



Memorial Medical Center



Guía para el paciente

Escanee el código QR para obtener más información específica para visitas y pacientes de Memorial Medical Center



EQUIPO DE RESPUESTA RÁPIDA

APOYO ESPECIAL PARA EVITAR EMERGENCIAS

En el hospital, contamos en todo momento con un grupo de personas altamente capacitadas llamado Equipo de respuesta rápida. Usted o quienes lo acompañen pueden llamar a este equipo en cualquier momento para que controlen cualquier afección médica inquietante antes de que sea una emergencia que ponga en peligro la vida.

Cuándo llamar a la respuesta rápida:

Llame para pedir ayuda si nota algo de lo siguiente:

- Cambios en la frecuencia cardíaca o la presión arterial.
- Un cambio en la frecuencia respiratoria (respiración) o los niveles de oxígeno.
- Cambios en la producción de orina (mucha más o menos orina).
- Un cambio en el estado mental o el nivel de conciencia.
- En cualquier momento en que considere que algo podría estar mal.
- Cualquier cambio en la afección del paciente que requiera atención inmediata y el equipo de atención médica no responde o si sigue teniendo inquietudes serias.

Cómo llamar a la respuesta rápida:

- 1 Marque 66 en el teléfono que está al lado de su cama.
- 2 Informe al operador su nombre, el número de habitación, el nombre del paciente y su inquietud.
- 3 Enviaremos a su habitación al equipo de respuesta rápida.

Índice

Equipo de respuesta rápida	1
Bienvenida y presentación	3
Nuestra misión, nuestra visión y nuestros valores	4
Información para visitas	5
Tome el control de su atención	
• Conozca quién lo atiende mientras está en el hospital	6
• Tome el control de su comunicación	7
• Esté atento respecto de su atención	8
• Antes de irse del hospital	8
• Las diez preguntas para hacer antes de volver al hogar	10
• Atención posterior a la hospitalización	11
• Tome el control de sus pagos	12
• Instrucciones anticipadas	14
Prevención de infecciones	
• Prevención de infecciones hospitalarias	15
• Bacterias superresistentes	15
• Cinco maneras de combatir infecciones	17
Seguridad en la salud	
• No ignore el dolor	18
• Evite caídas	19
• Prepárese para la cirugía	19
Seguridad de los medicamentos	
• Controle sus medicamentos	20
• Medicamentos y efectos secundarios	23
Derechos y responsabilidades del paciente	26

Bienvenida y presentación

Para nosotros, es un privilegio cubrir las necesidades de atención médica de los miembros de nuestra comunidad y queremos agradecerle por elegirnos para su atención.

Durante su estadía, nuestra prioridad es brindarle la más alta calidad de atención disponible y garantizar que tenga una experiencia cómoda y placentera. Sabemos que asegurarnos de que tenga acceso a la información y los recursos que necesita, cuando los necesita, es esencial para nuestro éxito.

Por eso hemos desarrollado esta guía para el paciente, que esperamos le resulte útil y tranquilizadora. Está llena de información para ayudarlo durante su estadía y después de esta, por eso le recomendamos que se tome unos minutos para revisarla.

Sabemos que la hospitalización puede ser inquietante y esperamos sinceramente que se sienta respaldado y bien cuidado mientras está aquí. Si tiene preguntas o inquietudes en cualquier momento durante su estadía, infórmenos.

Nuevamente, gracias por elegirnos para atender sus necesidades de atención médica. Es un placer prestarle servicios.

Atentamente,

Su
equipo de
atención hospitalaria



Nuestra misión

Making communities healthier®

Nuestra visión

Queremos crear lugares donde:

- las personas busquen atención médica,
- los médicos y proveedores deseen trabajar,
- los empleados deseen trabajar.

Nuestros valores centrales



**Atención de excelencia
para el paciente**



Hacer lo correcto



Aceptar la individualidad



Actuar con bondad



Marcar juntos la diferencia

Información para visitas

Comprendemos que tener a sus seres queridos junto a usted puede ayudar en su sanación y su atención. Tiene derecho a elegir y priorizar las visitas entre familiares, amigos, parejas, ayudantes de cuidado personal u otras personas (independientemente del sexo o su relación con la persona). También puede elegir una persona de apoyo que esté presente durante toda su estadía, a menos que esa presencia afecte su salud o los derechos o la seguridad de otros pacientes. Si tiene preguntas sobre sus derechos de visitas, pregunte al personal de enfermería o use las pautas para visitas a través del código QR que está en el frente de esta guía.

Pautas para visitas

Para brindar un entorno seguro y tranquilo, solicitamos que las visitas sigan las siguientes pautas:

- No visite si tiene resfrío, dolor de garganta, fiebre u otra enfermedad.
- Evite el comportamiento ruidoso y alborotado para ayudar a respetar la mejoría de todos los pacientes.
- Pregunte antes de llevar a la habitación del paciente alimentos, bebidas u otros elementos, como globos, flores o perfume, que puedan provocar alergias.
- Lávese las manos antes de ingresar y al salir de la habitación de un paciente.
- Asegúrese de que todos los niños tengan la supervisión de un adulto en todo momento.

Hágase escuchar

Si tiene preguntas o inquietudes, tiene derecho a preguntar y obtener una respuesta que pueda entender de su médico o el personal de enfermería. Alentamos que usted y su familia sean socios activos en su equipo de atención médica. Para ayudar, comparta sus respuestas a estas preguntas con el personal del hospital:

- ¿Qué idioma se habla en su hogar?
- ¿Necesita anteojos, audífonos u otros dispositivos que lo ayuden a comunicarse con el personal del hospital?
- ¿Prefiere escuchar, ver o leer la información de salud?
- ¿Tiene alguna necesidad especial cultural, étnica o religiosa?
- ¿Quién será su persona de apoyo que hable con el personal del hospital sobre sus deseos de atención médica?

Tome el control de su atención

Conozca quién lo atiende mientras está en el hospital

Durante su estadía, recibirá la atención de un hospitalista. Los hospitalistas generalmente trabajan en grupos para brindar atención a los pacientes las 24 horas y atienden únicamente a pacientes hospitalizados. Tener un hospitalista que supervise la atención puede ser una experiencia nueva para usted o su ser querido, por lo cual, a continuación, brindamos las respuestas a algunas preguntas frecuentes.

¿Un hospitalista reemplaza a mi médico de atención primaria?

Los hospitalistas no reemplazan a su médico de atención primaria. De hecho, nuestros hospitalistas trabajan con su médico para garantizar que usted reciba la mejor atención posible mientras está en el hospital. Cuando ingresa al hospital, su hospitalista recibe una copia de su historia clínica. Cuando le dan el alta, sus registros se actualizan y se envían a su médico de atención primaria.

