

Como prepararse para una visita al medico

1. Mantenga siempre un calendario de bolsillo y coloquelo cercano al telefono.
2. Revise el calendario semanalmente con las citas medicas.
3. Uno o dos dias antes de la cita, revise el nombre del pediatra; la hora de la cita; las direcciones de como llegar al hospital, clinica o la oficina, realice los arreglos de transporte necesarios; revise con la oficina del pediatra la informacion del seguro medico, forma de pago o necesidad de preautorizaciones.
4. Conozca las razones por las cuales su hijo necesita ver al medico. Se trata de un chequeo anual? Es la primera visita? Que desea aprender o lograr con esta visita?
5. Su hijo necesita estar en el hospital a tiempo para un procedimiento como radiografia, trabajo de laboratorio o CT scan? Llame a la oficina del medico con anticipacion, para recibir instrucciones especiales.
6. Prepare las preguntas para el doctor. El estar preparada mentalmente para la cita medica de su hijo no solo le permite tener control de la situacion, sino tambien estar mas involucrada en el tratamiento de su hijo. No sienta miedo de hacer preguntas durante la visita.
7. Este lista a responder las preguntas que la enfermera y el doctor le hagan sobre los medicamentos, cambios en dieta o comportamiento, hospitalizacion e historia de nacimiento. Si le es posible, escriba esta informacion para que no tenga que recordarla cada vez que un profesional se la pregunte.
8. Este dispuesta a esperar. A pesar de que unas citas medicas pueden ser relativamente cortas, otras pueden tardar bastante. Lleve pasabocas, juguetes o cualquier otra cosa que distraiga a su hijo. Si es posible, acuerde las citas teniendo en cuenta que van a haber retrasos.
9. Tome notas durante la cita medica. A menos que tenga un hijo muy paciente y dispuesto a cooperar, que es casi imposible. Puede hacer notas de las respuestas del medico a sus preguntas. O puede tomar notas "en su mente" durante la visita y escribirlas luego. Tambien puede llevar una grabadora (siempre y cuando tenga autorizacion del medico) o simplemente solicite una copia de las notas del medico. Si su hijo va a visitar a un especialista, el doctor tiene que enviar en cualquier caso un resumen al pediatra. Solicite que le mande una copia a usted.
10. Hable candidamente con el medico. Cuentele si no esta satisfecha, confusa o insegura. Dese tiempo para pensar y hablar con su conyuge o su familia sobre posibles exámenes o tratamientos. Cuentele al doctor si esta contenta o satisfecha con el tratamiento. Los doctores son tambien personas.
11. Recuerde que el doctor es el experto en su materia... pero usted es el experto en la suya. Usted conoce a su hijo mas que cualquier otro. Un buen doctor lo reconoce.

Compilado por Cindy Daniel Rimpreso con permiso de la edicion de Febrero-Marzo 2000 FINFacts, una publicacion gratuita de Family Information Network, una organizacion de consultores del estado de Ohio todos padres de niños con discapacidad, que ofrecen apoyo y entrenamiento a padres y profesionales

involucrados en niños con necesidades especiales, en edades hasta de tres años. Para mayor información llame al 614.644.8389.