Pida por alguien que hable su idioma. Esta persona puede ayudarle a hablar con su proveedor de cuidado. Esta persona debería trabajar para el hospital o para el centro de salud. Su trabajo es ayudar a personas que hablan otros idiomas. Esta persona puede no estar presente, pero podría estar en el teléfono. Ud. tiene derecho a recibir ayuda de alguien que hable su propia lengua. Pregunte si hay información en su idioma.

¿Qué puede hacer si usted tiene problemas de lectura o si no puede leer?

No se sienta mal. Comuníquese a su proveedor de cuidado. Ellos le podrán ayudar. Ellos le pueden explicar el significado del papeleo. Ellos además podrían tener formas y papeleo más simples de leer y de entender.

Las instrucciones de su doctor no son claras. Debería tratar de descifrarlas por usted mismo?

No. Las instrucciones de su doctor y de otros son importantes. Dígales cómo es que usted interpreta las instrucciones. Dígales si usted necesita escribir las instrucciones. Infórmeles si usted tiene un miembro de su familia o un amigo quien lo ayudara a tomar sus medicinas. Pídale al doctor que de indicaciones para que alguien hable con su familiar o amigo también.

¿Que si usted no entiende instrucciones escritas?

Dígaselo a su proveedor de cuidado. Dígale que Ud. necesita que las instrucciones le sean leídas. Dígale Que usted necesita instrucciones que sean fáciles de leer o que usted necesita instrucciones en su idioma.

¿Que si usted no entiende las instrucciones para tomar su medicina?

Dígale a su doctor si usted necesita ayuda. Dígales como usted interpreta las instrucciones. Dígales que usted no entiende como tomar sus medicinas. Dígales que usted no entiende cuando tomar sus medicinas. Algunos pacientes no entienden y toman mucho o muy poco de sus medicamentos. Esto podría ser peligroso.

¿Cómo puede usted recordar todas sus medicinas?

Pídales una tarjeta para listar sus medicinas. Pídale a su proveedor de cuidado que escriba en ella las medicinas y las cantidades que usted debería tomar. Traiga la tarjeta con Ud. cada vez que necesite ir al doctor.

El doctor le dice que usted necesita tener un “procedimiento”. ¿Qué es lo que significa?

Un procedimiento puede ser una operación o un tratamiento. Un procedimiento podría ser un examen con equipo especial. Ud. podría ser puesto a dormir o parte de su cuerpo podría ser anestesiada. Haga preguntas sobre qué es lo que se hará con usted. Si usted habla otro idioma, solicite a una persona que hable su lengua. Inclusive, si usted está en la sala de emergencia, necesita entender que es lo que va a pasar con usted.

¿Qué es consentimiento informado?

Consentimiento informado significa que usted sabe cómo se va a tratar su enfermedad o condición. Esto significa que usted está de acuerdo con la operación o el tratamiento. Esto significa que usted entiende los riesgos. Que usted de otros tratamientos disponibles para usted. Y que usted sabe que podría pasar si usted no recibe tratamiento. A usted se le pedirá firmar el papeleo solamente después de que usted entienda todo lo que le fue explicado.

Usted no entiende el papeleo que le entregaron para ser llenado por Ud. ¿Qué puede Ud. hacer?

Pídale a los proveedores de cuidado que le expliquen el papeleo. Pregúnteles si ellos le pueden ayudar a llenarlo.

Su proveedor de cuidado le pide hacer algo que va en contra de su cultura o de su religión. ¿Qué puede usted hacer?

Háblele a su proveedor de cuidado acerca de su cultura en relación a la petición solicitada. O háblele acerca de sus creencias religiosas. Explíqueles que es lo que usted necesita hacer. Cuando ellos sepan que es importante para usted, entonces podrán entender cuál es la mejor manera de cuidar de Ud. Deberá haber una forma en que se puedan satisfacer las necesidades del proveedor de cuidado y las suyas conjuntamente.

¿Dónde puede usted encontrar más información acerca de su enfermedad o condición?