¿Qué sucede si no tengo un médico de atención primaria?

Si no tiene un médico de atención primaria, los hospitalistas lo atenderán mientras está en el hospital. Es importante que reciba la misma atención de alta calidad, independientemente de que tenga o no un médico de atención primaria. Antes del alta, trabajaremos con usted para que tenga un médico para las citas de seguimiento.

¿Cuáles son otros beneficios de los hospitalistas?

Los hospitalistas están disponibles las 24 horas, los siete días de la semana para evaluar su estado, ajustar el tratamiento, hacer un seguimiento a los resultados de las pruebas y hablar sobre su atención con especialistas. Si hay una emergencia, están en el lugar y pueden tomar decisiones rápidamente sobre su atención. Esto ayuda a garantizar que su recuperación sea constante y sin problemas, y puede ayudar a que esté preparado para el alta con más prontitud.

Usted es el centro de su equipo de atención médica. Con esta guía especial, podrá obtener los mejores resultados de su estadía en el hospital.

Los hospitalistas ayudan a su médico

Mientras se encuentra en el hospital, un hospitalista puede supervisar su atención. Esto ayuda a que su médico de atención primaria esté más disponible para usted y otros pacientes en el entorno del consultorio.

Elija una persona de apoyo

Un amigo o familiar de confianza puede ser de gran ayuda durante su estadía en el hospital. Seleccione una persona clave para que sea responsable de su atención médica. Si se estresa o cambia su capacidad de comunicarse, esta persona puede representarlo y defender su atención.

Una persona de apoyo puede hacer lo siguiente:

- Hacer preguntas que quizá a usted no se le ocurran y anotar información.
- Controlar sus medicamentos y tratamientos.
- Prestar atención para detectar signos de que su afección empeora y pedir ayuda.

Verificación de identificación

Mientras se encuentre aquí, muchas personas lo atenderán (médicos, personal de enfermería, ayudantes), y estas mismas personas atenderán a muchos pacientes. A fin de evitar errores en su atención:

1. Pida ver la identificación (ID) de todas las personas que vengan a su habitación, de modo que sepa el nombre y el cargo de la persona que lo atiende. Si no ve una insignia de ID, comuníquese de inmediato con el personal de enfermería.
2. Avise si el personal del hospital no verifica su ID. Cada vez que el personal ingrese en su habitación para administrarle medicamentos, trasladarlo o realizar procedimientos o tratamientos, diga su nombre y su fecha de nacimiento. Por momentos, esto puede parecer repetitivo, pero ayuda a garantizar que reciba la atención adecuada.
3. Siempre verifique dos veces su nombre con el personal para evitar errores.

Tome el control de su comunicación

Usted es el miembro más importante de su equipo de atención médica.

- Comprenda su tratamiento.
- Haga preguntas.
- Diga si tiene dolor.
- Conozca sus medicamentos.
- Planifique un alta exitosa.

- 1. Haga preguntas:** si escucha un término médico que no comprende, pregunte qué significa.
 - 2. Repita las indicaciones:** después de recibir instrucciones o una explicación, su equipo de atención le pedirá que repita lo que escuchó para que puedan asegurarse de que usted comprendió.
 - 3. Tome notas:** anote la información clave que le diga su médico para no olvidarla.
-

Esté atento respecto de su atención

- Informe al personal de enfermería o a un miembro de su equipo de atención si hay algo que no parece estar bien.
 - Sepa los horarios en que normalmente toma los medicamentos e informe al personal de enfermería si no los recibió.
 - Solicite dibujos o ilustraciones que lo ayuden a entender su afección.
 - Lea y comprenda los formularios médicos antes de firmar. Pida que le expliquen la información si lo necesita.
 - Si su tratamiento implica equipos médicos, practique usarlos con el personal de enfermería antes de irse del hospital.
 - No tenga miedo a pedir una segunda opinión. Cuanta más información tenga, mejor se sentirá respecto de sus decisiones.
 - Hable con su médico y sus familiares respecto de si quiere que se tomen medidas para salvarle la vida.
-

Antes de irse del hospital

Un motivo para planificar con anticipación

Si necesita un centro de rehabilitación, una residencia de ancianos, atención especializada u otro servicio después de su estadía, necesitará tiempo para encontrar y evaluar sus opciones. Para ayudar a comparar los servicios de su área local, visite:

- www.qualitycheck.org
- www.medicare.gov/care-compare

Planifique con anticipación para reducir las probabilidades de que sea reingresado y aumentar las posibilidades de una recuperación saludable. Tome medidas lo antes posible durante su estadía para planificar una transición exitosa desde el hospital.

Para comenzar, pida hablar con su planificador de alta y revise lo siguiente:

- Su resumen de alta y su plan de alta.
- Su lista completa de medicamentos e instrucciones.
- Sus próximas citas.
- Qué hacer si no se siente bien.

Lista de verificación para el alta

Asegúrese de tener la siguiente información antes de irse del hospital.

1. **Resumen de alta.** Este incluye el motivo por el que estuvo en el hospital, quién lo atendió, los procedimientos que tuvo y sus medicamentos.
2. **Lista de medicamentos.** Esta incluye todas sus recetas nuevas y anteriores, los medicamentos de venta libre, las vitaminas y los suplementos. Pregunte si hay medicamentos que puede dejar de tomar o que no corresponda tomar juntos. También asegúrese de saber por qué, cómo y cuándo tomar cada uno.
3. **Recetas.** Verifique que su farmacia tenga sus nuevas recetas y que tenga un plan para surtirlos.
4. **Instrucciones para la atención de seguimiento.** Además de los medicamentos, esto puede incluir lo siguiente:
 - Alimentos y actividades que debe evitar.
 - Pruebas o citas.
 - Cómo cuidar las incisiones o usar el equipo.
5. **Servicios posteriores a la hospitalización.** Sepa cuánto apoyo necesitará en las siguientes áreas:
 - Cuidado personal: bañarse, comer, vestirse, ir al baño.
 - Cuidados del hogar: cocinar, limpiar, lavar ropa, hacer compras.
 - Atención médica: tomar sus medicamentos, citas con el médico, fisioterapia, cuidado de heridas, inyecciones, equipo médico.
6. **Recursos locales.** Pida ayuda a su planificador de alta para encontrar servicios de atención posterior u otros grupos de apoyo locales. Pruebe el método de repetir las indicaciones. Repita lo que escucha del planificador de alta para asegurarse de que entiende los detalles correctamente.

