

Ataque Cerebral: Alta del Hospital

Has progresado desde que sufriste tu ataque cerebral, ahora es tiempo de continuar la recuperación y rehabilitación fuera del hospital.

Cuando se trata de salir del hospital después de un ataque cerebral, varias cosas importantes van a suceder para prepararte, incluyendo a dónde irás y qué tipo de terapia vas a necesitar.

“Lo que nuestro equipo hace es identificar tus necesidades médicas, tus barreras y evaluar que es seguro darte el alta.”

A donde irás cuando salgas del hospital dependerá de varias cosas:

La evaluación de tu equipo médico de lo extenso del daño a tu cerebro.

¿Qué tipo de terapia vas a necesitar?

¿Con qué rapidez estás progresando?

¿Está tu familia preparada para ayudar de manera segura y realista con tu cuidado?

¿Y qué va a cubrir tu seguro?

Algunos pacientes pueden irse a casa y recuperarse después de un ataque cerebral. En este caso, tal vez tu equipo médico recomiende que vayan a tu casa enfermeras y terapeutas para continuar con tu rehabilitación. Quizá asistas a sesiones de terapia como paciente externo.

Podría beneficiarte un programa de terapia más intensiva, dependiendo de tu caso personal. Tu equipo médico puede recomendar que te internes en una clínica de rehabilitación especializada.

O tal vez recomienden un Centro de Atención de Enfermería Especializada que proporciona atención a los pacientes que todavía no pueden ser dados de alta e ir a casa y no pueden hacer una terapia más intensiva.

Cualquier tipo de medio ambiente de rehabilitación que te recomienden, te ayudará a obtener el cuidado específico que necesitas.

Antes de tu alta, tu equipo médico va a repasar contigo algunos puntos de seguridad.

Si tal vez el ataque cerebral haya afectado tu coordinación y equilibrio, tu equipo médico va a mostrarte cómo reducir la probabilidad de caídas.

Tal vez encuentres que es difícil meterte y levantarte de la cama.

Ir al baño puede representar un reto debido al equilibrio requerido.

Habla con tu equipo médico sobre la mejor manera de levantarte y sentarte para no caerte.

Y quizá sea bueno hacer algunos cambios en casa para que sea más segura.

Tal vez tengas restricciones sobre lo que puedes y no puedes hacer. Repasa éstas con tu equipo médico, y asegúrate durante tu recuperación de tener un equilibrio entre la actividad y el descanso para continuar a recuperarte y mejorar.

Ataque Cerebral: Alta del Hospital

Si vas a estar en un programa de rehabilitación como paciente externo, es importante que no faltes a ninguna cita y sesiones de terapia.

Tu equipo médico podría recomendar cualquiera de lo siguiente:

Un fisiatra para determinar si progresas con tu tratamiento

Un terapeuta de lenguaje

Un terapeuta físico

Un terapeuta ocupacional

Un psicólogo

Y tus doctores de cabecera.

Asegúrate que sabes las fechas y horas de tus citas. Si piensas que te podrías olvidar, anótalos o pídele a un miembro de tu familia que te ayude a recordar.

Vas a recibir mucha información al ser dado de alta, no temas pedirle a tu equipo médico que te expliquen todo claramente y escribe todo.

Es importante que recuerdes que, debido a tu ataque cerebral, ahora corres mayor riesgo de sufrir otro.

Antes de salir del hospital, asegúrate de entender cuáles son tus factores de riesgo y los síntomas de un nuevo ataque cerebral. Aprende cuáles pasos puedes seguir para reducir estos factores de riesgo.

Asegúrate de no faltar a ninguna cita de control. Tus terapeutas están ahí para ayudarte. Y asegúrate de tomar todas tus medicinas de la manera recetada.

Siguiendo estos pasos puedes reducir el riesgo de otro ataque cerebral mientras te recuperas y sanas.