Usted puede consultar con otro doctor para obtener otra opinión. Puede visitar su biblioteca local. Pídale ayuda al bibliotecario. Si Ud. usa computadoras, puede mirar en la Internet. Usted puede visitar Medline Plus tecleando medlineplus.gov o Mayo Clinic en mayoclinic.org/disease-conditions. Usted puede hablar con su doctor acerca de lo que puede aprender.

Haga Escuchar su Voz™ - Ayude a Prevenir Errores en sus Exámenes Médicos

¿Que si usted no entiende las formas médicas que le soliciten que firme?

Pídale al personal que le expliquen las formas. No firme nada hasta que usted entienda que es lo que está firmando. También tenga sus lentes con usted (si los necesita para leer) de manera que pueda leer las formas, etiquetas y cualquier otra información.

¿Cómo usted sabrá que los resultados de los exámenes son los suyos?

El personal debería preguntarle por su nombre completo y otra información, tal como su fecha de nacimiento. Si ellos no lo mencionan, pida ver las etiquetas de los recipientes en los cuales sus muestras son depositadas. La etiqueta deberá tener su nombre completo así como otros datos de su información personal. También asegúrese que los recipientes sean sellados inmediatamente para evitar errores de etiqueta y contaminación.

¿Que si usted no entiende que es lo que se está haciendo y porque?

Pídale al profesional del cuidado de salud que detenga el examen y que le explique qué es lo que él o ella está haciendo.

¿Cómo puede usted estar seguro que el examen que le están haciendo es el que ordeno su doctor?

Obtenga una copia de la orden para el examen de su doctor y llévela al lugar donde se le hará el examen. También, si usted piensa que está a punto de recibir el examen equivocado, no sienta temor de hacérselo saber al personal.

Usted está supuesto a recibir un “agente de contraste” ¿Qué es esto?

Un “agente de contraste” es un líquido que hace que los órganos y los vasos sanguíneos sean mas visibles en los rayos-X y en otras pruebas. Si usted recibe un agente de contraste y eso le causa picazón o dificultad para respirar, comuníquese al trabajador del cuidado de salud. Si usted está embarazada o dando de lactar, pregúntele a su doctor y al profesional del cuidado de salud si es que usted necesita hacer algo antes o después del examen para protegerse Ud. y proteger a su bebe.

¿Qué es un MRI y como usted se puede preparar para este procedimiento?

MRI significa imagen de resonancia magnética. La máquina para MRIs tiene imanes en su interior que se usan para obtener imágenes de su cuerpo. Estos imanes potentes pueden rápidamente jalar objetos metálicos dentro de la máquina, lo que podría causar lesiones. La máquina también podría calentar objetos metálicos y causar quemaduras. Si usted va a recibir un MRI asegúrese de eliminar todos los elementos metálicos de su cuerpo tales como, prendedores de cabello, etc. y díglele al profesional que le administrará el examen si usted tiene algún tipo de implantes en su cuerpo.

Los resultados de su examen indican que algo está mal. ¿Qué puede usted hacer?

Hable con su doctor y con uno o más especialistas para decidir cuál es el mejor tratamiento para usted. Usted podrá tomar la mejor decisión cuando tenga mayor información.

¿Qué puede usted hacer si es que tiene una mala experiencia en el laboratorio o en las instalaciones de pruebas o exámenes?

Si ellos son parte de un hospital, llámeles, infórmeles de la situación de manera que ellos puedan corregir el problema. Usted también puede elevar una queja a la organización de acreditación (como la Comisión Conjunta) o a las autoridades de licencias. La Comisión Conjunta provee una forma especial para quejas en su website jointcommission.org.

No asuma que falta de noticias son buenas noticias.

Siempre pregunte como y cuando usted debería estar recibiendo sus resultados. Haga el seguimiento respectivo con el doctor que ordeno la prueba. La comunicación con su doctor y con otros trabajadores del cuidado de la salud puede ser importante en recibir el tratamiento que usted necesite, con la prontitud que se requiera.