Tiene derecho a apelar su alta si no está de acuerdo con la decisión de que está preparado para irse del hospital. Hable con su planificador de alta o con su médico y comparta sus inquietudes. También es posible que deba comunicarse con Medicare, Medicaid o su compañía de seguro.

Las diez preguntas para hacer antes de volver al hogar

1. ¿A qué número puedo llamar las 24 horas del día si tengo preguntas o inquietudes? ¿Quién es mi contacto?
2. ¿Se ha programado mi cita de seguimiento? ¿Con quién? ¿Tengo cómo ir?
3. ¿Cuáles son los signos clave de advertencia con los que debo tener precaución? ¿A quién llamo si se producen estos signos?
4. ¿Qué equipo especial necesito? ¿Qué instrucciones especiales necesito (cuidado de heridas, inyecciones, etc.)?
5. ¿Qué tipos de actividades y alimentos están limitados? ¿Durante cuánto tiempo?
6. ¿Los médicos que me atienden después de mi estadía tienen acceso a los resultados de mis pruebas y a mis medicamentos? ¿Necesito pruebas de seguimiento?
7. ¿Es seguro tomar mis medicamentos nuevos con mis otros medicamentos, vitaminas o suplementos?
8. ¿Sé cómo y cuándo tomar mis medicamentos y cómo haré surtir mis recetas?
9. ¿Quién proporcionará el personal, los servicios domiciliarios o de atención médica adicionales que pueda necesitar?
10. ¿Quién puede ayudarme si tengo inquietudes sobre los costos médicos? Si necesita un equipo médico duradero (andador, silla de ruedas, cama de hospital, oxígeno, etc.), Medicare cubrirá el costo solo si usa un proveedor aprobado. Para encontrar uno en su área, visite www.medicare.gov y seleccione "Find medical equipment & suppliers" (Buscar equipos médicos y proveedores) o llame al 1.800.MEDICARE (800.633.4227).



Atención posterior a la hospitalización

Guía rápida de las opciones de recuperación después de su estadía en el hospital

Comuníquese con su seguro de salud, Medicare o Medicaid para averiguar qué atención y qué servicios están cubiertos para usted y para obtener ayuda con los costos. La atención posterior a la hospitalización que se adecúe a sus necesidades es importante. Asegúrese de que comprenda lo que su médico recomienda para el tratamiento después de su estadía en el hospital. Las opciones de atención posterior a la hospitalización incluyen las siguientes:

Atención médica a domicilio

Atención provista por profesionales en su hogar para ayudar a mantener o recuperar la salud. Estos pueden incluir servicios de cuidado del hogar, como limpieza y preparación de comidas; servicios de cuidado personal, por ejemplo, bañarse, vestirse o comer; y servicios de atención médica, como fisioterapia o enfermería especializada.

Vida independiente

Comunidades con departamentos o casas privados e individuales. Incluye: comidas, limpieza, mantenimiento, actividades sociales y, posiblemente, transporte. Los servicios de atención médica, como los de enfermería especializada, no suelen ser estándares.

Vida asistida

Unidades o departamentos individuales, generalmente en una instalación de cuidados a largo plazo. Incluye: servicios de cuidado del hogar y personal, además de ayuda para manejar afecciones de salud y rutinas de medicamentos, más actividades sociales y transporte. Personal médico en el lugar las 24 horas.

Residencia de ancianos

Instalación de cuidados a largo plazo para personas que no necesitan un hospital, pero no pueden recibir cuidados en el hogar. Incluye: todos los servicios de vida diaria y cuidado personal, atención de personal de enfermería especializado las 24 horas, más actividades y eventos sociales. A menudo, hay unidades especiales disponibles para personas con enfermedad de Alzheimer o pérdida de la memoria.

Centro de cuidados paliativos

Programa de cuidados que brinda apoyo a pacientes con enfermedad terminal y sus familias, en hospitales, centros especializados o en el hogar. Incluye: ayuda las 24 horas con el control del dolor, el manejo de los síntomas y el apoyo emocional o espiritual.

Para comenzar a evaluar o buscar recursos de atención posterior a la hospitalización en su área, visite:

- Buscador de cuidados para adultos mayores en eldercare.acl.gov
- Red Nacional de Relevó y Centro de Recursos en www.archrespite.org

También puede hablar con su administrador de casos o trabajador social para obtener ayuda para encontrar la atención posterior a la hospitalización adecuada.

Tome el control de sus pagos

El proceso de facturación del hospital puede parecer complicado, pero puede sentir mayor control si sabe exactamente lo que cubre su factura. Por ejemplo, si se queda durante la noche, es probable que vea cargos por la habitación, las comidas, la atención de enfermería las 24 horas y los medicamentos. La factura también mostrará cargos por servicios especiales, como radiografías y análisis de laboratorio. Recibirá facturas de médicos, cirujanos y especialistas por separado del hospital.

Términos que suelen confundirse

Deducible: el monto que debe cada año antes de que su seguro comience a hacer pagos.

Copago: una tarifa fija que paga por un servicio específico, generalmente pagadera en el momento del servicio.

Coseguro: la parte de sus gastos médicos de la que usted es personalmente responsable de pagar. Por ejemplo, su seguro puede cubrir el 80 por ciento de una factura, mientras que usted debe pagar el 20 por ciento restante.

Llevar un seguimiento

Una de las maneras clave para sentirse más informado y menos abrumado respecto del proceso de facturación del hospital es mantenerse organizado. Mantenga todos sus resúmenes y facturas juntos y revise cada uno cuando llega.

Medicare

Si tiene Medicare, deberá llenar un formulario de pagador secundario de Medicare (Medicare Secondary Payer, MSP). Esto garantiza que Medicare pague los servicios no cubiertos por otro seguro que pueda tener. Si tiene un seguro secundario, este generalmente cubre los deducibles de Medicare. Si no tiene un seguro secundario, deberá pagar esos montos usted mismo. Además, asegúrese de leer sus Avisos de resumen de Medicare (Medicare Summary Notices, MSN) trimestrales para revisar lo siguiente:

- El monto que cobraron sus médicos.
- El monto que aprobó y pagó Medicare.
- El monto que debe.
- Su estado actual en cuanto al deducible.

Si tiene preguntas, llame al número de servicio al cliente que aparece en su resumen.

Proveedores de seguro comerciales

Si usa un proveedor de seguro comercial, el hospital envía su reclamación según la información que proporciona cuando se registra. Alrededor de un mes después de que se va del hospital, obtendrá un resumen de la explicación de beneficios (explanation of benefits, EOB) de su proveedor de seguro. Esta no es una factura. Las EOB muestran lo siguiente:

- El monto que le factura su médico u hospital.
- Cuánto de ese costo está cubierto por su seguro.
- Cuánto debe.

