

Visitas al médico

Las visitas anuales al médico pueden ayudarle a gestionar su salud y garantizar que estará presente para su familia y amigos en los años venideros. Una visita al médico no tiene por qué ser estresante.

Planifique antes de su visita al médico:

- Lleve consigo una lista de preguntas.
- Conozca su información médica.
- Mantenga un diario para realizar un seguimiento de cualquier problema o inquietud sobre su salud.
- Haga una lista de todos los medicamentos que toma.

Admisión de pacientes:

¿Qué se le preguntará y por qué?

Se le pedirán sus datos de contacto, plan médico, antecedentes familiares e información médica anterior. Esto ayuda al médico a saber más sobre su historia clínica, su salud y la de su familia cercana y su estado de salud actual para poder aconsejarlo y tratarlo.

En muchos casos, el personal de la consulta está dispuesto a ayudarle a rellenar formularios sanitarios para que el médico pueda disponer de la mayor cantidad de información posible. Al tener toda su información, su médico podrá brindarle la mejor atención.

Establezca una relación con su médico

Un buen vínculo con su médico requiere ser honesto y claro. Haga las preguntas correctas sobre su salud para obtener la información que necesita sobre las inquietudes que tiene. Hacer las preguntas correctas reduce el riesgo de que ocurran errores y conduce a una mejor salud.

Durante su visita

- Está bien grabar su visita, tomar notas o traer a un amigo o familiar con usted.
- Mantenga su charla enfocada para asegurarse de cubrir sus principales preguntas e inquietudes. Estos son los problemas que puede tener y cómo afectan su vida.
- Pídale a su médico que aclare cualquier cosa que no entienda.
- Infórmele a su médico si está viendo a otros médicos.
- Comparta información sobre cualquier prueba médica reciente que su médico no conozca.

Visitas al médico

Preguntas sobre un problema de salud

- ¿Cuál es mi estado de salud?
- ¿Qué ha causado mi problema de salud?
- ¿Se puede tratar mi problema de salud?
- ¿Cómo cambiará mi salud este problema?
- ¿Qué debo esperar?
- ¿Debo hacer algún cambio de vida?
- ¿Cuál es el cuidado para mi problema de salud?
 - » ¿Qué tan bueno ha sido este cuidado con los demás?
 - » ¿Hay algún riesgo relacionado con esta atención?
 - » ¿Qué puedo ganar con esta atención?
 - » ¿Cuándo comenzará la atención y cuánto durará?
 - » ¿Hay límites a esta atención que tengan que ver con la comida o las cosas que me gusta hacer?
 - » ¿Hay otras opciones entre las que pueda elegir?
 - » ¿Mi atención incluirá algún medicamento y, de ser así, qué debo hacer si me olvido de una dosis?

- ¿Tengo que tomar este medicamento con alimentos?
- ¿Otras personas han usado este medicamento?
- ¿Este medicamento interactuará con otros medicamentos que tomo?
- ¿Qué debo hacer si tengo una mala reacción a este medicamento?
- ¿Qué sucederá si me olvido de una dosis?

Instrucciones para la ingesta de medicamentos

Lea sus medicamentos. Hay cierta información que su médico siempre tendrá sobre los medicamentos. La información del médico, como su nombre, dirección y número de teléfono, estará en el frasco. En la sección superior de la hoja de medicamentos, habrá un lugar para su nombre, su edad o fecha de nacimiento, su dirección y la fecha en que le entregaron sus medicamentos. Debajo de esto, su médico escribirá la información del medicamento.

- El medicamento que le recetó su médico le dirá cuánto tomar y cómo tomarlo.
- La información para los farmacéuticos está en el frasco e indica cuánto medicamento debe darle, cuándo necesitará surtirlo por primera vez y cuántas veces puede volver a surtirlo.
- Su médico también firmará y fechará la parte inferior del formulario para demostrar que fue recetado por un médico.

Preguntas para hacer sobre medicamentos

- ¿Cuánto tiempo tendré que tomar este medicamento?
- ¿Cómo me ayudará este medicamento?
- ¿Tiene efectos secundarios?

Visitas al médico

- Las recetas escritas de un médico para una sustancia controlada, una que el gobierno federal ha decidido que puede causar "abuso o dependencia", como la morfina o la metadona, tendrán normas adicionales. El formulario dirá cuántas veces puede surtir el medicamento y si puede volver a surtirlo. Debe hacerse a mano y debe estar firmado por el médico prescriptor.
- Muchos médicos ahora envían medicamentos electrónicamente a la farmacia de su elección para que sea más fácil para usted.

- Drogas que consuma
- Qué tan bien siguió las indicaciones del médico

Su médico también puede comparar sus resultados con pruebas anteriores. Las pruebas de laboratorio a menudo forman parte de los controles anuales para detectar cambios en su salud. Ayudan a los médicos a diagnosticar afecciones médicas, planificar sus tratamientos y realizar un seguimiento de sus afecciones a medida que cambian con el tiempo.

Preguntas para hacer sobre las pruebas

- ¿Qué tipo de pruebas le harán?
- ¿Qué espera encontrar con estas pruebas?
- ¿Cuándo sabrá los resultados?
- ¿Necesitará más pruebas?

Próximos pasos después de su cita

- Siga lo que le indique su médico.
- Llene todas las recetas que le dieron y tómelas según las indicaciones.
- Programe una visita de seguimiento si la necesita.
- Revise su explicación de beneficios y pague sus facturas médicas.
- Comuníquese con su médico, plan médico o la agencia estatal de Medicaid o CHIP si tiene alguna pregunta.

¿Qué son las pruebas diagnósticas?

Pruebas de laboratorio y métodos de diagnóstico

Las pruebas de laboratorio y los servicios preventivos se utilizan para verificar si la salud de una persona es normal.

Un laboratorio puede analizar parte de su sangre, orina o un grupo de sus células para ver si algo anda mal. Una prueba diagnóstica o procedimiento de diagnóstico también puede mostrar si tiene algún problema, como las pruebas de presión arterial pueden indicar si tiene presión baja o alta.

Las pruebas usan un rango porque lo que se considera normal difiere de persona a persona. Muchas cosas pueden cambiar los resultados de su prueba.

- Su sexo, edad y raza
- Lo que come y bebe