

# 10 Cosas Importantes

...Que hacer cuando a ti o a uno de tus hijos le diagnostican Hipertensión Pulmonar

- *Solicitar y guardar copias de todos los registros médicos en una carpeta. Lleva esta carpeta contigo a todas las citas que tengas con doctores.*
- *Solicita una cita en un Centro de Hipertensión Pulmonar. Si necesitas una lista de Centros de Hipertensión Pulmonar y de médicos especialistas en Hipertensión Pulmonar llama al 800-748-7274 o visita el sitio de la Asociación de Hipertensión Pulmonar (PHA), [www.PHAssociation.org](http://www.PHAssociation.org).*
- *Compra la Guía del Paciente. Disponible en el sitio web de la PHA o llamando por teléfono.*
- *Haz una lista de todas las medicinas que tomas. Incluye en esa lista la siguiente información:*
  - Nombre de la medicina
  - Dosis y frecuencia con la que la tomas
  - ¿Por qué tomas esa medicina?
  - ¿Cuándo empezaste a tomarla?
  - ¿Qué médico te la recetó?*Si desconoces esta información, llama al médico que te recetó las medicinas y pregúntale.*
- *Pregúntale a tu doctor si tener un permiso de estacionamiento para discapacitados te ayudaría de alguna forma. Los cuestionarios para solicitar permisos de estacionamiento para discapacitados están disponibles en el Departamento de Vehículos Automotores de tu localidad.*
- *Escribe una lista de todas las preguntas que tengas y toma notas cuando los doctores y las enfermeras te respondan. Pídele a un amigo de confianza o a un familiar que te acompañe a tus citas con el médico para que te ayude. Cuando el doctor quiera pedirte un análisis o*

- procedimiento, o quiera que tomes una nueva medicina, debes hacerle las siguientes preguntas:
  - ¿Qué es exactamente lo que está solicitando?
  - ¿Por qué lo necesito?
  - ¿Qué sucederá mientras se realiza el examen?
  - ¿De qué manera los resultados del examen modificarán la forma en la que viene tratando mi padecimiento?
  - ¿Con qué frecuencia necesito que se practiquen estos exámenes?
  - ¿Cuáles son las posibles complicaciones y/o efectos secundarios?

Escribe las respuestas.

- *Conoce a profundidad tu seguro de médico*
  - ¿Cubre el costo de las medicinas?
  - ¿Cuál es la estructura de co-seguro?
  - ¿Se necesitan referencias o autorizaciones previas y cómo se obtienen?
- *Mantén una lista escrita con el nombre de todos tus doctores y con información detallada de contacto. Lleva esa lista a todas tus citas.*
- *Haz una evaluación de tu situación financiera.* Si trabajas, haz una cita con el departamento de recursos humanos para revisar los planes de beneficios que tienes como tiempo de incapacidad, cobertura por invalidez de corto y de largo plazo. Considera la posibilidad de solicitar tiempo de incapacidad vía la ley "Family and Medical Leave" (FMLA) para cubrir visitas al doctor y hospitalizaciones.
- *Busca información y apoyo.* Intégrate al grupo de apoyo de Hipertensión Pulmonar de tu localidad y conoce a otros pacientes y padres de niños con HP. Para encontrar un grupo de apoyo cerca de ti, pregúntale a tu doctor o visita el sitio de la PHA. No estás solo. Existe gente que ha pasado por todo esto y que quiere ayudarte.



Compiled by Traci Houston-Harris, R.N., M.S.  
PH Resource Network, Education Committee.

**Pulmonary Hypertension Association**  
301-565-3004 • [www.PHAssociation.org](http://www.PHAssociation.org)  
801 Roeder Road, Ste. 400  
Silver Spring, MD 20910  
Patient Helpline: 800-748-7274