Revise atentamente este y todos los demás documentos relacionados con la facturación. Si tiene preguntas, comuníquese con su médico o con el número de servicio al cliente que aparece en el resumen.

Pacientes que pagan por sí mismos y arreglos de pago

Si tiene planificado pagar sus facturas sin ayuda de Medicare o un proveedor de seguro comercial, recibirá las facturas directamente del hospital. Cuando llega la primera factura, llame al departamento de servicios financieros del hospital para crear un plan de pago.

Comuníquese con el departamento de servicios financieros tan pronto como sea posible. Si no crea un plan de pago o si deja de hacer pagos, es posible que su cuenta se envíe a una agencia de cobros. El hospital desea coordinar con usted, por lo que recomendamos que se comunique por cualquier pregunta o inquietud que tenga.

Coordinación de beneficios (COB)

La COB se produce cuando usted está cubierto por dos o más compañías de seguro. Esto puede suceder cuando los cónyuges o las parejas están incluidos en las pólizas de seguro del otro o cuando ambos padres tienen a sus hijos en sus pólizas individuales. Para evitar los pagos por duplicado, la COB determina el pagador primario. Sus proveedores de seguro siguen pautas para elegir quién paga primero. Consulte con su proveedor de seguro sus reglas para las COB, los pagadores primarios y los formularios que debe completar.

¿Necesita ayuda?

Si no comprende algo de su factura o si tiene dificultades para pagar sus facturas, infórmenos. Un representante de pacientes puede trabajar con usted y guiarlo a los servicios que pueden ayudar.

Instrucciones anticipadas: Una manera simple e inteligente de tomar el control de su atención

Una de las decisiones más importantes que puede tomar respecto de su atención es completar instrucciones anticipadas en caso de que no pueda hablar por su cuenta. Las instrucciones anticipadas son documentos que informan a los demás sus deseos respecto del tipo de atención que quiere. Estas se utilizarán únicamente si usted queda inconsciente o está demasiado enfermo para comunicarse por su cuenta. Los diferentes estados tienen leyes diferentes sobre instrucciones anticipadas. Consulte con el personal de enfermería si tiene alguna pregunta.

Asegúrese de presentar instrucciones anticipadas cada vez que va al hospital para que consten en el archivo su información y sus deseos más actualizados. No necesita un abogado para completar estos documentos. Para obtener más información y los formularios que necesita, pregunte al personal de enfermería.

Las instrucciones pueden incluir lo siguiente:

Testamento vital

Este conjunto de instrucciones explica el tipo de atención médica para prolongar la salud que desea aceptar o rechazar. Puede incluir sus deseos sobre el uso de resucitación (RCP) si se detiene el corazón, un respirador si deja de respirar o sondas o vías intravenosas de alimentación si no puede comer o beber.

Poder duradero

Para la atención médica: Este es un documento legal que nombra a su apoderado para la atención médica, alguien que puede tomar decisiones médicas por usted si usted no puede hacerlo. Un apoderado oficial para la atención médica puede representar sus deseos sobre la atención de emergencia, pero también otras cuestiones médicas, como opciones de posibles tratamientos, transfusiones de sangre, diálisis renal, etc. Elija a alguien en quien confíe, hable sobre sus deseos médicos y asegúrese de que la persona esté de acuerdo en representarlo con este papel.

Para asuntos financieros: También tiene derecho a nombrar a alguien o a la misma persona para que lo ayude a manejar sus finanzas si usted no puede hacerlo.

Prevención de infecciones

Prevenga infecciones hospitalarias: Tome medidas para reducir su riesgo durante la estadía

Según el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., uno de 25 pacientes tiene una infección relacionada con la atención médica mientras está internado en el hospital. A menudo, estas se producen porque los procedimientos y equipos hospitalarios pueden exponer a los gérmenes las partes internas del cuerpo. La tabla de la derecha enumera las infecciones frecuentes y las medidas que puede tomar para evitarlas.

Bacterias superresistentes

Una bacteria superresistente es un germen que produce una infección bacteriana, viral o fúngica, pero no responde a los tratamientos habituales. Esto quiere decir que estas bacterias causan enfermedades más prolongadas y aumentan el riesgo de tener complicaciones más serias. Las cepas frecuentes incluyen SARM, E. Coli y ERV. Las bacterias superresistentes se transmiten de persona a persona cuando se tocan las manos o los objetos con gérmenes. Tome las siguientes medidas para protegerse. Además, recuerde: lávese las manos y pida a todas las personas que vea durante su estadía que se laven las manos también.



TIPO	CÓMO COMIENZA	SÍNTOMAS	PREVENCIÓN
Infecciones del tracto urinario (ITU) relacionadas con el catéter	Los gérmenes ingresan en el tracto urinario mientras usted usa un tubo para drenar la orina.	<ul style="list-style-type: none"> • Fiebre • Ardor • Dolor • Orina frecuente o con sangre 	<ul style="list-style-type: none"> • Lávese las manos antes de tocar la zona. • Mantenga la bolsa de orina debajo del nivel de la vejiga para evitar el reflujo. • No estire, jale, tuerza ni doble el tubo. • Sujete el catéter a su pierna y pregunte todos los días si sigue siendo necesario.
Infecciones en el lugar de la cirugía	Los gérmenes afectan el lugar de la cirugía, ya sea en la piel o internamente.	<ul style="list-style-type: none"> • Enrojecimiento • Dolor • Drenaje de líquido turbio • Fiebre 	<ul style="list-style-type: none"> • No se afeite el lugar de la cirugía (la irritación aumenta el riesgo de infección). • Lávese las manos antes de tocar la zona. • No permita que las visitas toquen o venden su herida. • Pida al personal de enfermería que le muestre cómo cuidar su herida.
Infecciones del flujo sanguíneo relacionadas con la vía central	Los gérmenes ingresan en el torrente sanguíneo a través de un tubo grande que se inserta en una vena cerca del cuello, el pecho o la ingle.	<ul style="list-style-type: none"> • Piel roja y dolor en el lugar • Fiebre • Escalofríos 	<ul style="list-style-type: none"> • Lávese las manos antes de tocar la zona. • Asegúrese de que el personal use guantes, bata, cofia, mascarilla y paños quirúrgicos cuando manipulan el tubo. • Informe si se le sale la venda, si esta está mojada o sucia, o si su piel parece inflamada. • Evite tocar el tubo o dejar que las visitas toquen el tubo.
Neumonía relacionada con el respirador	Los gérmenes ingresan en los pulmones a través de un tubo que se le coloca en la boca, la nariz o el cuello para ayudarlo a respirar.	<ul style="list-style-type: none"> • Tos • Moco • Fiebre • Escalofríos • Dificultad para respirar 	<ul style="list-style-type: none"> • Lávese las manos antes de tocar la zona. • Pregunte si es seguro elevar la cabeza de la cama. • Sepa con qué frecuencia debe limpiarse el interior de su boca. • Pida que se le retire el tubo lo antes posible.

