



Cómo prepararse para dejar el hospital

Lo que necesita saber. Cómo debe prepararse.

Este folleto lo ayudará a controlar su salud cuando deje el hospital. Mientras se prepara para dejar el hospital, hay algunas cosas que necesita saber para reducir las posibilidades de regresar. También debe compartir este folleto con familiares y amigos que lo ayudan con su atención. Comencemos por conocer algunos aspectos de la esquizofrenia.

Comprender qué es la esquizofrenia

Reducir el riesgo de una recaída es importante para controlar su salud.

La esquizofrenia es una enfermedad crónica. Puede tenerla por el resto de su vida. Una forma de ayudar a reducir las posibilidades de tener una recaída es seguir las instrucciones del equipo de tratamiento y tomar los medicamentos exactamente según indicación médica. También es importante que asista a todas sus consultas con el equipo de tratamiento. Todas las consultas son importantes para mantenerse saludable.

Recaídas en la esquizofrenia

Una recaída es cuando los síntomas empeoran después de haberse sentido bien durante un período de tiempo. Durante una recaída, es posible que deba ser hospitalizado nuevamente. Las recaídas pueden seguir ocurriendo y, para algunos, pueden empeorar con el paso del tiempo. Por eso es tan importante reducir las posibilidades de tener una recaída. ¡Tener esquizofrenia no es su culpa! Existen medidas que puede tomar para ayudarlo a reducir las posibilidades de tener una recaída. El equipo de tratamiento puede contribuir a sentirse bien y evitar las recaídas.

A continuación, incluimos algunos síntomas de la esquizofrenia. Si usted tiene alguno de estos síntomas o se agravan, podría ser una señal de recaída, por lo que debe comunicarse de inmediato con su médico o equipo de tratamiento.

- **Estar nervioso o enojado**
- **Tener miedo**
- **Tener dificultad para dormir, como dormir durante el día o tener actividad nocturna**
- **Tener dificultad para concentrarse**
- **Sentirse confundido**
- **Expresarse con poca claridad**
- **No confiar en otras personas**
- **Oír, ver o sentir cosas que otras personas no oyen, ven ni sienten (por ejemplo, delirios y alucinaciones)**
- **Tener pensamientos o creencias inusuales que no son verdaderos (por ejemplo, sobre la fama, el poder, la riqueza y las habilidades)**
- **Pensar, hablar o comportarse de manera caótica, confusa, y sin sentido para los demás**
- **No poder seguir las conversaciones**



Sus síntomas pueden ser similares o diferentes a los de otros pacientes con esquizofrenia. Si está preocupado por cómo se siente, llame a un miembro del equipo de tratamiento de inmediato. También puede hablar con sus amigos y familiares para que conozcan estos síntomas y puedan ayudarlo a sentirse bien.

Medicamentos para la esquizofrenia

Los medicamentos son una parte importante del tratamiento para la esquizofrenia.

Los medicamentos para la esquizofrenia pueden ayudar a:

- **Controlar los síntomas.**
- **Reducir sus posibilidades de recaída.**

Tomar los medicamentos según indicación médica puede ayudarlo a controlar la esquizofrenia. Si tiene problemas con los medicamentos, comuníquese a su médico o equipo de tratamiento. No deje de tomar los medicamentos sin antes hablar con ellos.

Hable con el personal del hospital sobre los medicamentos que toma antes de dejar el hospital. Es posible que le hayan cambiado alguno de los medicamentos. Asegúrese de saber qué debe tomar y cuándo debe hacerlo.

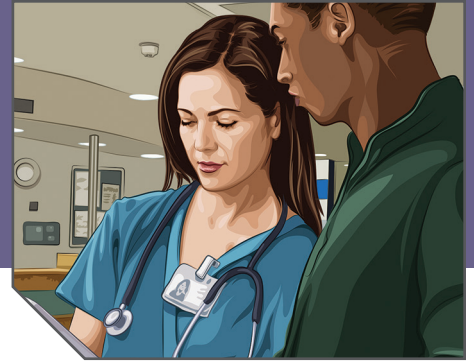
Visitas de seguimiento

Las visitas de seguimiento serán parte de su atención después de dejar el hospital. Haga todo lo posible por concretar estas visitas aun cuando se sienta bien. Son importantes. Si no puede asistir al consultorio según lo programado, asegúrese de reprogramar la visita lo antes posible.



**Tomar los
medicamentos
puede ayudar
a controlar la
esquizofrenia.**

Cómo organizarse



Hay algunas cosas que debe saber antes de dejar el hospital.

Debe saber las respuestas a todas las siguientes preguntas antes de dejar el hospital. Puede escribir las respuestas en los espacios en blanco proporcionados. O puede pedirle a otra persona que las complete por usted. Solo asegúrese de comprender toda la información proporcionada.

