

Guía para Pacientes Sometiéndose a una Cirugía

CUIDADOS QUIRÚRGICOS



FECHA DE SU CIRUGÍA:

Favor recuerdese de traer con usted este folleto el día de su procedimiento quirúrgico y a sus citas de seguimiento con su médico después del procedimiento quirúrgico.



Bienvenido a los servicios perioperatorios de Frederick Health Hospital

Como paciente, usted es la parte más importante de la atención médica. Esta guía se desarrolló pensando en usted y proporciona materiales para ayudarlo a aprovechar al máximo su experiencia de atención quirúrgica. Ofrece información sobre cómo prepararse para la cirugía, así como qué esperar durante una estadía en el hospital y después de que le den de alta del hospital. Las herramientas se han separado en secciones para que puedan usarse en los momentos adecuados durante su experiencia quirúrgica.

Esta guía es parte de un conjunto de herramientas para usted y todos los socios en su atención médica, incluidos su familia, médicos y enfermeras, el hospital, el plan de su seguro de salud y su empleador, para ayudar a prevenir la infección del sitio quirúrgico (ISQ), la complicación prevenible más común de la cirugía. Cada uno de estos grupos tiene un interés en su salud y su atención médica. Al trabajar juntos, lo ayudaremos a obtener el mejor resultado quirúrgico posible.

Este libro fue creado para usted por el grupo de trabajo de la Iniciativa de Cirugía Segura del Frederick Health Hospital (anteriormente conocido como Frederick Memorial Hospital), 2016



Evaluación antes de ingresar al hospital

Antes de la cirugía, es posible que deba hablar con hasta tres representantes de Frederick Health:

- La Oficina de Registros para pre-inscribirse (240-566-4150). También puede registrarse en línea en frederickhealth.org
- Oficina de Radiografías para pre-inscribirse (240-566-3400 o 800-995-1438)
- La enfermera de evaluación previa a la admisión (240-566-3918)



Uno de nuestros enfermeros de evaluación previa a la admisión lo llamará de 1 a 3 días antes de la cirugía. La llamada suele tardar entre 15 y 20 minutos. Las llamadas son más cortas si ya ha configurado una cuenta en nuestro portal para pacientes y ha completado su historial de salud.

Si tenemos su dirección de correo electrónico registrada, nuestra empresa web del portal del paciente (ePREOP) lo invitará por correo electrónico a crear una cuenta en el portal del paciente. Toda la información del paciente en el portal, incluido el nombre, la dirección y los detalles de contacto, es confidencial y está protegida por tecnología de encriptación estándar de la industria. Si no tenemos su correo electrónico registrado, visite frederickhealth.org para crear su cuenta. Con su cuenta usted puede completar su historial de salud en línea. **No es necesario crear una cuenta en el portal. Nuestra enfermera se comunicará con usted de cualquier manera.**

Si no está disponible cuando llame la enfermera, le dejaremos un mensaje para que vuelva a llamar en horas hábiles con el número de teléfono para comunicarse con nosotros. Si no estamos disponibles cuando llame, deje su nombre y un número donde podamos comunicarnos con usted. Si no hablamos con usted antes del día de su cirugía, tomaremos su información de salud de su cuenta del portal o recopilaremos la información el día de su procedimiento.

Se le pedirá que verifique su nombre y fecha de nacimiento. Si no tiene una cuenta de portal configurada, le pediremos su historial de salud para que podamos documentarlo en nuestro sistema. Las preguntas sobre el historial de salud incluyen altura y peso; medicamento(s), incluido el tipo (recetados, de venta libre, vitaminas/suplementos o hierbas), la dosis y la frecuencia; y cualquier alergia que tenga y reacciones asociadas. Traiga una lista de sus medicamentos y la última hora/fecha en que los tomó, incluido el día de la cirugía.

Es posible que necesite pruebas realizadas antes de su cirugía. Debe solicitar que los resultados se envíen por fax al hospital al 1-844-461-4690. La enfermera le pedirá que identifique cuándo/dónde tuvo pruebas preoperatorias o consultas con especialistas médicos, cardíacos o pulmonares, para que podamos comunicarnos con ellos para obtener la información si no se ha recibido.

Es importante que sepa que tiene derechos como paciente, incluido el derecho a hacer preguntas, participar en su atención médica, rechazar el tratamiento, y el derecho a la comodidad, la privacidad y la seguridad.

Su experiencia quirúrgica es importante para nosotros. Esperamos servirle e interactuar con usted como socios activos en su atención.

Lo que debe saber antes de su cirugía

Mientras se prepara para la cirugía, hay una serie de cosas que debe saber. Esta herramienta le ayudará a estar mejor preparado.

1. Controle su nivel de azúcar en la sangre (si es diabético)

El rango de azúcar en la sangre debe estar entre 140 y 180 mg/dL antes de las comidas y menos de 200 mg/dL dos horas después de comenzar una comida. Cuanto mejor se controle su nivel de azúcar en la sangre en los días y semanas antes y después de la cirugía, mejor sanará y será menos probable que experimente complicaciones.

2. Deje de fumar: Dejar de fumar lo ayuda a sanar más rápido

Cuanto más tiempo permanezca sin fumar antes de la cirugía, mejor se recuperará. Dejar de fumar antes de la cirugía es un paso importante para una recuperación exitosa. Fumar aumenta la posibilidad de complicaciones como infección, neumonía y ataques cardíacos, tanto durante y después de la cirugía. La mayoría de los médicos recomiendan dejar de fumar tan pronto como decida someterse a una cirugía. Esto incluye cigarrillos electrónicos.



3. Conozca sus medicamentos

Conozca los nombres de sus medicamentos, la dosis y la frecuencia con la que los toma. Pregúntele a su médico si debe tomar alguno de sus medicamentos antes de la cirugía, incluso si le dicen que no coma ni beba nada.

4. Manténgase caliente

Use frazadas limpias y ponga el calor en el vehículo que lo transporte al hospital.

5. Tome su ducha o baño preoperatorio (ver página 7)

LO QUE DEBE SABER ANTES DE SU CIRUGÍA

Recuperación mejorada después de la cirugía— Educación del paciente: Introducción

La recuperación mejorada después de la cirugía (llamada “ERAS”) es un plan de atención que fue creado para usted por sus equipos de cirugía y anestesiología en el Frederick Health Hospital. Este plan se llama vía clínica. La vía ayuda a preparar su cuerpo para la cirugía, recuperarse de manera segura y regresar a casa lo antes posible después de la cirugía.

Enhanced Recovery After Surgery, o ERAS, es un programa centrado en el paciente para la recuperación quirúrgica. Los principios básicos de esta vía ERAS son garantizar su fortaleza antes y después del procedimiento a través de la dieta y la nutrición para ayudar a proporcionar un alivio adecuado del dolor después del procedimiento y alentar el caminar temprano, y el ejercicio. ¡Lo más importante es que participará en todos los aspectos de su atención y puede ayudar a determinar cómo resultará su recuperación!

¿Por qué usamos la vía ERAS?