Cinco maneras de combatir infecciones

El hospital es un lugar al que acude para ponerse bien, pero allí también puede entrar en contacto con gérmenes que pueden empeorar su estado. Tome estas precauciones de seguridad para reducir sus probabilidades de tener una infección.

1. Lávese las manos:

- después de tocar los objetos o las superficies del hospital,
- antes de comer,
- después de usar el baño,
- cuando ingresa y sale de su habitación.

2. Pida a los médicos y los miembros del personal del hospital que se laven las manos. Esta debe ser la práctica estándar, pero no tema recordárselos si se olvidan. También pida a las visitas que se laven las manos.

3. Cúbrase la boca si está enfermo. Si tiene una infección, estornude y tosa en pañuelos que tirará inmediatamente y evite tocar a otras personas, a fin de limitar la propagación de gérmenes. Pregunte al personal si hay algo más que deba hacer para evitar la propagación de gérmenes, por ejemplo, usar una mascarilla quirúrgica.

4. Preste atención a los vendajes o apósitos. Si el apósito de una herida o vía se afloja o moja, informe al personal de enfermería. Además, si tiene un catéter o tubo de drenaje, informe al personal de enfermería si se suelta o se sale. Pregunte todos los días si es momento de retirar el catéter o la vía.

5. Esté al día con sus vacunas. Asegúrese de estar lo más protegido posible contra la propagación de infecciones. Consulte con el personal del hospital si es seguro que reciba las vacunas que pueda necesitar.

CONSEJO DE LIMPIEZA:

Use agua y jabón o desinfectante para manos a base de alcohol debajo de las uñas, entre los dedos y en las palmas y el dorso de las manos. Frote durante 15 segundos (el tiempo que lleva cantar el cumpleaños feliz).

Seguridad en la salud

No ignore el dolor

Nadie más que usted sabe el dolor que siente. Informe a su médico o al personal de enfermería cuando aparece el dolor o si regresa después de haber desaparecido. Hable sobre su nivel de dolor durante toda su estadía.

Pregúntese lo siguiente y luego informe al personal de enfermería:

- ¿Dónde duele?
- ¿Cuándo duele?
- ¿Le impide hacer cosas, como dormir, vestirse o comer?

¿Qué palabras describen su dolor?

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Dolor | <input type="checkbox"/> Presión |
| <input type="checkbox"/> Inflamación | <input type="checkbox"/> Tirante |
| <input type="checkbox"/> Ardor | <input type="checkbox"/> Extendido |
| <input type="checkbox"/> Intermitente | <input type="checkbox"/> Ardiente |
| <input type="checkbox"/> Constante | <input type="checkbox"/> Agudo |
| <input type="checkbox"/> Calambre | <input type="checkbox"/> Lancinante |
| <input type="checkbox"/> Cortante | <input type="checkbox"/> Irritación |
| <input type="checkbox"/> Sordo | <input type="checkbox"/> Punzante |
| <input type="checkbox"/> Adormecedor | <input type="checkbox"/> Pulsante |
| <input type="checkbox"/> Opresivo | <input type="checkbox"/> Constrictivo |

Usted es el experto en cuanto su dolor

¿Empieza a sentirse incómodo? ¿Los analgésicos no están funcionando? Hágase escuchar. Es posible que necesite más del analgésico que está recibiendo o cambiar a un tipo de medicamento diferente para sentir alivio. No intente ignorar los síntomas dolorosos. Manejar su dolor lo ayudará con el proceso de curación. Hable con su médico o el personal de enfermería cuando sienta dolor.

Evite caídas

Mientras está aquí, es posible que se sienta mareado o débil. La enfermedad, los procedimientos, los medicamentos o simplemente estar acostado durante demasiado tiempo pueden hacer que pierda firmeza cuando está de pie. Para mantenerse seguro:

- Use el botón para llamar al personal de enfermería para que lo ayuden a levantarse de la cama.
- Pida ayuda para ir al baño o moverse. (Y use las barandas del hospital cuando haya disponibles).
- Use calcetines o calzado antideslizantes.
- Mantenga a su alcance los objetos de uso frecuente (anteojos, control remoto, pañuelos, etc.).
- Asegúrese de que su silla de ruedas esté trabada cuando se siente y se levante. Nunca se ponga de pie en el apoyapiés.

Los pacientes de todas las edades corren riesgo de sufrir caídas. Es mejor ser extremadamente cuidadoso que arriesgarse a sufrir otro problema médico.

Prepárese para la cirugía

Antes de su procedimiento, asegúrese de confirmar lo siguiente con el personal quirúrgico:

Su nombre.

- El tipo de cirugía que le realizarán.
- La parte del cuerpo que se operará. De hecho, el personal del hospital marcará el lugar correcto en su cuerpo. Asegúrese de que usted o su persona de apoyo verifiquen que es correcto.
- Pida a su cirujano que se tome unos minutos para verificar si usted es la persona correcta y si está por recibir la cirugía correcta en el lugar correcto del cuerpo.

Tome medidas simples como estas para ayudar a evitar errores médicos.

Pida a su cirujano que se tome unos minutos para verificar si usted es la persona correcta y si está por recibir la cirugía correcta en el lugar correcto del cuerpo.

Seguridad de los medicamentos

Controle sus medicamentos

Independientemente de que esté tomando un medicamento o cinco, es importante que sepa qué está tomando y por qué. Haga las siguientes preguntas a su médico respecto de cualquier medicamento nuevo (y en curso) que tome:

- ¿Cómo se llama mi medicamento? ¿Cuál es el nombre genérico?
- ¿Por qué lo tomo? ¿Cómo ayudará? ¿Cuándo comenzará a hacer efecto?
- ¿Cuál es la dosis? ¿Cuál es la frecuencia? ¿Durante cuánto tiempo?
- ¿Cuál es el mejor horario (mañana, noche, etc.) o manera de tomarlo (con alimentos, con agua)?
- ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios? ¿Qué hago si aparecen?
- ¿Debo evitar algún alimento, bebida o actividad?
- ¿Qué hago si omito una dosis?

