

Transcripción

Ha progresado desde que su derrame se inició y ahora es tiempo de continuar con su recuperación y rehabilitación fuera del hospital. Cuando esté listo para ser dado de alta, ¿a dónde irá?

Su equipo médico trabajará con usted para determinar el mejor lugar para su recuperación. Esto dependerá de una variedad de cosas, el tamaño y ubicación del derrame. ¿Qué tanto daño hizo el derrame? ¿Qué tipo de terapia se necesita? ¿Qué tan rápido está progresando? ¿Qué tan bien puede realmente y en forma segura asistirlo su familia en el cuidado? Y ¿Qué cubrirá su seguro?

Con base en las respuestas a estas preguntas hay una variedad de opciones. Puede ser enviado a casa. Si lo necesita, su equipo médico puede recomendarle enfermeras y terapeutas que vayan a su casa y continúen su rehabilitación. La terapia de pacientes programada también puede ser una opción si la necesita.

Muchas personas se benefician de un programa de terapia más intensivo. Su equipo médico puede recomendarle que vaya a un centro para pacientes que se especializa en los servicios de rehabilitación. O le pueden recomendar un centro de atención especializado donde le permiten descansar entre las terapias. Cualquier ambiente de rehabilitación que le recomienden, le ayudará a tener el cuidado específico que necesita de acuerdo con los efectos de su derrame.

Antes que le den de alta en el hospital hay algunos asuntos de seguridad que debe revisar con su equipo médico. Como su coordinación y equilibrio pueden haber sido afectados por su derrame, su equipo médico puede enseñarle maneras para reducir las posibilidades de caerse.

Puede que acostarse y levantarse le parezca difícil. Usar el baño puede ser un reto también por el equilibrio que requiere. Hable con su equipo médico sobre las mejores maneras de levantarse y acostarse para no caerse. Y algunos cambios en la casa pueden ser necesarios para ayudarle a mantenerse seguro.

También puede tener restricciones sobre lo que puede y no puede hacer. Revise esto con su equipo médico y durante su recuperación asegúrese de equilibrar la actividad con el descanso, para seguir sanando y recuperándose.

Luego de dejar el hospital puede tener citas de control con diferentes miembros de su equipo de rehabilitación. Esto puede incluir reunirse con un fisiatra para determinar cómo funciona su tratamiento. Reunirse con un terapeuta de lenguaje. Sesiones de terapia física. Sesiones de terapia ocupacional. Reunirse con un psicólogo. Y un control con su médico de cabecera o el médico de la familia.

Asegúrese de que sabe la fecha y hora de esas citas. Si cree que puede olvidarlo, asegúrese de escribirlo o pedirle a un miembro de su familia que le ayude a recordar. Esto es mucha información, así que no tema en pedir a su equipo médico que le explique todo claramente, y escriba las cosas.

Como ha tenido un derrame es importante recordar que ahora está en un riesgo más alto de tener otro. Así que antes de dejar el hospital, asegúrese de que entendió sus factores personales de riesgo. Y sepa que medidas tomar para reducir estos factores de riesgo.

Conozca los signos de alarma de un derrame. Llame al 911 si experimenta dolor de cabeza severo y repentino, debilidad súbita, parálisis o entumecimiento en un lado del cuerpo. Problema súbito para hablar. Visión borrosa súbita, visión doble o pérdida de visión en uno o ambos ojos. Problema súbito para caminar. Puede sentirse mareado y notar una pérdida de la coordinación. Y confusión súbita.

Sin importar que tan grande o pequeño sea el síntoma, ¡busque ayuda rápido!, ¡Llame al 911 inmediatamente!

Asegúrese de ir a todas sus citas de control. Sus terapeutas están ahí para ayudarle. Y asegúrese de tomar todos sus medicamentos como se lo indicaron. Al seguir estos pasos puede mantenerse seguro y reducir los riesgos de otro derrame mientras se recupera y sana.