La vía ERAS lo ayuda a recuperarse rápidamente y reduce las posibilidades de que tenga algún problema después de la cirugía. Este camino lo ayuda a usted y a su equipo a trabajar juntos para:

- Mantener corta su estadía en el hospital
- Mantener su nivel de dolor bajo control
- Ayudarlo a levantarse de la cama y caminar dentro de las 24 horas
- Permitirle comer y beber tan pronto como sea seguro para usted
- Escuchar sus inquietudes y explicar las cosas con claridad
- Asegurar de estar satisfecho con su atención en el Frederick Health Hospital

¿Qué medicamentos se usarán para tratar mi dolor?

La causa subyacente del dolor es la inflamación. Por lo tanto, los medicamentos que tratan la inflamación se convierten en una parte importante de su plan de control del dolor. Es importante que los tome incluso si no tiene dolor. Esto ayudará a reducir la cantidad de opioides que necesita, lo que ralentiza su recuperación. Sus equipos quirúrgicos y de anestesia trabajarán con usted en qué combinación de medicamentos será mejor para usted y su tipo de cirugía.

LO QUE DEBE SABER ANTES DE SU CIRUGÍA

¿Qué pasará después de mi cirugía?

Cuando esté listo, lo trasladarán a una unidad quirúrgica posoperatoria en el hospital para su recuperación o al ser dado de alta. Es importante que se levante de la cama, se siente en una silla y camine lo antes posible. Haga esto tan a menudo como pueda. Su enfermera le ayudará a moverse con seguridad. Si se colocan sondas o tubos vesicales por el cirujano, se los removerán lo antes posible. Su equipo de cirugía de Frederick Health le dirá cuándo puede comenzar a beber líquidos y comer alimentos sólidos. Su equipo le dirá cuándo es seguro que regrese a casa.

Cosas que hacer ahora para prepararse

Dejar de fumar. Le recomendamos que deje de fumar por completo. Deje de fumar 4 semanas antes de su cirugía. Si cree que esto será difícil para usted, pídale consejo a su médico de atención primaria, cirujano o miembro del equipo de anestesia sobre cómo ayudarlo a dejar de fumar.

Aumente sus fuerzas y mejore su recuperación caminando al menos 30 minutos al día antes de su procedimiento. También se espera que camine después de su procedimiento. El ejercicio antes de la cirugía lo ayudará a recuperarse después de dicha cirugía. La movilización temprana es un componente central de todos los programas de recuperación mejorada. La capacidad de estar fuera de la cama y deambular es un indicador fuerte de una recuperación temprana exitosa y se cree que previene complicaciones, como neumonía y coágulos sanguíneos. Los objetivos comunes incluyen sentarse al costado de la cama o en una silla la noche de la cirugía y deambular al menos cuatro veces al día a partir de entonces. Otros programas prescriben un cierto número de horas fuera de la cama por día.

Al menos una semana antes de la cirugía, coma alimentos saludables para alimentar su cuerpo con los nutrientes que necesitará durante la cirugía. ¡Esto conduce a una recuperación más rápida después de su procedimiento, y una recuperación más rápida puede significar que puede irse a casa antes!

Preparándose para su cirugía

Lista de verificación para su cirugía Complete la lista de verificación en la página 9 y lleve consigo este folleto completo el día de su cirugía.

Recordatorios importantes

- Siga las instrucciones de la página 7 para ducharse. Use CHG y toallas limpias.
- No use loción o acondicionador en su piel o cabello.
- Monitoreamos su respiración usando un dispositivo que se coloca en su dedo. Si tiene esmalte de uñas, es posible que deba quitarse el esmalte de uno de los dedos el día de la cirugía.
- Deje todas las joyas y objetos de valor en casa.
- No use maquillaje, perfume o colonia.
- Haga arreglos para que alguien lo lleve a su casa y se quede con usted después de la cirugía.
- Deje de fumar 4 semanas antes de la cirugía y no fume después de la medianoche del día anterior a la cirugía. No vapee, masque tabaco, fume cigarros ni use drogas ilícitas.
- No ingiera bebidas alcohólicas 24 horas antes de la cirugía.
- Si desarrolla un resfriado, fiebre u otro problema de salud dentro de las 48 horas de su admisión programada, llame e informe su médico.
- Para los niños que se someten a cirugía, al menos uno de los padres debe estar presente en todo momento mientras el niño está en el hospital.

Alimentos y bebidas: Recordatorios para adultos

Para pacientes pediátricos de hasta 18 años, consulte a su médico.

Si su cirujano le ha indicado que no tome nada por la boca después de la medianoche, siga las órdenes establecidas por su cirujano.

6 horas antes de la hora programada para presentarse al hospital, puede comer una rodaja de pan tostado simple, sin mantequilla, mermelada o cualquier otro condimento.

Puede consumir líquidos claros, bebidas claras con carbohidratos, o agua, como se describe en la siguiente lista. Estos deben consumirse 3 horas antes de la hora programada para presentarse al hospital. Puede consumir confites de limón o de menta como parte de líquidos claros.

Si consume alimentos, líquidos claros, bebidas con carbohidratos y/o agua fuera de los horarios indicados, esto podría causar que su cirugía se retrase o se cancele.

Medicamentos

Si está tomando algún medicamento, pregúntele a su médico con anticipación si debe tomarlo la mañana de la cirugía. Si se supone que debe tomar medicamentos la mañana de la cirugía, tómelos 3 horas antes de la hora de presentarse al hospital con líquidos claros o agua.

Comuníquese con su médico para que le aconseje si está tomando anticoagulantes, aspirina, medicamentos antiinflamatorios, insulina o medicamentos para la diabetes.

PREPARÁNDOSE PARA SU CIRUGÍA

Recordatorios importantes, continuación

- Frederick Health no es responsable por el dinero o los objetos de valor que traiga consigo. Le recomendamos encarecidamente que deje todo el dinero en casa, a menos que tenga un copago. Si es necesario traer objetos de valor, se le proporcionará un casillero con llave. Cuando llegue para la admisión, notifique a su enfermera y se harán los arreglos necesarios.
- Para pacientes ingresados después de la cirugía: deje su equipaje en su vehículo hasta que lo lleven a la sala postoperatorio. En ese momento, un miembro de la familia puede llevarlo a su habitación.

Si tiene alguna pregunta, llame al consultorio de su médico o la Oficina de Evaluación antes de la Admisión al 240-566-4970.

Almidones

1 rodaja de pan
tostado simple

Líquidos Claros

Agua (simple, carbonatada o con sabor)
Zumos de frutas: (sin pulpa): manzana, zumo de uva blanca o limonada
Café descafeinado: 12 oz. (0 carbohidratos)
Té: 12 oz. (0 carbohidratos)
Refrescos: ginger ale, Sprite®, 7-Up®
Gelatina
Jugo de tomate o vegetales colados
Bebidas deportivas (Gatorade®, Gatorade 2®, Powerade®)
Consomé/ caldo de pollo o res, bajo en sodio, sin grasa
Miel o azúcar
Caramelos duros, como caramelos de limón o caramelos de menta
Paletas sin leche, trocitos de fruta, semillas o frutas secas

PREPARÁNDOSE PARA SU CIRUGÍA

Instrucciones para el baño con las Toallitas de Clorhexidina [CHG]

¿Qué son las toallitas CHG?

Las toallitas de clorhexidina (CHG) al 2 % son paños antisépticos (eliminadores de gérmenes) que se usan para lavar la piel. La piel viva es una fuente constante de microbios. CHG mata el 99% de los microbios en la piel para ayudar a prevenir que los gérmenes entren en una herida abierta o en el torrente sanguíneo y causen una infección grave.