Tome el control de sus medicamentos

¿Cree que es hora de tomar su siguiente dosis? ¿Se pregunta si este medicamento nuevo puede reemplazar uno que ya está tomando? ¿Quiere asegurarse de que sea seguro tomar todos sus medicamentos y suplementos al mismo tiempo? No tema preguntar.

Evite los errores con los medicamentos

Asegúrese de que sus médicos y el personal de enfermería sepan lo siguiente:

- Todos los medicamentos con receta, de venta libre y suplementos a base de hierbas o vitamínicos que toma.
- Cualquier alergia que tenga a medicamentos, anestesia, alimentos, látex, etc.
- Que su nombre coincida con el nombre del medicamento (use su brazalete de ID para controlar dos veces).

Tome medidas para mejorar el efecto de los antibióticos

Los antibióticos pueden ser medicamentos que salvan vidas, pero usarlos incorrectamente puede hacerle daño. Tomar antibióticos cuando no debe hacerlo puede generar resistencia a los antibióticos. Esto quiere decir que los medicamentos que antes funcionaban para combatir las bacterias dañinas dejan de tener efecto.

Mientras está en el hospital, su médico revisará regularmente sus medicamentos, incluidos los antibióticos. Es posible que cambie la dosis o deje de administrarle el antibiótico si ya no lo necesita. Si toma antibióticos fuera del hospital, es importante que los termine, a menos que el médico le dé instrucciones diferentes. Esto ayuda a garantizar que los antibióticos le ayudarán en caso de que vuelva a necesitarlos. También puede mejorar el uso de antibióticos después del alta. Para comenzar, tome las siguientes medidas:

- **Manténgase al día con las vacunas**

Las vacunas ayudan a prevenir enfermedades transmisibles e infecciones que pueden requerir antibióticos.

- **Lávese las manos**

Esta es una de las mejores maneras de prevenir la propagación de gérmenes que causan infecciones y de cuidar su salud y la de su familia.

- **Pregunte sobre el alivio de los síntomas**

Hable con su médico con respecto a cómo aliviar los síntomas de su enfermedad para poder sentirse mejor.

- **Tome antibióticos únicamente para las infecciones causadas por bacterias**

Los antibióticos no ayudan en caso de enfermedades causadas por virus, como resfríos y gripe.

- **Pregunte sobre la espera atenta**

Algunas infecciones bacterianas pueden mejorar sin antibióticos. Es posible que su médico le recomiende esperar unos días para ver si mejora antes de darle antibióticos.

- **Tome los antibióticos según lo indicado**

Incluso si se siente mejor, no saltee dosis ni deje de tomar un antibiótico antes de tiempo sin la aprobación de su médico.

- **Descarte los antibióticos remanentes**

Pregunte a su farmacéutico cuál es la mejor manera de deshacerse de antibióticos que restan. Cuando un médico receta un antibiótico, es importante asegurarse de tomar la dosis adecuada durante el plazo de tiempo adecuado.

Visite www.cdc.gov/antibioticuse para obtener consejos sobre el uso de antibióticos después del alta.

Depende de nosotros

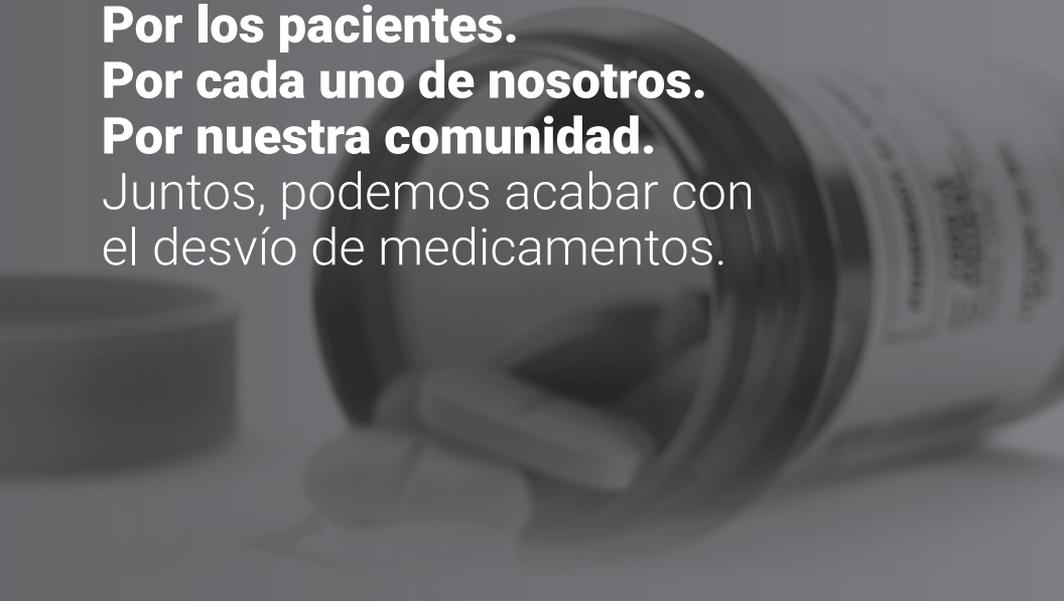
reconocer el uso incorrecto,
el abuso y el desvío de
medicamentos en nuestro
hospital y nuestra comunidad.

Por los pacientes.

Por cada uno de nosotros.

Por nuestra comunidad.

Juntos, podemos acabar con
el desvío de medicamentos.



IT'S
ON **US**

Medicamentos y efectos secundarios

Los siguientes son medicamentos recetados con frecuencia en el hospital. Pregunte al personal de enfermería si tiene preguntas sobre ellos o si quisiera hablar con un farmacéutico.