Preguntas que le debe hacer a su doctor:

- ¿Porque es que se está haciendo esta prueba o examen?
- ¿Puedo obtener una copia de la orden para el examen para llevarla al lugar donde se hará el mismo?
- ¿Hay algunos alimentos o bebidas que yo tenga que evitar antes o después de la prueba? Si es así, ¿Por cuánto tiempo antes y/o después yo debo de evitar ingerir tales comidas o bebidas?
- ¿Debería tomar mi medicina antes de la prueba?
- ¿Hay algo más que necesito hacer para prepararme para el examen?
- ¿Existen efectos secundarios al hacerme la prueba? ¿Sera dolorosa o incomoda? ¿Es inusual tener dolor o incomodidad?
- ¿Puedo llamar o visitar anticipadamente las instalaciones del lugar donde voy a hacerme la prueba o el examen?

Preguntas para los profesionales del cuidado de la salud que le harán el examen o le extraerán sangre:

- ¿Su práctica e instalaciones están acreditadas? ¿Son inspeccionadas por alguna agencia del gobierno?
- ¿Cuándo fue la última inspección? ¿Cuáles fueron los resultados?
- ¿Se ha usted lavado las manos?
- ¿Necesita usted usar guantes mientras me extrae sangre o una muestra?
- ¿Cuándo estarán listos los resultados? ¿Cómo mi doctor y yo vamos a ser informados de los resultados?
- ¿Se me notificara rápidamente si el examen indica algún tipo de problema que requiera atención inmediata? ¿Ustedes le notificaran a mi doctor también?
- ¿Me puede usted dar un número telefónico para llamar en caso que yo tenga más preguntas?

Haga Escuchar su Voz™ - Ayude a Prevenir Errores en Cirugía

Por su seguridad el personal podría hacerle la misma pregunta varias veces. Ellos le preguntaran:

- Su nombre
- Su fecha de nacimiento
- El tipo de cirugía que va a tener
- La parte de su cuerpo que va a ser operada
- Ellos también harán un doble chequeo de su expediente de la oficina de su doctor

Antes de su cirugía

- Un profesional del cuidado de la salud marcará el lugar de su cuerpo donde se hará la operación.
- Asegúrese de que la marca va en la parte correcta y en ningún otro sitio. Esto ayuda a evitar errores.
- La marcación se hace usualmente cuando el paciente está despierto. En algunas oportunidades usted no puede estar despierto cuando se hace la marcación. Si esto sucede, un familiar o un amigo u otro profesional del cuidado de salud puede estar de observador en el momento de la marcación. Ellos pueden asegurarse de que la marcación se hizo en la parte correcta de su cuerpo.
- Si usted va a ser operado en la columna vertebral, se harán marcas en su cuello, parte superior de su espalda y parte inferior de su espalda. El cirujano chequeará el lugar exacto de su columna en la sala de operaciones después de que usted se haya quedado dormido.
- Pregúntele a su cirujano si ellos van a tomar un “tiempo libre” inmediatamente antes de su cirugía. Esto se hace para asegurarse que ellos están haciendo la cirugía correcta, en la parte del cuerpo correcta, en la persona correcta.

Después de su cirugía

- Comuníquese a su doctor y a su enfermera(o) el dolor que está experimentando. Los hospitales y centros de cirugía acreditados por la Comisión Conjunta tienen el deber de ayudarlo a aliviar su dolor.
- Haga preguntas acerca de las medicinas que le están dando, especialmente si son medicinas nuevas. ¿Cuáles son? ¿Para que son? ¿Hay efectos secundarios después de tomarlas? Dígame a sus proveedores de cuidado si usted tiene algunas alergias a ciertas medicinas. Si usted tiene más preguntas acerca de alguna medicina, hable con su doctor o enfermera antes de tomarla.
- Averigüe acerca de los fluidos intravenosos (IV) que le están suministrando. Estos son líquidos que gotean desde una bolsa y van directamente en sus venas. Pregunte cuanto tiempo tomara hasta que la bolsa quede vacía. Dígame a la enfermera(o) si le parece que el goteo es muy rápido o muy lento.
- Pregúntele a su doctor si usted va a necesitar terapia o medicamentos después de que usted salga del hospital.
- Pregunte cuando Ud. podrá retomar sus actividades normales como trabajar, hacer ejercicios y viajar.

