

4.



Dígale al personal médico si alguna vez ha tenido alguna reacción alérgica o le ha caído mal alguna medicina o algún alimento.

Si usted se enferma, el personal médico quizás tenga que actuar rápidamente. Antes de que le den alguna medicina, tienen que saber si usted ha tenido alguna mala reacción a esa medicina. Por esa razón debe decirles primero todas las alergias o reacciones que haya tenido antes a cualquier medicina o alimento.

Las reacciones pueden ser: sarpullido, dolores de cabeza, problemas de la respiración y malestar. Como algunas medicinas contienen alimentos (tales como los huevos que se usan para preparar las vacunas contra la gripe), recuerde que también debe decirles las alergias a los alimentos que usted tenga. Dígale inmediatamente al personal médico si una nueva medicina le hace sentirse enfermo. Si usted no sabe si tiene alguna alergia, pueden hacerle una prueba.

No espere hasta sentirse enfermo para hablar de sus alergias. Algunas personas llevan puestas pulseras de identificación, tales como las de MedicAlert<sup>MC</sup>. Ésta le dice al personal médico las alergias que usted tiene, cuando usted no se lo puede decir por sí mismo.

5.



Es importante que usted sepa qué es lo que debe hacer cuando salga del hospital y se vaya a casa o cuando salga de su consulta médica.

Al prepararse para irse a casa cuando salga del hospital, o después de haber recibido un tratamiento médico, haga todas las preguntas que tenga para comprender todo lo que necesita hacer al llegar a su hogar. Puede anotar toda esta información o quizás sea conveniente que vaya con usted algún familiar o amigo que la anote.

Este proyecto fue financiado en sus inicios por Ontario Ministry of Health and Long-Term Care

Este folleto ha sido preparado como un medio de información general y como guía de referencia sobre el tema que se trata en él. No es ni está destinado a ser una declaración o estudio integral o definitivo del tema que trata, ni es su propósito el de brindar asesoría médica o legal. Usted no debe adaptar ni modificar ninguno de sus tratamientos o procedimientos médicos sin consultar primero a su médico. Copyright de 2006 The Ontario Hospital Association. Todos los derechos reservados. Se prohíbe la modificación, adaptación, publicación y venta, total o parcial, de este folleto, sin el consentimiento previo escrito de, y sin hacer mención explícita a, OHA. No obstante, este folleto se puede descargar, distribuir, reproducir y exhibir sin fines de lucro, o para uso en los hospitales de Ontario, sin necesidad de un permiso previo escrito de OHA.

## La atención de su salud Participe



**OHA** Patient Safety Support Service

[www.oha.com/patientsafetytips](http://www.oha.com/patientsafetytips)

# 1.



Participe en su propia atención médica. Si tiene alguna pregunta o si le preocupa algo sobre su salud, dígalos.

Para que a uno le den la mejor atención médica, es importante ayudar al personal médico. Esto significa interesarse y participar en las decisiones acerca de la atención de su salud. También significa hacer las preguntas que uno tenga al personal médico, para poder tomar decisiones estando bien informado. Significa venir preparado para recibir el tratamiento y saber qué hacer cuando uno se va a casa.

### Qué es lo que necesita saber

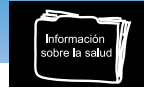
Debe comprender todo lo que pueda acerca de:

- su problema de salud (el diagnóstico)
- el tratamiento o el procedimiento que le van a hacer
- la medicina que debe tomar y en qué forma debe tomarla

### Puede hacer preguntas como las siguientes:

- “¿Qué debo hacer cuando me vaya a casa?”
- “¿Qué debo decirle a mi familia acerca de la atención de mi salud?”
- “¿Qué más me puede decir acerca de mi problema de salud?”
- “¿Qué pasa cuando me hacen este examen o este tratamiento?”
- “¿Para qué sirve este examen o este tratamiento?”
- “¿No hay otras opciones?”
- “¿Qué es lo que debo hacer para prepararme?”

# 2.



Dígale al personal médico las enfermedades que ha tenido y cómo está ahora su salud.

Es usted quien conoce su salud mejor que nadie. Dígale a los miembros del personal médico todo lo que pueda sobre su salud, aunque usted crea que ya lo saben, y aunque crea que no es importante.

### Dígales:

- si no se siente bien ahora o si ha estado enfermo recientemente
- si está tomando alguna medicina
- si le han hecho alguna operación o si ha tenido que ir al hospital recientemente
- si ha consultado con otro médico o si ha recibido atención médica en otro sitio
- si tiene alguna enfermedad permanente, como la diabetes o enfermedades del corazón
- si hay alguna enfermedad común en su familia, como la alta presión sanguínea, el asma, o el cáncer
- si usted tiene algún vicio, como fumar, consumir drogas o el alcohol

# 3.



Lleve con usted todas sus medicinas cuando vaya al hospital o a una consulta médica.

Algunas medicinas se combinan con otras en su cuerpo y le producen malas reacciones. Para protegerlo, el personal médico debe saber todo lo que usted toma, incluyendo las medicinas que le ha recetado el médico. Incluye también las otras medicinas que usted compra, tales como:

- Vitaminas
- hierbas y remedios a base de hierbas
- suplementos alimenticios
- medicinas que puede comprar sin receta en la farmacia

Cuando usted vaya al hospital o a una consulta médica, ponga todas sus medicinas en una bolsa y llévelas con usted. Mantenga sus medicinas en el envase en que vienen.

Si no puede llevar con usted las medicinas, puede hacer una lista de todo lo que toma. Mantenga al día su lista y llévela con usted cuando vaya al hospital o a una consulta médica. Su médico y el farmacéutico le pueden ayudar a hacer la lista.