¿Cuándo **NO** debe usar estas toallitas?

No lo use en niños menores de 12 años de edad.

No utilice estas toallitas si:

- Tiene alergia al CHG
- Actualmente tiene lesiones graves en la piel, sarpullido o quemaduras
- Está recibiendo radioterapia
- Está recibiendo tiotepa (un medicamento de quimioterapia)

¿Cuándo debe usar estas toallitas?

Idealmente, use las toallitas después de un baño o una ducha normal, pero también se pueden usar en lugar de un baño o una ducha. Es importante que los use antes de ir a la cirugía. **No se toque los ojos** hasta que se lave las manos después de usar las toallitas CHG

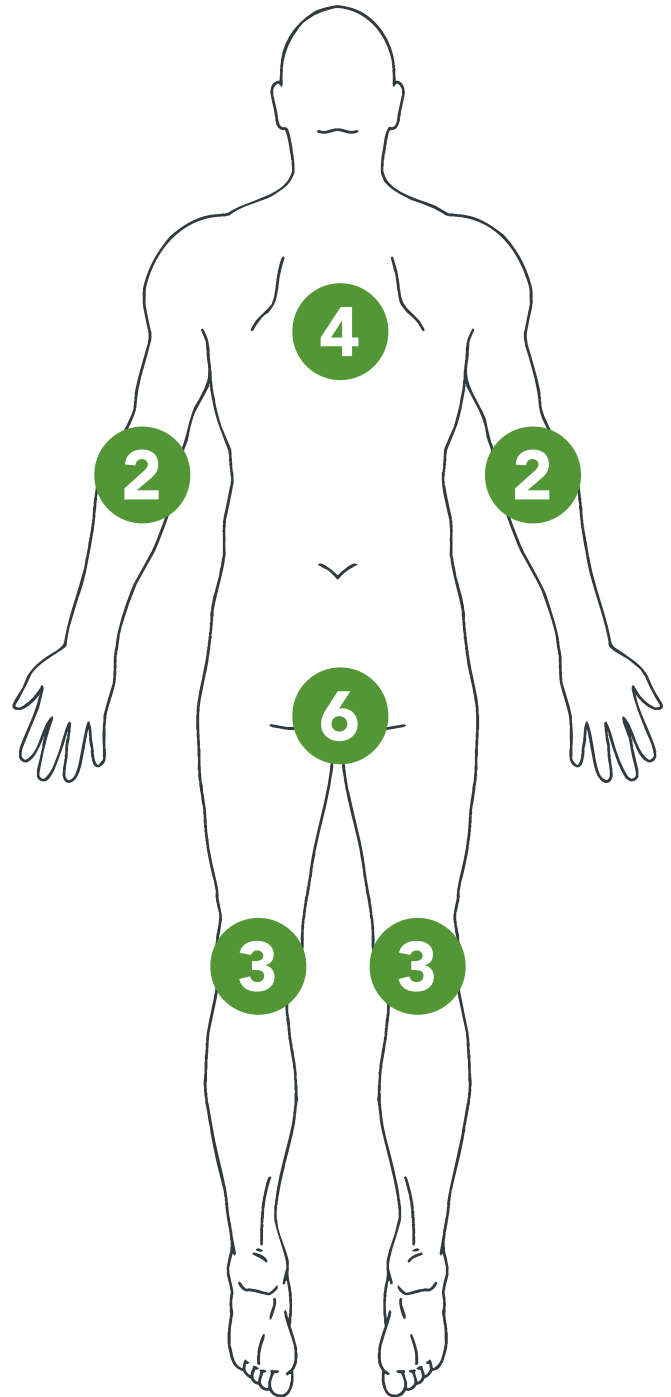
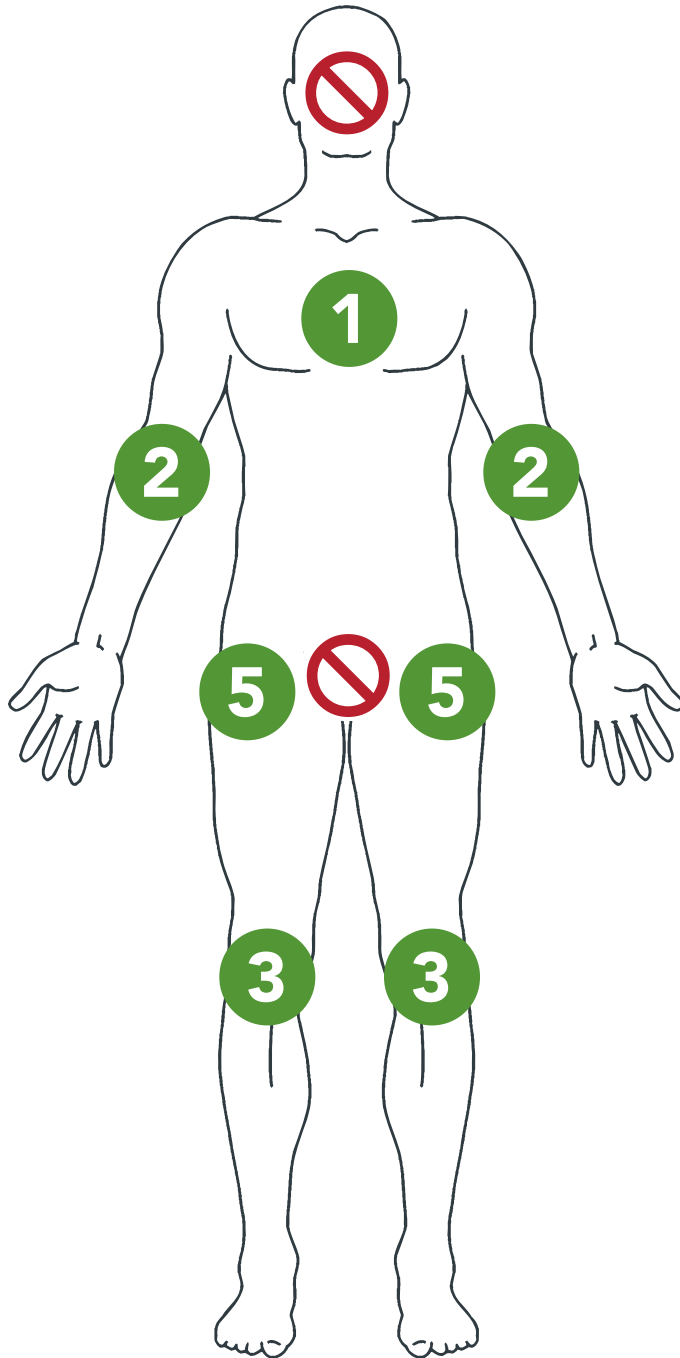
Cómo usar las toallitas*

1. Lávese las manos con agua tibia y jabón o use desinfectante para manos.
2. Pase los paños con un movimiento circular o para adelante y atrás sobre la superficie a limpiar. Limpie cada área a fondo, pero no frote. No utilice los paños en la cara, la cabeza, entre las nalgas o los genitales.
3. Utilice un total de seis paños de toallitas CHG.
4. No enjuague ni limpie la piel después de usar las toallitas. No aplique lociones, humectantes ni maquillaje. Deje que la piel se seque al aire. La piel puede sentirse pegajosa durante un breve período de tiempo mientras se seca; esto es normal.
5. Póngase un pijama limpio después de bañarse. En el hospital, póngase una bata de hospital limpia después de bañarse (no se vuelva a poner su propia ropa).

