CONSEJOS DE SEGURIDAD

VIAJAR

Aquí tienes algunos consejos para prepararse al viajar fuera de casa.

- Lleva todos los medicamentos/agujas/jeringas en una sola bolsa.
- Antes de salir, consulta con tu médico la cantidad de factor/DDAVP y otros medicamentos que debes llevar. Lleva una dosis por día y dos o tres dosis adicionales. Además, infúndete con más frecuencia.
- Visita TSA Cares o contacta a la Administración de Seguridad en el Transporte para prepararte para un viaje.
- En E.U., la TSA no se le permite abrir una receta médica.
- Investiga hospitales cercanos y busca la farmacia más cercana.
- Usa una identificación médica y lleva una carta explicando tus condiciones de salud.
- Informa a tu familia y amigos donde estarás.
- Lleva tu bolsa médica contigo en tu asiento (en lugar de en el equipaje), en un avión o en el tren.
- Compra un seguro de salud para el viaje si sales del país. Verifica si tu seguro privado te cubre en el extranjero. Prepárate para pagar por adelantado de surgir alguna situación.
- Invierte en una buena nevera, si es necesario.

KIT DE PRIMEROS AUXILIOS

La siguiente lista incluye productos que debes tener a mano en tu kit de primeros auxilios.

- "Blood Stop"
- "Cryocuff"
- Gasas
- Ventas ACE y/o Coban
- Cobán
- Torniquete
- Tampones Bb o tamaño ligero para hemorragias nasales
- Botones nasales ("nose buds") para hemorragias nasales
- Gel Ayr (solución salina) para hemorragias nasales
- Líquido IV
- Talco
- Botella de agua
- Desinfectante en gel
- Tirantes
- Curitas
- Lápiz hemostático
- Vendajes hidrocoloides
- Notas adhesivas para poner en tu registro más adelante
- Bolsas de hielo (instantáneas)
- Calentadores de manos

VISITAS A LA SALA DE EMERGENCIA

Estar preparado para un a visita inesperada a la sala de emergencia con las siguientes sugerencias.

- Ten una "Bolsa de Emergencia" con el número de teléfono de tu Centro de Tratamiento de Hemofilia.
- Lleva todos tus medicamentos.
- Lleva un cargador de teléfono adicional en caso de que seas admitido.
- Si es necesario, trata la visita como una oportunidad para educar pacientemente (cómo mezclar, cómo administrar los medicamentos, etc.).
- Prepárate para abogar por tu atención médica.
- Lleva una carta de emergencia.
- Ten toda tu información en un cuaderno.
- Prepárate para contactar a tu supervisor o jefe para avisar que no podrás asistir a trabajar.
- Lleva una laptop o tableta.

PREPARACION PARA DESASTRES

Piensa en seguir los siguientes pasos para estar preparado ante un tornado, un fuego, inundaciones, huracán u otro desastre.

- Ten un kit de primeros auxilios listo, incluyendo más bolsas de hielo instantáneo de lo habitual.
- Tener cantidades adicionales de alimentos no perecederos, agua y bolsas de hielo en un congelador en caso que surja un corte de energía.
- Tener un generador si es posible, así como baterías de respaldo para teléfonos.
- Algunas compañías de energía, tienen programas que proporcionan un paquete que consiste de un pequeño refrigerador y una batería.
- Guarda suministros para tu infusión en tu coche: kit de primeros auxilios, lámpara, radio de batería y copias del seguro médico. Algunos lugares almacenan los medicamentos. Esto es útil si llegas a un camino que está obstruido.
- Llena una bañera y el fregadero con agua.

© 2024 Hemophilia Federation of America