

La diálisis es un tratamiento que le limpia a usted la sangre eliminando los desechos y el agua extra cuando los riñones no son capaces de hacerlo. Comenzar las diálisis supone todo un cambio de vida y es normal sentir muy diversas emociones.

La lista First30 está pensada para ayudarlo/a a conocer a los diversos miembros de su equipo de atención médica y a proponer algunas preguntas que podría hacerles.

En la diálisis participan muchos profesionales médicos y de la salud distintos que se encargan de apoyarlo/a a usted. El equipo de diálisis podría estar integrado por:

- **El nefrólogo**, que se encarga de su salud renal en general y planifica el tratamiento, los medicamentos y el calendario de diálisis.
- **La enfermera practicante avanzada (*nurse practitioner, NP*) y el asistente médico (*physician assistant, PA*)**, que colaboran estrechamente con el nefrólogo en la atención de su salud renal y pueden hacer cambios en los medicamentos que le recetaron.
- **La enfermera**, que es una enfermera registrada que colabora estrechamente con el equipo de diálisis para administrar las sesiones de diálisis, vigilarlas y brindarle a usted información sobre su problema médico y su tratamiento.
- **El trabajador social**, que lo/a apoya a usted y a sus cuidadores enseñándoles cómo lidiar con la enfermedad renal y cómo adaptarse a los cambios que conlleva la diálisis, brindándoles información sobre el trasplante y ayudándolos a encontrar recursos comunitarios de ayuda económica, transporte y servicios de atención médica domiciliaria y de nutrición, entre otras cosas.
- **El técnico de diálisis**, que maneja y vigila la máquina y el equipo de diálisis bajo la supervisión de la enfermera.
- **El dietista renal**, un experto en nutrición especializada que le ofrece a usted un plan personalizado que le facilita saber lo que debe comer y beber para manejar sus problemas médicos estando en diálisis.

Para tenerlos a la mano, llene a continuación los datos de su centro de diálisis y de los profesionales que lo/a atienden.

Mi centro de diálisis:

Teléfono:

Dirección:

Nefrólogo:

Nombre

Enfermera practicante avanzada/asistente médico:

Nombre

Enfermera:

Nombre

Dietista:

Nombre

Técnico de diálisis:

Nombre

Trabajador social:

Teléfono:

Correo electrónico:

EL NEFRÓLOGO, LA ENFERMERA PRACTICANTE AVANZADA O EL ASISTENTE



LA DIÁLISIS

- ¿Qué es la diálisis?
- ¿Qué sucede durante la diálisis y cómo me sentiré después?
- ¿Con qué frecuencia serán las sesiones de diálisis y qué tanto durará cada una?
- ¿Cuáles son los diferentes tipos de diálisis?
- ¿Qué tipo de diálisis es mejor para mi estilo de vida?
- ¿Soy buen candidato/a para la diálisis domiciliaria?



LOS MEDICAMENTOS

- ¿Qué nuevos medicamentos tendré que tomar?
- ¿Tendré que suspender o ajustar algún medicamento recetado por mis otros médicos?
- ¿Y qué pasa con los medicamentos de venta libre?



EL TRASPLANTE

- ¿Cómo es el proceso de recibir un trasplante renal?



EL ACCESO VASCULAR*

- ¿Qué tipo de acceso vascular tengo en este momento? ¿Cambiará en el futuro?
- ¿Cómo debo cuidar mi acceso vascular y prevenir las infecciones?

*el proceso de acceder al torrente sanguíneo para administrar la diálisis

EL TRABAJADOR SOCIAL



LA ADAPTACIÓN Y EL APOYO

- ¿Dónde puedo encontrar apoyo para adaptarme a la vida con la diálisis?
- ¿A qué cambios anímicos debo estar atento/a?



EL SEGURO

- ¿Qué cubre mi seguro médico?
- ¿Qué programas pueden ayudarme a pagar mis gastos cotidianos?



EL TRANSPORTE

- ¿Puedo ir yo manejando a mis diálisis?
- ¿Qué otras opciones de transporte tengo?



LOS VIAJES

- ¿Cómo puedo organizar las diálisis si salgo de viaje?
- ¿Cubrirá mi seguro las sesiones de diálisis en otro centro?



MI CENTRO DE DIÁLISIS

- ¿Hay normas que deba conocer acerca del centro de diálisis?
- ¿Qué puedo hacer para entretenerme durante las sesiones de diálisis? ¿Puedo recibir visitas?
- ¿Cómo puedo reprogramar una sesión de diálisis si falto a ella?



LAS SESIONES DE DIÁLISIS

- ¿Qué ropa debo ponerme para la diálisis?
- ¿Puedo comer o beber durante la diálisis?

EL DIETISTA



LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE

- ¿Qué cambios debo hacer en mis comidas y bebidas?
- ¿Qué tanto líquido puede tomar cada día?
- ¿Hay herramientas o aplicaciones que me puedan ayudar a registrar lo que como y bebo?



LA PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

- ¿Dónde puedo encontrar recetas saludables para los riñones?
- ¿Qué condimentos puedo usar? ¿Cuáles no debo usar?



LOS QUELANTES DEL POTASIO Y EL FOSFATO

- ¿Qué son los “quelantes” y qué hacen?
- ¿Qué tipos de quelantes tengo que tomar y cuándo?
- ¿Qué pasa si se me olvida tomarme mis quelantes?