Motivo de la medicación	Nombres (genéricos)	Nombres (de marca)	Efectos secundarios más frecuentes
Alivio del dolor	Acetaminofeno	Tylenol	Mareos/somnolencia Estreñimiento Náuseas/vómitos Erupción Confusión Prurito
	Fentanilo	Parche de Duragesic	
	Hidrocodona/ Acetaminofeno	Vicodin, Lortab, Norco	
	Hidromorfona	Dilaudid	
	Ibuprofeno	Advil, Motrin	
	Ketorolac	Toradol	
	Morfina		
	Oxicodona	Roxicodone	
	Oxicodona/ Acetaminofeno	Percocet	
	Gabapentina	Neurontin	
Pregabalina	Lyrica		
Tramadol	Ultram		
Antibióticos	Amoxicilina/ Clavulanato	Augmentin	Malestar estomacal Diarrea Erupción/rubefacción Dolor de cabeza
	Azitromicina	Zithromax	
	Cefazolina	Ancef	
	Ceftriaxona	Rocephin	
	Ciprofloxacina	Cipro	
	Levofloxacina	Levaquin	
	Clindamicina	Cleocin	
	Metronidazol	Flagyl	
	Piperacilina/ Tazobactam	Zosyn	
	Vancomicina	Vancocin	
Nivel alto de azúcar en sangre	Aspartato de insulina, acción corta	NovoLog	Dolor de cabeza Irritación en el lugar de la inyección Nivel bajo de azúcar en sangre (hipoglucemia)
	Insulina lispro, acción corta	Humalog	
	Insulina glargina, acción prolongada	Lantus	
	Insulina detemir, acción prolongada	Levemir	
	Insulina regular	Novolin R, Humulin R	

Motivo de la medicación	Nombres (genéricos)	Nombres (de marca)	Efectos secundarios más frecuentes
Colesterol alto	Atorvastatina	Lipitor	Dolor de cabeza Dolor muscular Malestar estomacal
	Simvastatina	Zocor	
	Lovastatina	Mevacor	
	Rosuvastatina	Crestor	
Anti-coagulante	Apixabán	Eliquis	Mayor riesgo de sangrado Hematomas
	Rivaroxabán	Xarelto	
	Enoxaparina	Lovenox	
	Heparina		
	Warfarina	Coumadin	
Anti-plaquetario	Aspirina		Malestar estomacal Mayor riesgo de sangrado
	Clopidogrel	Plavix	
	Ticagrelor	Brilinta	
Reducción de la presión arterial y la frecuencia cardíaca	Bloqueadores del canal de calcio:	Cardizem [CD], Cartia	Mareos Somnolencia Dolor de cabeza
	Diltiazem	XT Tiazac	
	Bloqueadores beta:		
	Atenolol	Tenormin	
	Carvedilol	Coreg	
	Labetalol	Normodyne, Trandate	
	Metoprolol	Lopressor, Toprol	
Reducción de la presión arterial	Bloqueadores del canal de calcio:		Mareos Tos Dolor de cabeza
	Amlodipina	Norvasc	
	Nifedipina	Procardia	
	Inhibidores de la ECA:	Zestiril	
	Lisinopril		
	Bloqueadores del receptor de angiotensina:		
	Losartán	Cozaar	
Sacubitril/Valsartán	Entresto		
Problemas del ritmo cardíaco	Amiodarona	Pacerone	(Solo para la amiodarona: tos, náuseas y sensibilidad al sol) Mareos Dolor de cabeza
	Sotalol	Betapace	
	Digoxina	Digitek	

Motivo de la medicación	Nombres (genéricos)	Nombres (de marca)	Efectos secundarios más frecuentes
Diurético (aumento de la producción de orina)	Bumetanida Furosemdia Torsemida Spironolactona hidroclorotiazida (HCTZ)	Bumex Lasix Demadex Aldactone Microzide	Mareos Dolor de cabeza Micción frecuente
Acidez o reflujo	Famotidina Omeprazol Pantoprazol	Pepcid Prilosec Protonix	Diarrea Dolor de cabeza
Inflamación	Celecoxib Meloxicam Esteroides: Hidrocortisona Metilprednisolona Dexametasona	Celebrex Mobic Cortef, Solu-Cortef Solu-Medrol Decadrón	Malestar estomacal Mayor riesgo de sangrado
Náuseas o vómitos	Ondansetrón Prometazina Parche de escopolamina Prednisona	Zofran Phenergan Transderm Scop Deltasone	Estreñimiento Somnolencia Boca seca Dolor de cabeza
Calma los nervios o ayuda a dormir	Buspirona Alprazolam Diazepam Lorazepam Midazolam Temazepam Zolpidem	Buspar Xanax Valium Ativan Versed Restoril Ambien	Confusión Mareos/ Somnolencia Dolor de cabeza
Tratamiento inhalado (para el asma o la EPOC)	Albuterol Ipratropio Budesonida Fluticasona Tiotropio	Proair, Ventolin, Proventil Atrovent Pulmicort Flovent Spiriva	Tos Boca seca Ansiedad Dolor de cabeza Irritación de garganta
Estreñimiento	Docusato, Docusato/Senna Polietilenglicol	Colace, Senokot-S Miralax	Diarrea Malestar estomacal
Alergias/ prurito	Cetirizina Loratadina Difenhidramina Hidroxizina	Zyrtec Claritin Benadryl Atarax, Vistaril	Boca seca Somnolencia Mareos

Derechos y responsabilidades del paciente

Atención de calidad

Tiene derecho a lo siguiente:

- Recibir atención de calidad del personal y de médicos atentos y capacitados, y que respeten su privacidad, confidencialidad y dignidad en un entorno seguro y protegido.
- Recibir atención sin importar su edad, raza, origen étnico, religión, cultura, origen nacional o idioma, y a que se respeten su cultura, valores, creencias y preferencias.
- Recibir atención sin importar su discapacidad física o mental, educación, estado socioeconómico, sexo, orientación sexual e identidad o expresión de género.

Seguridad

Tiene derecho a lo siguiente:

- Sentirse libre de negligencia, acoso, uso indebido o abuso verbal, mental, físico o sexual.
- Sentirse libre del encierro y sin restricciones, a menos que sea necesario para mantener su seguridad.
- Sentirse escuchado y verbalizar sus inquietudes, presentar una queja o reclamación y a recibir una respuesta sin miedo a represalias.
- Tener acceso a servicios de protección y defensa.
- Tener información de contacto para informar una inquietud sobre la calidad de la atención a los servicios estatales y federales de protección y defensa correspondientes.

Comunicación

Tiene derecho a lo siguiente:

- Mantener la privacidad de su información y registros médicos, conforme a las leyes estatales y federales.
- Recibir información en su idioma de preferencia; esto incluye servicios para necesidades visuales o auditivas y servicios de interpretación sin cargo.
- Recibir información sobre instrucciones anticipadas y sobre la manera en que puede designar a la persona que desee para que tome decisiones en caso de que no pueda comunicar sus deseos.
- Pedir que se le notifique a un familiar o a un amigo y a su médico sobre su hospitalización.
- Participar en la toma de decisiones sobre su atención, incluidos el

tratamiento, los resultados previstos, la solicitud de segundas opiniones o de un asesor y la necesidad de recibir servicios adicionales mientras está hospitalizado o después del alta.