***No intente hacer esto bañándose en la tina, ya que el agua del baño lavará el jabón CHG.**

Frederick Health le proporcionará un (1) paquete de toallitas húmedas para usar la noche anterior a su cirugía. Realizará otra limpieza con un paquete de toallitas CHG en el área perioperatoria el día de su cirugía.

PREPARÁNDOSE PARA SU CIRUGÍA



Use un paquete (6 paños) de toallitas CHG

- **Paño 1:** Limpie el cuello, el pecho y el abdomen.
- **Paño 2:** Limpie ambos brazos, comenzando por el hombro y terminando en la punta de los dedos, luego las áreas de las axilas.
- **Paño 3:** Limpie ambas piernas, comenzando en el muslo y terminando en los dedos de los pies; asegúrese de limpiar detrás de las rodillas.
- **Paño 4:** Limpiar la espalda, comenzando por la base del cuello hasta la cintura.
- **Paño 5:** Limpie la cadera derecha e izquierda, seguido de la ingle. Asegúrese de limpiar los pliegues del área de la ingle pero evite los genitales.
- **Paño 6:** Limpiar las nalgas. Luego lávese las manos con jabón o desinfectante.

Lista de verificación de preparación para la cirugía

NOMBRE DEL PACIENTE

FECHA DE NACIMIENTO DEL PACIENTE

Debe completar esta lista de verificación y traerla con usted el día de su cirugía.

- ☐ Pruebas de laboratorio prequirúrgico completado FECHA: _____
- ☐ Preinscripción completada FECHA: _____
- ☐ Preevaluación con enfermera completada FECHA: _____
- ☐ Prueba prequirúrgica de MRSA completada FECHA: _____

¿Alergia al yodo?

- ☐ Sí ☐ No

¿Alergia al látex?

- ☐ Sí ☐ No

- ☐ Resultados de MRSA recibidos FECHA: _____ ☐ MRSA Positivo ☐ MRSA Negativo
- ☐ Folleto educativo para el paciente recibido FECHA: _____

Báñese con toallitas CHG (consulte la página 7 para ver las instrucciones de las toallitas CHG)

- ☐ Noche antes de la cirugía: báñese bajo FECHA: _____
regadera, séquese con una toalla limpia y aplíquese los paños
- ☐ Día de la cirugía en Preoperatorio FECHA: _____
- ☐ Frote nasal con un antiséptico FECHA: _____

Traer con usted:

- ☐ Una lista de sus medicamentos actuales, incluida la dosis y la hora en que los toma
- ☐ Identificación con foto
- ☐ Tarjeta de seguro y copago, si es necesario
- ☐ Algo para leer o hacer mientras espera
- ☐ Una copia de sus directivas anticipadas/poder médico o testamento en vida si los tiene
- ☐ Máquina CPAP o BiPAP (apnea del sueño)
- ☐ Estuche para anteojos/recipientes para lentes de contacto y solución

Continúa en la siguiente página

LISTA DE VERIFICACIÓN DE PREPARACIÓN PARA LA CIRUGÍA

Instrucciones para el día de la cirugía

- ☐ Use ropa limpia, cómoda y holgada que sea fácil de cambiar y que no quede apretada sobre el área de su cirugía.
- ☐ Quítese todas las joyas (incluidas en las perforaciones que tenga), el esmalte de uñas y el maquillaje.
- ☐ Tome sus medicamentos según las indicaciones de su cirujano o proveedor recetante previa a la admisión, con solo un sorbo de agua. Si no está seguro, llame al consultorio de su cirujano.
- ☐ No fume ni use cigarrillos electrónicos ni mastique tabaco.

El día de su cirugía

3 horas antes de la hora de presentarse al hospital, se recomienda consumir **50g de un carbohidrato complejo**, como la maltodextrina, en una bebida líquida clara. Debe consumirse tres horas antes de venir al hospital.

Bebida con Carbohidrato	Fabricante	Cantidad necesaria	Carbohidratos totales (g)	Maltodextrina (g)	% Carbohidratos	Calorías
Clearfast	BevMD/EE.UU.	12 oz	50	50	100	200
PREcovery	EMN Health	13.5 oz	50	50	100	200
Ensure preoperatorio	Abbott	10 oz	50	50	100	200

Bebidas también usadas

Impact AR	Nestle	3 cajas de 6 oz	45	--	31	600
Ensure Clear	Abbott	8 oz	52	0		240
Boost Breeze	Nestle	8 oz	54	0	86	250
Pedialyte clásico	Abbott	60 oz	45	0	100	175
Powerade	Coca-Cola	botella de 20 oz	34-35	0	100	130
Gatorade	PepsiCo	2 botellas de 15 oz	54	0	100	200
Gatorade Low Calorie G2	PepsiCo	7 botellas de 12 oz	49	0	100	210
Limonada Minute Maid	Coca-Cola	lata de 12 oz	42	0	100	150
Minute Maid Jugo de Manzana	Coca-Cola	botella de 16 oz	48	0	100	180
Jugo de uva blanca de marca Welch	Asociación Nacional de Cooperativas de Uva	11.5 oz	55	0	100	200

EL DÍA DE SU CIRUGÍA

Notas especiales

- Puede comer una (1) rodaja de pan tostado simple 6 horas antes de la hora programada para presentarse al hospital.
- Varios estudios muestran que los pacientes se sienten mucho mejor si se les permite beber hasta tres horas antes de la cirugía. Usan menos líquido intravenoso, tienen un mejor metabolismo, reducen la estadía en el hospital y minimizan la pérdida de proteínas durante la curación. También reduce las complicaciones postoperatorias.

Las contraindicaciones para las bebidas con carbohidratos incluyen:

- Su médico dijo que no debe comer nada por la boca después de la medianoche.
- Tener líquido en el abdomen (ascitis) que limita la cantidad de líquido que se puede consumir o si se les ha dicho a los pacientes que limiten su ingesta de líquidos debido a ciertas afecciones, como insuficiencia cardíaca congestiva (CHF), enfermedad renal en etapa terminal (ESRD), o la enfermedad de Addison.
- Personas con diabetes que usan una bomba de insulina para controlar la glucosa o que tienen deficiencia de insulina (Diabetes Mellitus Tipo 1).
- Dificultad para respirar debido a líquido en los pulmones.
- Dificultad para tragar o trastornos neurológicos como la enfermedad de Parkinson.
- Condiciones médicas documentadas que incluyen acalasia, gastroparesia grave en la que al paciente se le ha recetado un agente procinético (p. ej., metoclopramida), hernia de hiato o enfermedad por reflujo gastroesofágico grave (ERGE).
- Cirugías previas que involucraron el sistema gastrointestinal incluyendo gastrectomía total, gastrectomía parcial y/o resección gástrica.

Consulte con su cirujano para asegurarse de que califica para el protocolo de carga de carbohidratos basado en sus antecedentes quirúrgicos.

Este papeleo NO es para Cirugía Bariátrica. Siga el plan específico de su médico.

