

Qué debe hacer después de salir del hospital



Estar hospitalizado puede ser aterrador. ¿Sabía que...?

- 1 de cada 5 personas regresa al hospital en un plazo de 30 días
- 1 de cada 4 de estas visitas o readmisiones se pueden prevenir

Al volver a casa después de una hospitalización, hay cosas que puede hacer para mantenerse saludable y evitar regresar. A continuación, se presentan tres medidas que puede tomar para mantenerse sano y evitar visitas repetidas al hospital.



1. Visite a su médico dentro de los 7 días después de salir del hospital.

Lleve lo siguiente a su cita:

- Cualquier medicamento y suplemento que tome.
- Cualquier documento que haya recibido en el hospital, incluida la lista de medicamentos que le hayan administrado.
- Una lista de preguntas que desee hacerle a su médico.



2. Revise su lista de medicamentos.

- Asegúrese de saber qué medicamentos debe tomar y cuándo tomarlos. Con frecuencia se encuentra entre los documentos que recibió al salir del hospital. Si no está seguro, consulte a su médico.
- Si no sabe por qué necesita tomar un medicamento o por qué se cambió una dosis, pregúntele a su médico.
- No suspenda ni modifique la forma en que toma sus medicamentos sin antes hablar con su médico.



3. Conozca por qué estuvo en el hospital y cómo mantenerse saludable.

- Hable con su médico sobre la causa de su hospitalización. Pregunte qué puede hacer para evitar que esto vuelva a suceder.
- Solicite folletos o guías que le ayuden a conocer sus condiciones de salud. Conocer su salud puede ayudarle a llevar una vida más sana y mantenerlo alejado del hospital.



Consejo: Aprenda qué signos y síntomas debe vigilar si comienza a sentirse enfermo.

Seguir estos pasos puede ayudarle a mantenerse saludable y evitar otra visita al hospital. También puede seguir estos consejos después de una visita a la sala de emergencias.

Healthmap Solutions está aquí para ayudarle a manejar la salud. Para obtener más información, llame a Healthmap al **1-800-481-0474 (TTY: 711)**. Los pacientes deben cumplir con los requisitos del programa para acceder a los servicios de Healthmap.

1-800-481-0474 (TTY: 711) | www.healthmapsolutions.com/patient-resources

REFERENCIAS:

1. Ferro, E. G. *et al.* Patient Readmission Rates For All Insurance Types After Implementation Of The Hospital Readmissions Reduction Program. *Health Aff. Proj. Hope* 38, 585–593 (2019).
2. Auerbach, A. D. *et al.* Preventability and Causes of Readmissions in a National Cohort of General Medicine Patients. *JAMA Intern. Med.* 176, 484–493 (2016).