Información de contacto en caso de emergencia:

¿Con quién debo comunicarme si tengo preguntas o problemas después de dejar el hospital o antes de mi primera visita de seguimiento?

Nombre: _____

Número de teléfono: _____

Diagnóstico y medicamentos:

¿Cuál es mi diagnóstico? _____

¿A qué señales de recaída debo prestar atención? _____

¿Qué debo hacer si sospecho que estoy por tener una recaída? _____

¿Qué puedo hacer para evitar una recaída? _____

¿Me recetaron algún medicamento nuevo? _____

Antes de dejar el hospital, colabore con el equipo de tratamiento para que lo ayuden a completar la siguiente lista de medicamentos.

Medicamento 1:

Nombre:

Dosis:

¿Para qué sirve y cómo me ayuda?:

¿Cómo y cuándo debo tomarlo?:

¿Hay instrucciones especiales?
(Por ejemplo, tomarlo con o sin alimentos):

¿Qué efectos secundarios pueden tener y qué debo hacer al respecto?:

¿Cuándo y dónde renovaré la receta de mis medicamentos?:

Medicamento 2:

Nombre:

Dosis:

¿Para qué sirve y cómo me ayuda?:

¿Cómo y cuándo debo tomarlo?:

¿Hay instrucciones especiales?
(Por ejemplo, tomarlo con o sin alimentos):

¿Qué efectos secundarios pueden tener y qué debo hacer al respecto?:

¿Cuándo y dónde renovaré la receta de mis medicamentos?:

Medicamento 3:

Nombre:

Dosis:

¿Para qué sirve y cómo me ayuda?:

¿Cómo y cuándo debo tomarlo?:

¿Hay instrucciones especiales?
(Por ejemplo, tomarlo con o sin alimentos):

¿Qué efectos secundarios pueden tener y qué debo hacer al respecto?:

¿Cuándo y dónde renovaré la receta de mis medicamentos?:

La lista de medicamentos continúa de la página anterior.

Medicamento 4:

Nombre:

Dosis:

¿Para qué sirve y cómo me ayuda?:

¿Cómo y cuándo debo tomarlo?:

¿Hay instrucciones especiales?
(Por ejemplo, tomarlo con o
sin alimentos):

¿Qué efectos secundarios
pueden tener y qué debo
hacer al respecto?:

¿Cuándo y dónde renovaré la
receta de mis medicamentos?:

Medicamento 5:

Nombre:

Dosis:

¿Para qué sirve y cómo me ayuda?:

¿Cómo y cuándo debo tomarlo?:

¿Hay instrucciones especiales?
(Por ejemplo, tomarlo con o
sin alimentos):

¿Qué efectos secundarios
pueden tener y qué debo
hacer al respecto?:

¿Cuándo y dónde renovaré la
receta de mis medicamentos?:

Medicamento 6:

Nombre:

Dosis:

¿Para qué sirve y cómo me ayuda?:

¿Cómo y cuándo debo tomarlo?:

¿Hay instrucciones especiales?
(Por ejemplo, tomarlo con o
sin alimentos):

¿Qué efectos secundarios
pueden tener y qué debo
hacer al respecto?:

¿Cuándo y dónde renovaré la
receta de mis medicamentos?:

Los administradores de casos, trabajadores sociales y defensores son miembros importantes del equipo de tratamiento.

El equipo de tratamiento puede ayudarlo a:

- Comprender y controlar la esquizofrenia
- Comprender por qué su tratamiento es importante
- Hacer los arreglos necesario al dejar el hospital, incluido el transporte
- Manejar su atención y visitas de seguimiento
- Completar los formularios de discapacidad del Seguro Social y Medicaid
- Encontrar un lugar para vivir si es necesario



Atención de seguimiento:

Mi próxima visita al médico o consulta con el equipo de tratamiento es el _____

El nombre y número de teléfono de contacto de mi médico o equipo de atención primaria son

La próxima visita a mi clínica de salud mental de la comunidad es el _____

El nombre y el número de teléfono de mi clínica de salud son _____

Si necesita contratar servicios de transporte para sus visitas al médico, asegúrese de programarlas con varios días de anticipación. Si necesita ayuda para encontrar un servicio de transporte, comuníquese con su administrador de casos o trabajador social.

Ayuda adicional:

Si se siente abrumado por la atención de seguimiento que necesita, pídale a un trabajador de casos que lo derive a grupos de apoyo o servicios de atención a domicilio.

Si está preocupado por cómo pagar su atención, consulte sobre sus opciones de pago, incluso si dispone de ayuda financiera.

¿Tiene preguntas o inquietudes?

Nunca dude en preguntar. Tiene derecho a saber todo sobre su salud y atención médica.

Si tiene preguntas o inquietudes sobre su afección o atención, comuníquese con su médico o miembro del equipo de tratamiento de inmediato. Estarán dispuestos a ayudarlo.