

Seguridad General del Hospital

Tu razón de estar en el hospital es una - para mejorarte - y hacerlo lo más rápido posible.

Mientras estés en el hospital hay algunas precauciones de seguridad que puedes tomar para asegurar una estancia corta y segura.

Primero, sé un miembro activo en tu propio equipo de cuidado. Sigue cualquier instrucción como te lo indiquen los profesionales médicos.

Si tienes preguntas sobre alguna instrucción o equipo en tu habitación, pregúntale a tu profesional médico. Asegúrate que sabes cómo llamar a la enfermera si necesitas ayuda.

Asegúrate que tú y tu familia saben cómo ajustar la cama para que estés cómodo.

Para evitar heridas por presión, trata de cambiar de posición cuando menos cada dos horas. Si necesitas ayuda con esto, pídesela a la enfermera. Si tienes molestia o dolor en áreas como tus talones o codos, avísale al personal del hospital para que te ayuden a cambiar tu posición más seguido.

Es también buena idea revisar la comida que te sirvan. Revisa tu charola de comida antes de comer y asegúrate que no te han servido nada a lo que puedas ser alérgico y que sigue las restricciones de dieta que puedas tener.

Conforme te recuperas tal vez te sea difícil meterte, bajarte de la cama o ir a caminar.

Evita las caídas pidiendo ayuda, o, si piensas que puedes hacerlo tú solo, pide consejo sobre cómo debes moverte de un lugar a otro más fácilmente.

Usa zapatos o calcetines anti resbalantes para tener más firmeza en el suelo. Cuando camines, utiliza los pasamanos en los pasillos para evitar resbalones y caídas.

Los microbios se pueden dispersar en cualquier lugar con facilidad, incluso en el hospital.

Una manera sencilla de evitar que se dispersen microbios es pedir que tanto el personal como los visitantes se laven las manos al entrar a tu habitación. No temas recordar que lo hagan, se trata de tu salud.

Y si sabes que algún familiar o amigo quisiera visitarte, pero tiene catarro, molestia de garganta u otro tipo de enfermedad, pídeles que se queden en casa.

Tú y tu familia tendrán que seguir instrucciones adicionales si tienen una infección o si su sistema inmune está comprometido.

Cuando estés en el hospital, toma precauciones generales para permanecer seguro.

Recuerda de seguir las instrucciones de tu profesional médico, pregunta sobre tu equipo en la habitación, checa tu charola de alimentos, pide ayuda para evitar caídas y recuérdales a los visitantes que se laven las manos para prevenir que se dispersen infecciones.

Seguridad General del Hospital

Estos pasos sencillos pueden ser de gran ayuda para evitar complicaciones mientras te encuentras en el hospital.

Este programa es unicamente para uso informativo. El editor se exime de todas las garantías en cuanto a la efectividad, integridad o capacidad de este vídeo como fuente para la toma de decisiones médicas. Por favor, consulte a su equipo médico si tiene problemas de salud.

