

Cómo aprovechar al máximo la consulta con su doctor

Estimado paciente, a través de la consulta tanto usted como su doctor se irán conociendo, de tal manera que la primera cita es muy importante y será muy provechosa para ambas partes si usted prepara con anticipación los puntos que a continuación le sugerimos:

Antes de ir al médico

- Consiga los datos básicos sobre el consultorio. Investigue la dirección exacta del consultorio, pregunte por alguna referencia que le pueda ubicar más fácilmente, en caso necesario utilice un mapa de la ciudad, pregunte con que facilidades cuenta el consultorio (rayos x, estacionamiento, elevador, sillas de ruedas, accesos para pacientes discapacitados etc.).
- Haga su cita. Pregunte a la asistente de su doctor los horarios disponibles para agendar una cita, pregunte el costo de los honorarios médicos de la consulta y las formas de pago.
- Reúna la información médica con la que cuenta (recetas, exámenes de laboratorio, estudios de imagen como radiografías, notas médicas etc.).
- Haga una lista de:
 - Los medicamentos que esté tomando.
 - Su historia clínica por ejemplo, tratamientos del corazón, problemas de tiroides u operaciones, aunque no estén relacionadas con el problema por el cual está visitando al médico.
 - Sus preocupaciones (dolores, falta de movilidad o pérdida de alguna función)
- Si piensa en pedirle a un amigo o a un familiar a que lo acompañe a su cita y necesita ayuda de un traductor, pídale a un adulto que lo acompañe, no lleve niños.
- Vístase de forma adecuada. Para todos aquellos problemas de cadera o rodilla, el médico tal vez le pida que se quite la ropa, use ropa cómoda que sea fácil de quitar y poner.

En el consultorio médico

- Llegue 20 minutos antes de su cita con la finalidad de llenar los formularios establecidos antes de pasar a su consulta de primera vez o en su caso tomarle radiografía de control necesario en consultas subsecuentes.

- En la primera consulta es normal sentirse con timidez, poco a poco al conocer a su doctor irá tomando confianza y se relajará, seguramente él lo ayudará a sentirse menos tenso.
- Sea honesto de compartir la información requerida con su médico y no oculte información sobre temas tales como la incontinencia, la pérdida de memoria, temas sexuales, uso de drogas u otros problemas médicos.
- No cambie de tema, tal vez sea divertido compartir noticias de sus hijos o algún otro asunto pero no alargue la cita y aprovéchela al máximo.
- Tome nota de lo que le dice el médico, pregunte si no entiende algún término médico o el porqué de tomar cierto medicamento o hacerse cierto estudio.
- Pregunte qué es lo que espera obtener del tratamiento, como afectará sus actividades diarias, que potenciales complicaciones existen para el procedimiento propuesto y qué es lo que puede hacer para evitar mayores daños a sus articulaciones.
- Pídale a su médico información escrita, o folletos para revisarlos en su casa sólo o con su familia.
- Si usted tiene otras preguntas o preocupaciones, hágalo saber oportunamente a su doctor o su asistente.

Al llegar a casa

- Favor de revisar el material que le dio el médico; si no recuerda algo o si no lo entiende tome notas, llame a la oficina y hable con el asistente del equipo médico.
- Cumpla con las instrucciones del médico, tome todos los medicamentos que le recetó y asegúrese de cumplir con la dieta indicada y hacer todos los ejercicios físicos, y recuerde que Ud. también es parte del equipo que cuida su salud.
- Infórmele al médico sobre cualquier cambio en su condición.

Preguntas para hacer durante la visita o después, si es que el médico le recomienda una operación

- ¿Por qué recomienda ese procedimiento y si hay otras alternativas?
- ¿Cuáles son los beneficios de este procedimiento en cuánto al alivio de dolor, función/movilidad?
- ¿Cuánto durará el beneficio de la operación?
- ¿Cuáles son los riesgos?
- ¿Cómo se llama este procedimiento y cómo se lleva a cabo?
- ¿Qué porcentaje de pacientes se mejora después de la operación?
- ¿Se necesitará la operación nuevamente después de cierto tiempo?

- ¿Cuántas veces se ha hecho esta clase de operación en el hospital?
- ¿Qué podría suceder si no me opero ahora?
- En caso de que desee una segunda opinión, ¿a quién puedo ver?
- ¿Necesitaré hacerme más exámenes o evaluaciones médicas antes de la operación?
- ¿Qué tipo de anestesia utilizará? ¿Existen riesgos o efectos secundarios?
- ¿Qué tipo de implante o prótesis necesitaré? ¿Qué puede pasar al utilizar esos dispositivos? ¿Cuánto durará?
- ¿Sentiré dolor después de la operación?
- ¿Cuánto tiempo permaneceré en el hospital? ¿Necesitaré ayuda en casa, y durante cuánto tiempo?
- ¿Cuándo volveré a caminar?
- ¿Tendré algún tipo de incapacidad después de la operación?
- ¿Necesitaré terapia física?
- ¿Cuándo podré volver a trabajar?
- ¿Cuándo podré volver a conducir el auto?
- ¿Cuándo podré volver a tener relaciones sexuales?

Si desea operarse, y usted cuenta con una póliza de gastos médicos mayores (GMM) confirme si este tipo de cirugía está incluida, verifique que es lo que cubrirá en gastos la compañía aseguradora. Pregunte acerca del costo aproximado de la cirugía y las formas de pago con que usted pudiera contar (recuerde que algunos hospitales manejan pago con tarjeta de crédito a meses sin intereses o tienen algunas promociones en cirugía programada).

Por último, queremos manifestarle que es nuestra intención ayudarlo, no dude en recurrir a nosotros, seguramente de la mano de nuestro equipo médico y quirúrgico, usted encontrará en su cirugía de reemplazo articular de cadera o rodilla una experiencia satisfactoria.

Estimado paciente: Si tiene dudas de lo expuesto anteriormente, lo invitamos a que nos haga llegar sus preguntas, recuerde que estamos para ayudarlo

Dr. Isaac E. Cervantes Orozco & Dr. Stefan P. Martínez van Gils.

2009

Derechos de Autor Reservados

Nota: La información presentada anteriormente es únicamente con fines de orientación por lo que no nos hacemos responsables de decisiones tomadas por los pacientes sin consultar antes con su médico.