Preparación intestinal: para aquellos a los que se les ha recetado una preparación intestinal. Siga las pautas de su cirujano para la preparación intestinal e incluya bebida de carbohidratos (de la lista) 3 horas antes de la hora de reportarse al hospital.

Importante

Recuerde completar su pan tostado **6 horas antes de la hora de reportarse al hospital.**

Recuerde tener su carga de carbohidratos y/o líquidos claros completado **3 horas antes de la hora de reportarse al hospital.**

Puede beber agua en cualquier momento ¡hasta 3 horas antes de la hora para reportarse al hospital!

Ejemplo: La hora de reportarse al hospital es a las 6 A.M. Su pan tostado debe consumirse antes de la medianoche y la carga de líquidos claros/carbohidratos debe consumirse antes de las 3 A.M.

Qué esperar cuando llegue al hospital

Llegando al Hospital de Frederick Health

Los pacientes siendo admitidos la mañana de la cirugía deben llegar a la entrada principal del hospital (#1 verde) dos horas antes del procedimiento programado (o según lo indique el enfermero de preadmisión al llamarlo el día antes de su cirugía). Esto asegura que haya tiempo suficiente para prepararlo para una experiencia quirúrgica segura.

Admisión

Será recibido por un miembro del personal de Frederick Health o un voluntario auxiliar. Él o ella lo registrará en la computadora y tan pronto como reciba su número de habitación, lo acompañarán al área preoperatorio para que conozca al personal médico. Un registrador revisará los documentos de su seguro, cobrará el copago, obtendrá las firmas necesarias y hará una copia de su identificación y tarjetas de seguro.

Un miembro del personal de la Sala de Espera Quirúrgica o un voluntario explicarán el sistema computarizado de seguimiento de pacientes a la persona que lo acompañó y le proporcionará su número de identificación confidencial. Él o ella podrá seguir su progreso en la pantalla grande de la computadora en el área de espera mientras se prepara para la cirugía, se traslada a la sala de operaciones, al área de recuperación y cuando le den de alta, o, lo trasladan a su habitación.

En el salón preoperatorio

Una vez que esté instalado en el salón preoperatorio, su enfermera volverá a verificar cierta información básica para su seguridad, realizará una evaluación física, completará los documentos requeridos, llevará a cabo las tareas ordenadas por su médico y una le colocará una vía intravenosa. Será visitado por su cirujano, su anestesiólogo y su enfermera de quirófano. Responderán a cualquier otra pregunta que pueda tener y lo cuidarán muy bien durante la cirugía.

Un familiar o amigo puede quedarse con usted durante su preparación. Una vez que esté listo para la sala de operaciones, ellos pueden unirse a usted y luego serán dirigidos a la sala de espera cuando lo lleven al quirófano para la cirugía.

Aunque nuestro objetivo es comenzar todas nuestras cirugías a tiempo, a veces las cirugías deben retrasarse debido a circunstancias imprevistas. Si esto sucede, su enfermera lo mantendrá informado sobre el estado de algún retraso.



QUÉ ESPERAR CUANDO LLEGUE AL HOSPITAL

Marcar el sitio quirúrgico y afeitar el área quirúrgico

Si está indicado, el día de su cirugía su cirujano marcará el sitio de su cirugía escribiendo directamente sobre su piel. No tenga miedo de pedir esto; le recordará al cirujano su sitio quirúrgico correcto. No marque el sitio usted mismo. No afeite el sitio quirúrgico. Alguien lo afeitará el día de la cirugía en el área preoperatoria, si es necesario.

Tratamiento antibiótico

Pregúntele a su médico si recibirá antibióticos antes de la cirugía para prevenir infecciones. La mayoría de las personas reciben una dosis de antibióticos en el momento de la cirugía y pueden continuar con los antibióticos durante uno o dos días después de la cirugía, según el procedimiento quirúrgico.

Antiséptico Nasal

El treinta por ciento de las personas tienen bacterias en la nariz. Tiene un mayor riesgo de desarrollar infecciones por estas bacterias. Sus proveedores de atención médica le proporcionarán un antiséptico nasal una hora antes de la cirugía para reducir las bacterias en la nariz y reducir el riesgo de contraer una infección después de la cirugía. Se le darán instrucciones específicas el día de su cirugía.

Anestesia

El día de la cirugía, el anestesiólogo analizará sus opciones de anestesia. El tipo de anestesia que reciba dependerá del tipo de cirugía a la que se someta o de cualquier problema de salud que tenga.

- **Anestesia regional:** Esto también se llama “bloqueo nervioso”. Se inyecta un medicamento anestésico (anestesia local) cerca del nervio para evitar sentir dolor en un brazo o una pierna.
- **Anestesia espinal o epidural:** Se inyecta un medicamento anestésico en la espalda para evitar que sienta algo en la parte inferior del cuerpo y las piernas durante la cirugía.
- **Anestesia general:** Este tipo de anestesia lo deja inconsciente y no puede sentir nada. El medicamento generalmente se inhala a través de un tubo de respiración y se inyecta a través de una vena en el antebrazo. Una vez finalizada la cirugía, el anestesiólogo retirará el tubo de respiración y lo despertará. No es inusual tener dolor de garganta durante uno o dos días después de la cirugía si tenía un tubo de respiración.

Deberá hacer arreglos para que un adulto responsable lo traiga al hospital y lo lleve a casa después, ya que es posible que esté un poco desorientado por la anestesia. Le sugerimos que tenga una persona responsable que se quede con usted la primera noche después de su procedimiento. Los pacientes adultos con niños pequeños deben considerar hacer arreglos para el cuidado de los niños durante las 24 horas posteriores a la cirugía.

QUÉ ESPERAR CUANDO LLEGUE AL HOSPITAL

Medicamentos

Durante su estadía en el hospital, se le puede pedir que confirme los medicamentos que está tomando actualmente. Esto está destinado a mantenerlo a salvo y debe ocurrir durante la admisión, los traslados dentro del hospital y cuando le den de alta del hospital.

Algunos de sus medicamentos pueden cambiarse durante su estadía en el hospital y otros pueden agregarse o eliminarse. Asegúrese de pedirle a su médico que le explique estos cambios y no tenga miedo de hacer cualquier pregunta que pueda tener sobre un nuevo medicamento. Cada vez que un médico o enfermera revisa sus medicamentos con usted, es una oportunidad para hacer preguntas.

Fuente: Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. Agencia para la Investigación y la Calidad de la Atención Sanitaria. Cree su lista de preguntas. ahrq.gov/questionsaretheanswer/questionBuilder.aspx. Accessed July 27, 2010.

Dentro del quirófano

Llevará puesto una bata térmica especial y será trasladado a la mesa de operaciones para su procedimiento. Se conectará el equipo de monitoreo y su anestesiólogo comenzará a administrarle medicamentos a través de su vía intravenosa. Al finalizar su cirugía, será trasladado a la Unidad de Cuidados Postanestésicos (PACU) para su recuperación.

Una enfermera registrada lo acompañará a lo largo de su experiencia quirúrgica, comenzando con la preparación para el procedimiento, permaneciendo con usted durante el procedimiento y administrando su atención posterior.

Las precauciones estándar son medidas que se siguen para protegerlo a usted y a nuestro personal contra la transmisión de enfermedades transmisibles.

