



GUÍA DEL PACIENTE PARA UNA CIRUGÍA SEGURA

Antes de la cirugía

- Llevar al hospital:
 - Una lista de todos los medicamentos, medicamentos de venta libre, hierbas y vitaminas que toma
 - Una lista de sus alergias y sensibilidades a medicamentos y alimentos.
 - Su tarjeta de seguro e IDENTIFICACIÓN oficial
 - Copias de cualquier documento legal requerido para su cirugía
 - El nombre y número de teléfono de su contacto principal mientras está en cirugía o, si se someterá a una cirugía el mismo día, el nombre y número de teléfono de la persona que lo recogerá
 - No llevar objetos de valor ni joyas.
 - Artículos de higiene personal. La mayoría de los hospitales proporcionan todo lo que necesita, incluso cepillos de dientes, ropa de cama y pantuflas.
- Una banda de identificación se le dará a su ingreso al hospital. Los hospitales pueden tener dos pacientes con el mismo nombre, pero su número es único para usted. Si la banda se sale, asegúrese de reemplazarla.
- Antes de la cirugía, su médico y su equipo de atención médica le harán muchas preguntas. Es posible que le hagan algunas preguntas, como sus alergias a medicamentos y la identificación del sitio quirúrgico, varias veces. Esta repetición está planificada y debe esperar estas preguntas de su equipo. Algunas preguntas que se le pueden hacer incluyen:
 - ¿Tiene diabetes y toma medicamentos para la diabetes?
 - ¿Tomas anticoagulantes?
 - ¿Usted o algún miembro de su familia tiene antecedentes de problemas con la cirugía, como reacciones adversas a la anestesia, o problemas con los medicamentos?
- Su médico revisará, discutirá y luego le pedirá que firme un formulario de consentimiento que describa claramente el procedimiento quirúrgico planeado.
- Su médico confirmará el sitio quirúrgico con usted y luego marcará el área correcta en su piel.
- Entregue su teléfono celular, anteojos para leer, audífonos y otros artículos personales a un amigo o familiar antes de ingresar a la sala de operaciones. Estos artículos se le pueden devolver cuando esté despierto y recuperándose.



Después de la cirugía

Preste atención a la atención médica que recibe. Si algo no parece correcto, como el tipo de medicamento que está recibiendo, infórmese a su médico, enfermera u otro profesional de la salud.

- Los trabajadores de la salud se presentarán con usted. Busque sus tarjetas de identificación.
- Fíjese si sus cuidadores se han lavado las manos. Lavarse las manos es la forma más importante de prevenir la propagación de infecciones.
- Ayuda para evitar errores de medicación:
 - Asegúrese de que los profesionales de la salud confirmen su identidad revisando su pulsera o preguntando su nombre antes de darle cualquier medicamento o tratamiento.
 - Sepa a qué hora del día suele recibir un medicamento. Dígale a su enfermera o médico si se olvida de un medicamento regular.
 - Ser capaz de identificar sus pastillas antes de tragarlas. Sus medicamentos regulares pueden tener un color o forma diferente en el hospital.
 - No tome pastillas de casa. Pueden duplicar los medicamentos que recibe en el hospital o pueden entrar en conflicto con ellos. Dígale a su médico si no está tomando sus píldoras regulares.
- Prevenir caídas.
 - La cirugía y los medicamentos posoperatorios pueden hacer que incluso el mejor atleta se sienta débil e inestable.
 - Algunos medicamentos y líquidos intravenosos adicionales pueden provocar la necesidad de vaciar la vejiga con frecuencia. No se avergüence de pedir ayuda. Hazlo pronto, antes de que sea urgente. Permita tiempo para que el personal ocupado llegue allí.
 - **Las caídas graves ocurren cuando los pacientes tratan de ser independientes y no piden ayuda.**
 - Por la noche, muchas personas necesitan más ayuda que durante el día. Para garantizar su seguridad, encienda las luces, use anteojos y use zapatos antideslizantes si se levanta de la cama.
 - Las sillas de ruedas deben cerrarse con llave antes de entrar y salir.
 - El agua caliente en la ducha puede bajar la presión arterial y causar desmayos.
- Conozca sus planes de tratamiento.
 - Haga preguntas para asegurarse de que comprende los siguientes pasos en su tratamiento.
- Anime a los visitantes a lavarse las manos antes y después de las visitas.



-
- Desaliente las visitas de amigos y familiares que no se sientan bien. Los niños son portadores frecuentes del resfriado.
 - Si el personal mueve su mesita de noche o soporte con ruedas, pídales que lo vuelvan a colocar antes de irse. De lo contrario, su agua, artículos personales, teléfono o incluso el botón de llamada pueden estar fuera de su alcance.
 - Los servidores de alimentos no solo deben dejar su bandeja, sino que deben configurarla para que esté accesible.
 - Si el equipo en su habitación comienza a sonar o zumbear, no se alarme. Por lo general, es algo simple como que su IV le indica a la enfermera que es hora de volver a llenarla.



Durante el alta hospitalaria

Por lo general, recibe muchas instrucciones justo antes de partir. La enfermera le dará los aspectos más destacados por escrito, incluida una lista de los medicamentos que deberá tomar. Es difícil recordar todo. Como siempre, haga preguntas si no entiende las instrucciones.

- Haga que un miembro de la familia esté presente para ayudar a recordar lo que se dijo.
- Toma nota y, en concreto, averigua:
 - Cuándo volver a ver al médico
 - Fechas y horas si las enfermeras o terapeutas domiciliarios acudirán a usted
 - Cuándo cambiar tus vendajes
 - Cuándo está permitido bañarse
 - Cuándo está bien estar solo en la casa
 - cuando puedas conducir
 - Instrucciones sobre la elevación de una extremidad operada y la carga de peso en una pierna después de la cirugía
- Infórmese sobre todos los medicamentos que necesita. Alguien tendrá que surtir las recetas para usted.
- Asegúrese de comprender cualquier signo de complicaciones, como infecciones o coágulos de sangre. Sepa cómo comunicarse rápidamente con su médico o equipo de atención médica si nota signos de complicación
- **Incluso en casa, levantarse para ir al baño por la noche puede ser peligroso.** Las pastillas para dormir y los analgésicos pueden causar problemas de equilibrio inesperados. La pérdida de sangre de la cirugía puede hacer que se sienta mareado cuando se pone de pie por primera vez.
 - Quédese quieto al lado de la cama por un momento antes de caminar
 - Usa anteojos y enciende una luz.
 - Asegúrese de que se hayan quitado las alfombras resbaladizas
 - Tenga en cuenta que vaciar la vejiga puede bajar la presión arterial y causar desmayos. Los hombres están mucho más seguros sentados.

CONCLUSIÓN

Las investigaciones muestran que los pacientes que toman parte en las decisiones sobre su atención médica tienen más probabilidades de obtener mejores resultados. Haga preguntas, comprenda el tratamiento y siga las instrucciones, y estará en el camino de la recuperación.