

10 recomendaciones para obtener servicios de salud más seguros



Esta tarjeta es un resumen de recomendaciones que ha sido producida por el *Australian Council for Safety and Quality in Health Care* [Consejo de Seguridad y Calidad respecto a Servicios de Salud de Australia], el cual fue establecido por los gobiernos de la Commonwealth, estados y territorio para mejorar la seguridad de la atención de salud en Australia. Estas 10 recomendaciones* le alentarán a adoptar una parte más activa en la atención de salud. El folleto 10 Tips for Safer Health Care [10 Recomendaciones para Obtener Servicios de Salud más Seguros] contiene más preguntas que usted puede querer hacer a su profesional de salud.

* Estas 10 Recomendaciones han sido adaptadas de una información para pacientes producida por la Agencia de Estados Unidos encargada de unos Estudios sobre Servicios de Salud y Calidad [se puede ver en Internet en www.ahrq.gov/consumer].

1 Tome un papel activo en la atención de su propia salud

Tome parte en todas las decisiones para contribuir a la prevención de los errores y para obtener la mejor atención posible para sus necesidades.

2 Comunique sus preguntas e inquietudes

Haga preguntas.

Espere respuestas que usted pueda entender.

Pida que un miembro de su familia, cuidador o intérprete esté con usted, si así lo desea.

3 Aprenda más sobre su condición y tratamientos

Recopile toda la información confiable que sea posible.

Haga las siguientes preguntas a su profesional de salud:

- ¿Qué debo observar?
- Por favor infórmeme más sobre mi condición, pruebas y tratamiento.
- ¿De qué modo me ayudarán las pruebas o tratamientos y qué implicarán éstos?
- ¿Cuáles son los riesgos y qué es probable que suceda si no me someto al tratamiento?

4 Mantenga una lista de todos los medicamentos que toma

Incluya

- medicamentos con y sin prescripción médica y medicina complementaria (vitaminas y hierbas)
- información sobre las alergias a las drogas que usted pueda tener.

5 Asegúrese de que tenga un buen entendimiento de lo que está tomando

Lea la etiqueta que incluye las advertencias.

Asegúrese que eso es lo que su médico le ha ordenado.

Pregunte sobre:

- las instrucciones de uso;
- los posibles efectos secundarios o interacciones y
- por cuánto tiempo necesitará tomarlas.

6 Obtenga los resultados de cualquier prueba o procedimiento

Llame a su médico para averiguar los resultados.

Pregúntele lo que esto significa para su cuidado.

7 Hable sobre sus opciones si en caso necesitara ingresar al hospital

Pregunte

- ¿Qué tan rápido tendrá que hacerlo?
- ¿Existe la opción de que me hagan la operación o procedimiento como paciente diurno, o bien en otro hospital?

8 Asegúrese que entienda bien lo que va a suceder si necesitara una operación o un procedimiento

Pregunte -

- ¿Qué implica la operación o procedimiento y cuáles son los riesgos?
- ¿Existen otros posibles tratamientos?
- ¿Cuánto costará?

Avisé a los profesionales encargados de su salud si tiene alguna alergia o si alguna vez ha tenido una mala reacción a la anestesia o a cualquier otra droga.

9 Asegúrese que tanto usted, como su médico y cirujano estén de acuerdo de lo que va a suceder exactamente

Confirme que operación le van a hacer y dónde, cerca de la fecha fijada.

10 Antes del alta del hospital pida que su profesional de salud le explique el plan de tratamiento que seguirá en casa

Asegúrese de entender bien cómo será la continuación del tratamiento, medicinas y el seguimiento médico.

Visite a su médico de cabecera tan pronto pueda hacerlo después del alta.

Averigüe más sobre el *Safety and Quality Council*, o bien obtenga un ejemplar de "10 Recomendaciones para Obtener Servicios de Salud Más Seguros" llamando al (02) 6289 4244 en el sitio web en www.safetyandquality.org