Estas medidas implican el uso de equipo de protección como guantes, batas, o máscaras junto con buenas prácticas de lavado de manos y eliminación adecuada de agujas y desechos contaminados.

Instrucciones para las visitas

Nuestro deseo es reunirlo con su familiar o amigo tan pronto como sea seguro hacerlo, y entendemos que son importantes para su recuperación. Comparta las siguientes pautas con la persona que lo acompañe al hospital.

- Los pacientes ambulatorios pueden tener un visitante en la sala de recuperación (PACU) cuando falten aproximadamente 20 minutos para que el paciente sea dado de alta. Esta persona debe ser la persona que lo cuidará en casa. Las instrucciones de alta se revisarán con él o ella, así como con usted.
- Se utilizará la discreción clínica para determinar la preparación de los visitantes en todos los departamentos.
- **No se permitirán niños/hijos de visitantes o pacientes en la sala de recuperación (PACU).**
- Si el visitante va a abandonar el área de espera quirúrgica, debe informar al voluntario para asegurarse de que esté presente para hablar con el cirujano después del procedimiento y disponible para ir al PACU cuando esté listo para el alta el paciente.

Información para Visitantes

Los horarios que se enumeran a continuación pueden variar.

The Coffee Bean está ubicado en el primer piso.

Lunes a viernes 7 A.M. a 8 P.M.
Sábado–Domingo 8 A.M. a 4 P.M.
Las horas pueden variar.

Tienda de regalos de Frederick Health está ubicada en el primer piso.

Lunes a viernes 9 A.M. a 7:30 P.M.
Sábado de 10 A.M. a 4:30 P.M.
Domingo 1 a 4 P.M.
Las horas pueden variar.

La cafetería está ubicada en el nivel inferior del hospital y ofrece una amplia variedad de opciones de comidas y máquinas expendedoras.

Desayuno 6:30 a 10:30 A.M.
Almuerzo 11 A.M. a 2 P.M.
Cena 4 a 6:30 P.M.
Sopas y ensaladas de 11 A.M. a 5 P.M.
Parrilla abierta de 6:30 A.M. a 8 P.M.

Los servicios de atención pastoral están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Por favor llame a la operadora del hospital para conectarse.

WiFi gratuito está disponible en todo el hospital.

Inmediatamente después de la cirugía

PACU/Sala de Recuperación

Después de recibir anestesia para su cirugía o procedimiento, lo trasladarán al PACU (unidad de cuidados posteriores a la anestesia), también conocida como sala de recuperación. Aquí el anestesiólogo y la enfermera de quirófano trasladarán su atención a la enfermera del PACU para que continúe recuperándose y despierte. La duración de la estadía de cada paciente en el PACU es diferente, pero en promedio suele ser de una a tres horas.

PACU es una unidad de cuidados intensivos donde un enfermero registrado lo observará de cerca. Tendrá monitores conectados a usted para evaluar su presión arterial, frecuencia y ritmo cardíacos, respiración y niveles de oxígeno y temperatura. Es posible que le administren oxígeno a través de una máscara o por vía nasal. Se administrarán fluidos intravenosos y analgésicos según sea necesario. Su sitio quirúrgico será examinado de cerca. La mayoría de los pacientes recuerdan muy poco de su experiencia en la sala de recuperación.

Su comodidad después de la cirugía es importante para nosotros

- Es común experimentar dolor de garganta, cansancio y dolor muscular hasta 24 horas después de la cirugía.
- Puede sentir su boca muy seca. El enfermero del PACU puede darle trocitos de hielo y agua si no hay contraindicaciones y una vez que esté alerta. Esta sensación suele desaparecer en unas pocas horas.
- Puede experimentar escalofríos en el PACU. El enfermero del PACU controlará esto con mantas calientes y/o su bata térmica.
- El dolor es común después de la cirugía. Es importante que describa su dolor usando una escala de 0 a 10 (0 significa que no tiene dolor, 10 significa el peor dolor que pueda imaginar). Según su nivel de dolor, se le administrarán medicamentos para el dolor para ayudarlo a que se sienta más cómodo.
- Pueden presentarse náuseas y vómitos. Es importante que comparta cualquier historial previo de náuseas y vómitos postoperatorios o mareos por movimiento con su anestesiólogo antes de la cirugía.
- Se pueden administrar medicamentos para disminuir la probabilidad de síntomas de náuseas y vómitos. Si se presentan náuseas y vómitos en el PACU, su enfermera le administrará medicamentos para ayudar a aliviarlos.

INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Cuando esté despierto, estable y cómodo

Se le ayudará a los pacientes ambulatorios a sentarse en una silla reclinable, se los llevará al baño si es necesario y se les dará algo de beber. No es raro que se sienta mareado, aturdido, o tenga náuseas breves cuando se transfiere por primera vez de la camilla a un sillón reclinable. A este punto, llamaremos a su familia para estar con usted y revisar sus instrucciones de alta y cualquier receta que pueda tener. Si su cirujano le dio recetas en su cita preoperatoria, hágalas surtir antes del día de su cirugía. Frederick Health tiene una farmacia dentro del hospital, en caso de que necesite o desee que le surtan su receta el día de su cirugía.

Los pacientes internados serán transferidos a una habitación de hospital desde el área de PACU cuando estén despiertos, estables, se haya controlado el dolor, y la habitación esté lista. La enfermera que lo atiende llamará a la sala de espera para informar a su familia del número de su habitación y dónde se encuentra.

Cuando el paciente es un niño

Cuando su niño pequeño está programado para una cirugía, desea que todo sea lo menos estresante posible, y nosotros deseamos lo mismo también.

Como regla general, a los niños menores de cinco años se les puede colocar la vía intravenosa en la sala de operaciones después de que se hayan dormido. Los niños pequeños pueden ser acompañados al quirófano por uno de los padres, a quien se le permitirá permanecer con su hijo hasta que se duerma.

Cuando su hijo esté despierto y estable, lo llamarán en seguida para que lo acompañe en PACU. Si su hijo va a ser dado de alta, puede sacarlo en sus brazos del hospital o llevarlo en una silla de ruedas. ¡A la mayoría de los niños les encanta esta parte! El personal o un voluntario lo acompañarán a su automóvil que lo espera.

El manejo del dolor

El control del dolor comienza inmediatamente después de la cirugía mientras se encuentra en la sala de recuperación. Es importante que se sienta cómodo después de la cirugía. Un buen manejo del dolor lo ayudará a recuperarse más rápidamente y le permitirá levantarse de la cama más rápido. Esto es importante para prevenir complicaciones, como neumonía y coágulos de sangre.

Para saber cuánto analgésico darle, las enfermeras a menudo le pedirán que califique su dolor usando una escala de 0 a 10, siendo 0 "sin dolor" y 10 el "peor dolor que pueda imaginar". Sea honesto cuando responda. Soportar el dolor puede limitar su capacidad de moverse y aumentar el riesgo de complicaciones.

Para el mejor manejo del dolor durante su estadía en el hospital:

- Califique su dolor en una escala de 0 a 10 cuando se le pregunte sobre su nivel de dolor utilizando la escala de referencia descrita anteriormente.
- Pida medicamentos para el dolor tan pronto como comience el dolor.

