

QUÉ PREGUNTAR A MI MÉDICO

SOBRE MI ENFERMEDAD.....

- ¿Cuál es mi diagnóstico?
- ¿Qué ocasionó mi enfermedad?
- ¿Mi enfermedad puede ser tratada?
- ¿Cómo afectará esta enfermedad mi vida ahora y en el futuro?
- ¿Deberé vigilar la aparición de algunos síntomas particulares y avisarle si ellos aparecen?
- ¿Deberé cambiar mi estilo de vida?

SOBRE MI TRATAMIENTO.....

- ¿Cuál es el tratamiento para mi enfermedad?
- ¿Cuándo comenzará el tratamiento y cuánto durará?
- ¿Cuáles son los beneficios de este tratamiento y cuán exitoso es?
- ¿Cuáles son los riesgos y los efectos colaterales con este tratamiento?
- ¿Qué comidas, drogas, o actividades debería evitar durante el tratamiento?
- Si mi tratamiento incluye tomar un medicamento, ¿qué debería hacer si pierdo una dosis?
- ¿Hay otros tratamientos disponibles?

SOBRE MIS EXÁMENES....

- ¿Qué clase de exámenes tendré?
- ¿Qué espera Ud. descubrir con esos exámenes?
- ¿Cuándo conoceré los resultados?
- ¿Tengo que hacer algo especial para prepararme para algunos exámenes?
- ¿Tienen esos exámenes algunos efectos colaterales o riesgos?
- ¿Necesitaré más exámenes posteriormente?

Tomado y traducido de: <http://www.nnei.nih.gov/health/talktodoc.htm>

“Cómo mejorar la práctica médica”
X. Páez/2011.

SAQUE EL MÁXIMO PROVECHO DE SU CONSULTA MÉDICA.

- Vaya con un amigo o alguien que lo ayude a recordar la información importante.
- Edúquese Ud. mismo. Busque información confiable sobre su enfermedad. Tome la delantera.
- Dígale todo a su médico, a él se le podría escapar algo importante.
- Ud. tiene que pedir para recibir. Si Ud. quiere respuestas, Ud. tiene que hacer preguntas.

MIENTRAS MÁS SEPA SOBRE SU ENFERMEDAD MÁS CHANCE TIENE DE OBTENER UNA MEJOR ATENCIÓN

Tomado de: United Health Foundation UHFtips.

**“Cómo mejorar la práctica médica”
Ximena Páez/2011.**

CONOZCA SUS MEDICINAS

Ud. debe saber lo siguiente sobre todas sus medicinas:

1. **¿ Para qué es?**
2. **¿Cuáles** son los nombres comercial y genérico?
Comercial: el nombre dado por el fabricante
Genérico: el nombre químico
3. **¿Qué** va a hacer la medicina?
4. **¿Cómo** debe tomarla?
Cuántas veces al día
Cuánto cada vez
Por cuánto tiempo
Cómo tomarla (con agua, jugo etc.)
Cuándo tomarla (antes o después de las comidas o con ellas)
5. **¿Qué** se debe esperar con el tratamiento?
Qué resultados
Qué posibles efectos colaterales
Qué se debe vigilar
6. **¿Cómo** y dónde debe guardarla?

Tomado y adaptado de: Nacional Patient Safety Foundation www.npsf.org

“Cómo mejorar la práctica médica”
X. Páez/2010.

¿QUÉ HACER PARA LOGRAR UNA MEJOR ATENCIÓN MÉDICA?

- **CONVIÉRTASE EN UN CONSUMIDOR BIEN INFORMADO**
Busque información sobre su enfermedad, investigue opciones y posibles planes de tratamiento, haga preguntas, busque más de una opinión.

- **HAGA SU PROPIA HISTORIA CLÍNICA**
Escriba las enfermedades que ha tenido, vacunas, alergias, hospitalizaciones, medicamentos, reacciones.
- **TRABAJE EN EQUIPO CON SU MÉDICO Y OTROS PROFESIONALES DE LA SALUD**
Comparta información sobre su atención con todos los que lo están tratando, pregunte si no entiende el tratamiento, llame la atención si le parece que algo no está bien, discuta cualquier preocupación acerca de su seguridad.
- **INCLUYA EN SU ATENCIÓN A UN FAMILIAR O AMIGO**
Pida que lo ayuden a hacer preguntas, a entender las instrucciones que reciba y a hacer sugerencias.
- **CUMPLA EL PLAN DE TRATAMIENTO ACORDADO ENTRE SU MÉDICO Y UD.**
Asegúrese de recibir instrucciones que entienda, pregunte si no está claro, tome los medicamentos exactamente como está indicado.

Tomado de: Nacional Patient Safety Foundation www.npsf.org

“Cómo mejorar la práctica médica”

X. Páez/2010.