- Recibir información sobre su estado de salud actual y su necesidad de tratamiento, incluida la información necesaria para usted o la persona designada para brindar el consentimiento informado antes del tratamiento, excepto en casos de emergencia.
- Negarse a recibir atención o tratamiento, o a dar su consentimiento.
- Revisar e inspeccionar sus expedientes médicos con sus cuidadores en cualquier momento durante su estadía.
- Recibir una copia de sus expedientes médicos dentro de un plazo razonable.
- Solicitar y recibir una factura detallada de los servicios que recibió cuando le den el alta.
- Recibir instrucciones de alta y asistencia con sus necesidades médicas posteriores al alta.

Atención personal

Tiene derecho a lo siguiente:

- Mantener su privacidad personal y tener conversaciones privadas.
- Solicitar y tener un adulto acompañante presente durante los exámenes y tratamientos, y durante determinados exámenes y tratamientos íntimos.
- Contar con una persona que le brinde apoyo emocional, a menos que lo prohíba la política.
- Recibir una notificación si algo sale mal y cuando se produzcan cambios en el tratamiento o la atención.
- Ser tratado con respeto y dignidad en un entorno que promueva la salud y el bienestar.
- Conocer los nombres y los cargos de las personas que lo tratan.
- Que se respeten y sigan sus instrucciones anticipadas o los deseos de atención en sus últimos días de vida, y a que se aborden los conflictos.
- Recibir visitas de su elección que incluyen, entre otros, su cónyuge, pareja doméstica (incluidas las parejas del mismo sexo), familiares o amigos sin discriminación, a menos que se le brinde una explicación por motivos médicos o de seguridad. Puede negarse a recibir visitas en cualquier momento.
- Recibir una evaluación y tratamiento adecuado del dolor.
- Negarse a que le tomen fotografías, videos, grabaciones o imágenes de otro tipo con otros propósitos que no estén relacionados con la atención médica.
- Aceptar o rechazar la participación en investigaciones y la atención por parte de estudiantes.

Usted o su representante tienen las siguientes responsabilidades:

- Compartir información médica y de contacto precisa y completa, incluidas sus instrucciones anticipadas o su testamento vital.
- Hacer preguntas cuando no comprenda su afección o tratamiento, o cuando no desee seguir las recomendaciones de su médico.
- Ser amable y respetuoso, tener en cuenta a otros pacientes, y respetar la propiedad y al personal del hospital.
- Enviar sus objetos de valor a su hogar.
- Informarnos si tiene inquietudes o preguntas sobre su plan de tratamiento y la necesidad de recibir atención de seguimiento.
- Hacer disposiciones para abordar sus necesidades financieras y brindar información de seguro médico o de pago exacta para los propósitos de facturación.
- Informar al personal sobre las formas de mejorar los servicios o de hacer que su familia o sus visitas se sientan bienvenidos.

Si siente que se han incumplido sus derechos, si desea compartir una inquietud sobre la atención o presentar una queja, o si no estamos a la altura de sus expectativas, comuníquese con nuestro defensor de pacientes.

También puede comunicarse con cualquiera de las siguientes agencias para comunicar una inquietud respecto de la atención:

Inquietudes respecto de la atención

Joint Commission

Funcionario de calidad y seguridad del paciente

One Renaissance Boulevard, Oakbrook Terrace, IL 60181

Puede presentarla en línea en www.jointcommission.org

Inquietudes sobre la calidad para beneficiarios de Medicare

Kepro

5201 W. Kennedy Blvd., Suite 900, Tampa FL 33609

888.317.0751, Keproqio.com

Inquietudes de privacidad: Oficina de Derechos Civiles

Correo electrónico: OCRMail@hhs.gov

Teléfono: 1.800.368.1019, TDD: 1.800.537.7697

Puede presentarla en línea en hhs.gov

¿Quisiera tener un acompañante?

A black and white photograph of four healthcare professionals standing in a line, smiling warmly at the camera. From left to right: a Black man in a grey scrub top, a white man in a white lab coat and tie, a white woman in a grey scrub top, and a Black woman in a white lab coat. They are positioned in front of large windows that let in bright light.

**Infórmenos si le gustaría que haya un
acompañante presente durante el examen.**

Números clave:

Principal 575.522.8641

Facturación 575.532.4450

Alta (Administración de casos) 575.521.5512

Tienda de regalos 575.521.5365

Programación de turnos central 575.521.5270

Relaciones con el cliente 575.521.5459

Servicios de nutrición/dieta 575.521.3635

Expedientes médicos 575.521.2297

Capellán 575.521.5579

Administrador de turno (AOD) 575.556.6339

Cómo usar su teléfono

Sus amigos y familiares pueden llamar directamente a su habitación del hospital. Si está en una habitación privada, su número de teléfono directo es 575.521 + 5 + su número de habitación. Por ejemplo, si está en la habitación 225, el número de teléfono sería 575.521.5225. Si necesita hacer una llamada telefónica, marque 9 + código de área + el número de teléfono al que desea llamar. Para comunicarse con el personal de enfermería, use el botón de llamadas o llame directamente al personal de enfermería al número que aparece en su pizarra.

¿Llama desde DENTRO del hospital?

Marque solo los últimos cinco dígitos.

Acceso a wifi

Pida asistencia a su equipo de atención y lo conectaremos a wifi.

Canales de televisión

2 Mural Vision	25 NBC Sports Network	48 The Weather Channel
3 CBS (KDBC)	26 ESPN	49 Travel Channel
4 EVINE Live	27 ESPN2	50 Animal Planet
6 PBS (KCOS)	28 FS New Mexico	51 Freeform
7 ABC (KVIA)	29 FX	52 Disney Channel
8 FOX (KFOX)	30 truTV	53 Cartoon Network
9 NBC (KTSM)	31 USA Network	54 Nickelodeon
10 Univision (KINT)	32 TNT	55 TV Land
11 Telemundo (KTDO)	33 TBS	57 AMC
12 Televisa (XHJCI)	35 Comedy Central	59 Syfy
13 UniMas (KFTN)	37 E!	60 Bloomberg TV
15 WGN America	39 Lifetime	61 Headline News
16 LIFE! CBN	40 Food Network	62 CNN
17 C-SPAN	41 HGTV	63 CNBC
18 C-SPAN2	42 Oxygen	64 MSNBC
20 City of Las Cruces TV	43 A&E	65 Fox News Channel
21 EWTN	44 History	67 VH1
22 HSN	45 TLC	68 MTV
23 Galavision	46 Oprah Winfrey Network	69 BET
24 Golf Channel	47 Discovery	71 TV One



Memorial Medical Center