Se usarán diferentes tratamientos para el control del dolor en diferentes momentos durante su estadía en el hospital. Los analgésicos se pueden administrar por vía intravenosa o por vía oral.

ICOUGH

ICOUGHSM: Cómo prevenir complicaciones respiratorias después de una cirugía

ICOUGHSM es una marca de servicio registrada de Boston Medical Center Corporation. Contenido utilizado con permiso. Las letras "I COUGH" son un acrónimo en inglés que se usa para describir los pasos importantes que hay que llevar a cabo para prevenir una infección pulmonar posoperatoria. No siempre corresponden directamente al español.



Espirómetro incentivador

Los ejercicios de respiración profunda ayudarán a que sus pulmones permanezcan sanos.

- Ponga la boquilla en su boca y cierre sus labios.
- Inhale de manera despacio y profundo.
- Remueva la boquilla de su boca y exhale.

Este ejercicio respiratorio tiene que llevarse a cabo 10 veces por hora mientras esté despierto.



Tosa y respire profundo

Después de la cirugía, respirar profundamente y toser ayuda a despejar sus pulmones. También ayuda a que los pulmones cumplan la función vital de llevar oxígeno a los tejidos del cuerpo.



Cuidado oral

Además de cepillarse los dientes, use enjuague bucal dos veces al día para mantener su boca libre de bacterias.

Debe comenzar a cepillarse los dientes y a usar el enjuague bucal varios días antes de la cirugía y debe continuar usándolo aún después que se le dé de alta del hospital.



Entender las prácticas de ICOUGH

Es importante que tanto usted como su familia tomen parte activa en su recuperación de la cirugía.

Queremos que su dolor sea controlado para ayudarlo a respirar profundamente y toser, para hacer ejercicios de respiración y para asegurarnos de que usted salga de la cama, se siente en una silla y camine.



Salga de la cama y camine por el pasillo

Salirse de la cama y caminar por lo menos tres veces al día le ayudará a recuperarse después de la cirugía y le ayudará a prevenir complicaciones.

El caminar le ayudará a sacar las secreciones de sus pulmones y mejorará la circulación para recobrar sus fuerzas.



Cabecera de la cama elevada

Es importante mantener la cabecera de la cama elevada en un ángulo de 30 a 45 grados. El estar en una posición erguida después de una cirugía ayudará a su respiración.



LISTA DE VERIFICACIÓN DE ICOUGH

EJERCICIOS CON ESPIRÓMETRO INCENTIVADOR

10 veces por hora

AM																			
PM																			

TOSA Y RESPIRE PROFUNDO

Respire profundo frecuentemente

CUIDADO BUCAL

Cepíllese los dientes y use el enjuague bucal dos veces al día.

AM																			
PM																			

COMPRENSIÓN DE LAS PRÁCTICAS ICOUGH

¿Entiende la razón por la cual está usando ICOUGH?

Sí		No		No estoy seguro(a)	
----	--	----	--	--------------------	--

Califique su dolor de acuerdo con la siguiente escala

Ningún dolor	Dolor moderado										El peor dolor
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
											
0	2	4	6	8	10						

SALGA DE LA CAMA Y CAMINE POR EL PASILLO

Por lo menos 3 veces al día

Mañana																			
Tarde																			
Noche																			

ELEVACIÓN DE LA CABECERA DE LA CAMA

¿Está la cabecera de la cama elevada a más de 30 grados?

Sí		No	
----	--	----	--

Después de la cirugía

Prevención de coágulos sanguíneos

Casi la mitad de los coágulos sanguíneos se diagnostican después de una hospitalización o cirugía reciente. Otros factores de riesgo incluyen cirugía mayor, permanecer sentado o acostado demasiado tiempo, cáncer, embarazo, obesidad, antecedentes familiares, tabaquismo, anticonceptivos y edad avanzada. Los coágulos sanguíneos pueden formarse en las venas de las piernas y desplazarse a otras partes del cuerpo, como los pulmones.

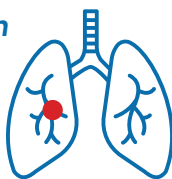
Los síntomas de un coágulo sanguíneo en la pierna incluyen:

- Hinchazón de pierna(s) o brazo(s).
- Dolor o sensibilidad no causados por una lesión.
- Piel caliente al tacto.
- Enrojecimiento o decoloración de la piel.



Los síntomas de un coágulo sanguíneo en el pulmón incluyen:

- Dificultad para respirar.
- Mareos o desmayos.
- Dolor en el pecho que empeora al respirar profundamente.
- Tos o expectoración con sangre.
- Latidos cardíacos más rápidos de lo normal o irregulares.



Avisé inmediatamente a su equipo de atención hospitalaria si experimenta alguno de los síntomas mencionados.

¡Los coágulos de sangre son potencialmente mortales, pero se pueden prevenir! Le ayudaremos a reducir el riesgo con:

- **Medicamentos:** tomar anticoagulantes, a menudo en forma de inyección, ayuda a prevenir los coágulos de sangre durante su hospitalización. Un efecto secundario común de estos medicamentos son los hematomas y una leve molestia en el lugar de la inyección. Informe a su enfermera si nota síntomas de sangrado o hematomas más graves.
- **Dispositivos de Compresión Secuencial (SCD):** estos dispositivos se envuelven alrededor de sus piernas y se aprietan cada pocos segundos para mejorar la circulación sanguínea mientras está en cama.
- **Caminar:** levántese y camine lo más que pueda, si su médico se lo permite.

¡A moverse! Iniciativa de Movilidad del Hospital Frederick Health



Caminar y moverse de forma segura tiene muchos beneficios:

- Mayor fuerza muscular y flexibilidad
- Prevención de coágulos de sangre
- Reducción del riesgo de neumonía
- Reducción del estrés
- Mejora del sueño

Deseamos asegurarnos de ayudarle a mantener su fuerza, equilibrio y nivel de independencia durante su estancia con nosotros. En el hospital, el riesgo de caídas es mayor porque su cuerpo podría no funcionar con normalidad debido a enfermedades, medicamentos, cirugías, dolor, equipos, etc. Colaboraremos con usted para desarrollar un plan de movilidad segura.

Hay muchas maneras en que podemos ayudarle a mantenerse activo mientras se recupera en el hospital, según su capacidad para moverse con seguridad. Por ejemplo, le ayudaremos a sentarse en la silla para comer y, si es seguro, le animaremos a caminar por el pasillo.

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Seguimiento y Alta

Si recibe el alta directamente del PACU, recibirá una llamada telefónica de uno de nuestros enfermeros de servicios perioperatorios a los pocos días de irse a casa. La enfermera le preguntará cómo se siente y responderá a cualquier pregunta que tenga sobre las instrucciones para el alta. Mientras tanto, si tiene alguna pregunta sobre sus instrucciones, llame al consultorio de su médico.

Cómo evitar problemas después de la cirugía: Diga algo

Hágale saber a su médico si está preocupado por un medicamento, sus medicinas intravenosas o si siente dolor. Si lo hace, puede hacer toda la diferencia en su atención. Hágale saber a su médico lo que tiene en mente, sea lo que sea. No tenga miedo de hablar. ¡Puede ayudar a salvar su vida!

Programe una cita de seguimiento con su médico

Antes de salir del hospital, se le darán instrucciones sobre cuándo hacer un seguimiento con su médico. Si es posible, trate de programar la cita antes de salir del hospital.