Informacion Financiera

Facturacion al Paciente

Los cargos por hospitalización y por servicios de doctores son efectuados de manera separada. Su cuenta con AHMC Anaheim Regional Medical Center consiste de los siguientes cargos:

- Personal del hospital
 - Habitación
 - Comidas
 - Uso del equipo médico y suministros adicionales

Los médicos no son empleados del hospital. Su(s) doctor(es) le hará(n) un cargo separado, al igual que cualquier otro doctor que haya intervenido en su cuidado incluyendo:

- Doctores del Departamento de Emergencias
- Anestesiólogos
- Patólogos
- Radiólogos
- Doctores de consulta

Informacion de Seguro

Medicare

Su seguro Medicare será facturado directamente por su estadía en el hospital. Después que el hospital reciba el pago de Medicare, usted sera facturado por cualquier co-pago o deducible remanentes que no hayan sido cubiertos por su compañía de seguro médico. El pago del balance se vencerá tan pronto cuando usted reciba dicha notificación.

Covered California

Los educadores certificados de AHMC Anaheim Regional Medical Center están disponibles para contestar cualquier pregunta o aclarar cualquier duda o preocupación que usted o sus familiares pudieran tener en relación a la cobertura de su seguro de salud a través del programa Covered California. Por favor llame al 1.800.214.3874.

Otros Seguros (incluyendo HMOs o PPOs)

Su compañía de seguros sera facturada directamente por su estadía en el hospital. Usted será notificado de co-pagos o deductibles no cubiertos por su compañía de seguros. El pago del balance se vencerá tan pronto cuando usted reciba dicha notificación.

Pacientes sin Seguro

Si usted no tiene seguro, se le solicitará pagar un depósito estimado, basado en su estadía proyectada en el hospital y en el tipo de servicios médicos a recibir. Si es necesario, nosotros podemos ayudarle con un plan de pagos. También podemos proveerle un programa especial de precios para pagos en cash.

Consejeros Financieros

Si usted no tiene seguro médico o su seguro ofrece cobertura limitada, nuestros consejeros financieros están disponibles para ayudarle con un programa de pagos para usted.

Para preguntas relacionadas a facturación o colecciones por favor llame al 888.214.3874.

Pago Electrónico de Facturas

Ahora AHMC Anaheim Regional Medical Center ofrece pago de facturas electrónico. La Oficina de Negocios Electrónica le permite pagar sus facturas, establecer un plan de pagos, revisar su factura y contactar al equipo de representantes en el departamento de Servicio al Cliente. Esta es una manera sencilla, segura y confiable de manejar y pagar sus facturas de hospitalización.

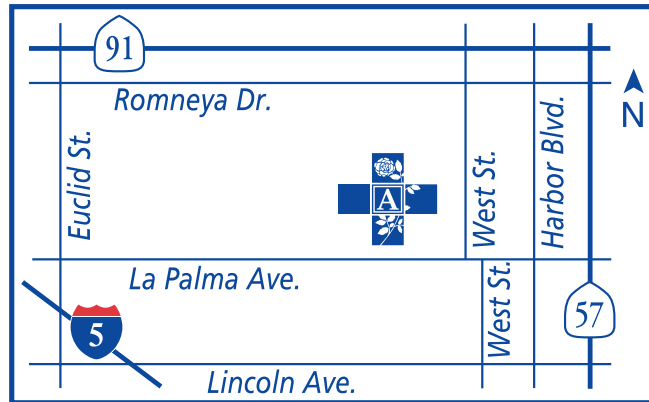
Visite ahmchealth.patientsimple.com para crear su cuenta.

Nosotros aceptamos los siguientes tipos de pago:

- Cheques (Personales o cheques de viajero)
- Cash
- American Express
- Visa
- Master Card
- Discover

Numeros Telefonicos de Facturación

Facturación de Doctores en Sala de Emergencias (Emergency Medical Management Association)	866.898.7148
Facturación – Radiología	800.318.6347
Facturación – Anestesiología	714.560.1580
Facturación – Patología	800.945.2455
Facturación/Servicio al Cliente	888.214.3874



AHMC Anaheim Regional Medical Center

AHMC Healthcare

1111 W. La Palma Avenue
Anaheim, CA 92801

714.774.1450

armc4u@ahmchealth.com

anaheimregionalmc.com

Important Phone Numbers

Admitting 714.999.6000 ext. 2168

Community Events 844.856.1503