

El paciente como socio



Su tiempo como paciente es valioso y queremos asegurarnos que aproveche al máximo su visita al médico.

Para tal fin, el médico necesita que usted le comunique todos sus síntomas e inquietudes. También debe cerciorarse de que usted entienda todo lo necesario sobre su diagnóstico y plan de tratamiento.

Esta herramienta tiene como fin ayudarle a prepararse para la visita al médico y motivarlo a ser un socio activo en el cuidado de su propia salud.

ANTES DE SU VISITA

Prepárese para hablar con su médico sobre:

- » Todos los síntomas o inquietudes que quiera comentarle.
- » Por cuánto tiempo ha tenido los síntomas y si estos desaparecen.
- » Cualquier tratamiento que haya ensayado para tratar de aliviar sus síntomas o problemas, como vitaminas, hierbas o medicamentos de venta libre.
- » Cualquier cambio que haya hecho desde su última cita, tal como comenzar a tomar o dejar de tomar un medicamento, cambios en su estilo de vida o sucesos que lo han afectado.
- » Si va a un chequeo o seguimiento de rutina, cualquier inquietud o pregunta que haya surgido desde su última visita.
- » Podría anotar todo esto y llevar las anotaciones a su cita.

Haga una lista de los medicamentos, vitaminas, hierbas y suplementos que toma, y llévela a su cita (o lleve los medicamentos).

Pídale a alguien que lo acompañe a su cita si:

- » Necesita ayuda para contestar las preguntas y darle información al médico.
- » La cita a la que va a ir podría causarle estrés.
- » Siente ansiedad y necesita apoyo familiar.

Informe a su médico si:

- » Necesita un intérprete que hable su idioma.
- » Tiene una discapacidad auditiva o visual.
- » Sufre de alergias.
- » Tiene alguna otra necesidad.

DURANTE SU VISITA

Comuníquese a su médico...

- » Todos los síntomas e inquietudes que le preocupan.
 - *Por ejemplo:* “Me preocupan los dolores de cabeza que estoy teniendo”.
- » Lo que crea que está sucediendo.
 - *Por ejemplo:* “Creo que la medicación me causa mareos”.
- » Las preocupaciones sobre sus síntomas.
 - *Por ejemplo:* “Si sigo así, tendré que renunciar a mi trabajo”.
- » El modo en que sus síntomas afectan su vida diaria.
 - *Por ejemplo:* “Me quedo sin aliento al subir las escaleras”.
- » Cualquier información médica importante sobre usted y su familia.
 - *Por ejemplo:* “Le cuento que mi mamá sufrió de cáncer de pulmón”.

Haga preguntas:

- » Si no sabe por qué le están pidiendo que haga algo (un examen, una muestra de sangre, etc.)
 - *Por ejemplo:* “¿Por qué necesito un examen de sangre?”
- » Si no entiende claramente la información que le dio el médico.
 - *Por ejemplo:* “¿A qué se refiere cuando dice que podría ser neurológico?”
- » Si no está seguro de poder seguir las recomendaciones del médico.
 - *Por ejemplo:* “No sé si podré ir al gimnasio todos los días”.
- » Si quiere saber si hay otro tratamiento para su problema.
 - *Por ejemplo:* “¿Hay alguna otra opción aparte de la cirugía?”

Asegúrese de saber:

- »Cuál cree el médico que es el problema, qué tiene que hacer usted al respecto y por qué es importante que lo haga.
- » Lo próximo que debe hacer:
 - Repita en sus propias palabras qué pasos debe tomar (ir a que le hagan un examen, obtener una nueva receta médica, etc.)
 - Pídale al médico que le explique cualquier palabra que no entienda.
 - Pídale al médico que le anote las indicaciones que debe seguir en casa.
 - Si su doctor lo remite a un especialista, pídale que escriba el nombre, la especialidad (cirujano, oncólogo, cardiólogo, etc.) y el motivo por el cual debe ir a verlo.
- » Cómo comunicarse con nuestra oficina si tiene alguna pregunta o problema.