Actividad esperada: lo que se debe y lo que no se debe hacer

Asegúrese de saber qué tan activo puede estar después del alta. Pregúntele a su médico cuándo puede:

- Levantar cualquier cosa (y si se le permite levantar, ¿cuántas libras?)
- Conducir un vehículo
- Ejercicio
- Tener relaciones sexuales

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Seguridad de los medicamentos

Es importante mantener una lista actualizada que incluya medicamentos de venta libre, suplementos, hierbas y aceites esenciales y compartirla con su médico en cada visita.

Hay cuatro elementos principales que deben incluirse en su lista de medicamentos:

1. Lo que está tomando (nombre)
2. La concentración (por ejemplo, número de miligramos) y cuánto debe tomar (dosis)
3. Cuándo tomarlo (frecuencia)
4. Para qué se utiliza

Cuidado de heridas

Para evitar la infección de la herida después de la cirugía, debe ser diligente con el cuidado de la herida y el lavado de manos. Si sigue estos consejos, tendrá menos probabilidades de contraer una infección en la herida:

- Mantenga el vendaje limpio y seco.
- Lávese bien las manos antes de cambiar un vendaje o vaciar un desagüe.
- No quite el vendaje y no permita que nadie toque el vendaje o la herida a menos que su médico le indique lo contrario.
- No palpe, pique ni apriete la herida.
- Siga las instrucciones de su médico para el cuidado de heridas.
- Comuníquese con su médico de inmediato si experimenta cualquier síntoma que pueda indicar una infección, como dolor inesperado, escalofríos, fiebre, drenaje excesivo de la herida, aumento del enrojecimiento o hinchazón del área quirúrgica.

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

¿Quién debo de llamar después de mi cirugía?

Llame a su cirujano para:

- Mayor enrojecimiento, drenaje, sangrado u olor alrededor del sitio de la incisión
- Mayor enrojecimiento y/o calor en la parte inferior de la pierna con mayor dolor
- Dolor intenso que no se alivia con reposo, terapia con hielo, elevación o medicamentos
- Rotura en la incisión
- Fiebre superior a 101 °F y/o escalofríos
- Sarpullido nuevo en su cuerpo sin dificultad para respirar o tragar
- Una caída que no resultó en un golpe en la cabeza
- Resurtidos de analgésicos o medicamentos recetados por su cirujano
- Empeoramiento de náuseas o vómitos
- Estreñimiento



Llame a su Médico Primario o Centro de Urgencias para los siguientes síntomas:

- Tratamiento de enfermedad, incluyendo:
 - Resfríos, tos, síntomas de infección de las vías respiratorias;*
 - Dolor de garganta;*
 - Síntomas de gripe y similares a los de la gripe;*
 - Sospecha de infección del tracto urinario;*
- Hidratación intravenoso para adultos
- Abscesos
- Esguinces o sospecha de huesos rotos menores
- Lesiones musculoesqueléticas
- Dolor de espalda o dolor en las articulaciones
- Irritación y enrojecimiento del ojo
- Laboratorio y análisis de sangre
- Rayos X
- Resurtidos de medicamentos caseros
- Enfermedad que no está relacionada con su cirugía
- Dolor de garganta
- Hipertensión
- Dolor de los senos nasales
- Aumento de los sentimientos de depresión o ansiedad



DESPUÉS DE LA CIRUGÍA



Llame al 911 o acuda a la Sala de Emergencias para los siguientes síntomas:

- Dolor en el pecho u otros síntomas de ataques cardíacos, como:
 - Presión, plenitud, opresión/dolor en el centro del pecho*
 - Opresión/ardor/dolor debajo del esternón*
 - Dolor en el pecho con mareos*
- Dificultad para respirar
- Lesión en la cabeza o lesión en el ojo
- Dolor de cabeza intenso y repentino o pérdida de la visión
- Sarpullido nuevo en su cuerpo con dificultad para respirar o tragar
- Sangrado abundante que no se detiene
- Señales de un accidente cerebrovascular, como:
- Debilidad repentina o entumecimiento de la cara/ brazo/pierna en un lado del cuerpo
- Oscuridad repentina o pérdida de la visión
- Pérdida del habla o dificultad para hablar
- Dolores de cabeza intensos y repentinos sin motivo
- Articulaciones dislocadas
- Cortes profundos o quemaduras graves
- Una caída que resulta en golpearse la cabeza o causar dolor extremo
- Dolor abdominal severo
- Ataque de asma grave
- Pérdida de consciencia
- Reacción severa o que empeora a una picadura de insecto o avispa, o medicamentos
- Vómitos constantes, severos/persistentes
- Tos o vómitos con sangre
- Envenenamiento: Llame al Control de Envenenamiento al 1-800-222-1222 y pida consejo inmediato sobre el tratamiento en el hogar
- Violencia doméstica o violación
- Sentimientos de suicidio

Si cree que una vida está en peligro, ¡siempre llame al 911!

DESPUÉS DE LA CIRUGÍA

Atención y rehabilitación posteriores al alta

La planificación del alta comienza cuando ingresa en el hospital. Un administrador de casos lo visitará durante su estadía en el hospital si no puede ser dado de alta para su hogar. Su seguro y sus restricciones físicas también jugarán un papel en la planificación de su alta. Dependiendo de su cirugía, se puede recomendar la rehabilitación.

Nutrición

Si recibe el alta para recuperarse en casa, debe conocer los alimentos que debe comer para ayudar a su recuperación.

Comer bien después de la cirugía puede afectar la rapidez con la que sana; aumentar la ingesta de agua y comer más proteínas puede ayudar al proceso de curación. Los alimentos ricos en proteínas incluyen:

- Carnes, aves y pescados
- Legumbres (frijoles y guisantes secos)
- Tofu
- Huevos
- Nueces y semillas
- Leche y productos lácteos
- Granos, algunas verduras y algunas frutas (proporcionan solo pequeñas cantidades de proteína en relación con otras fuentes)
- Yogur, especialmente si ha recibido antibióticos

Para obtener más información sobre nutrición, visite [cdc.gov/nutrition](https://www.cdc.gov/nutrition).

Facturación

Es posible que deba pagar un coseguro o copago en el momento de la inscripción. Aceptamos efectivo, cheques personales y tarjetas de crédito.

Recibirá facturas adicionales por los servicios profesionales que recibió de médicos que son contratistas y no empleados de Frederick Health Hospital. Puede recibir facturas adicionales de:

- Anestesiólogo/CRNA
- Patólogos
- Cirujanos
- Radiólogos



Notas

[illegible]

Valoramos su opinión...

Nuestra misión es impactar positivamente el bienestar de cada individuo en nuestra comunidad. Es posible que reciba una encuesta sobre su estadía con nosotros, y valoramos su opinión. Tómese unos minutos para completar la encuesta y devolverla. Nuestra meta es ser el mejor, y eso significa ser consistentes y brindar siempre un nivel de servicio que supere sus expectativas.

¡Gracias por permitirnos brindarle una muy buena atención!

De acuerdo con la ley estatal y la política del hospital, está prohibido fumar en todas las áreas de Frederick Health Hospital.



400 W 7th St
Frederick, MD 21701

240-566-3300
frederickhealth.org