

SALUD *Y* H.O.P.E.

AYUDA PARA PROCESAR TODO LO RELACIONADO A LA DIALYSIS

El período de inscripción abierta de Medicare está aquí

Desde el 15 de octubre de 2022 hasta el 7 de diciembre de 2022, puede inscribirse, Cambiar o cancelar un plan para su cobertura de Medicare de 2023. Su cobertura comenzará el 1 de enero (si el plan recibe su solicitud antes del 7 de diciembre). Para obtener más información sobre Medicare Advantage y la Parte D, visite el sitio web Medicare.gov, <https://www.medicare.gov/sign-up-change-plans/joining-a-health-or-drug-plan>.



Inicio para las vacaciones

¿Ha hablado el personal de su clínica con usted acerca de las opciones de diálisis en el hogar que podrían adaptarse mejor a su vida diaria que su tratamiento actual? Su tratamiento es su elección y debe discutirlo con su equipo de atención médica. Muchas personas experimentan cambios en la vida, y lo que funcionó para ellos en el pasado puede no funcionar para ellos ahora. La diálisis en el hogar puede ofrecer más flexibilidad en la programación y más tiempo con la familia y los amigos. Aquí está una herramienta en línea simple para ayudarlo a elegir el tratamiento derecho. <https://mykidneylifeplan.org/>

El cuidado personal es importante

Cuidarse es esencial. Aquí hay un breve video sobre formas de relajarse y tomar un descanso durante estos tiempos difíciles: <https://quality.allianthealth.org/media-library/ncrn-self-care-video/>

Avoid Hospitalizations

En los últimos meses, la Red encontró un aumento en las visitas a salas de emergencia y hospitalizaciones debido a problemas relacionados con la insuficiencia renal y la diálisis. Si usted se está quedando tarde o necesita saltarse el tratamiento, por favor recupere su sesión de diálisis lo antes posible. Además, informe a su equipo de atención de cualquier problema tan pronto como lo note. Encontrarlos temprano y obtener ayuda es clave para mantenerse lejos del hospital. Utilice los enlaces que aparecen a continuación para encontrar las herramientas de zona que le ayudarán a actualizar lo que sabe sobre los problemas que debe buscar para evitar una visita al hospital.

- [Herramienta de zona postdiálisis \(tmfnetworks.org\)](https://tmfnetworks.org)
- [Signos de infección y sepsis en el hogar \(tmfnetworks.org\)](https://tmfnetworks.org)

Formas de ser dado de alta involuntariamente

Los pacientes necesitan saber que pueden ser dejados ir de su clínica de diálisis. Hay varias formas de dejar ir a un paciente, tales como:

- Si no puede pagar por su diálisis
- Si el paciente despidió a su médico de riñón
- Si el paciente no sigue las reglas de la clínica
- Si el paciente presenta amenazas

¿Sabía usted que todas las clínicas de diálisis tienen una regla de "tolerancia cero"? Esto significa que si usted hace una amenaza, usted podría llevar a ser dejado ir de su clínica. Todas las unidades de diálisis también tienen una regla de cero armas. Traer un arma o hacer una amenaza verbal puede hacer que le dejen ir y tal vez una llamada a la policía. Muchos pacientes dejan ir de su clínica tendrán dificultad para encontrar una nueva clínica y pueden tener que conducir más lejos a la diálisis. Además, si escucha algo en el que siente que una persona podría lastimarse a sí misma o a otros, **dígale algo** al gerente de su clínica o trabajador social.

Importancia de asistir a las reuniones de QAPI

Su clínica de diálisis debe invitar a los pacientes a participar en una reunión de evaluación de calidad y mejora del rendimiento (QAPI). También puede solicitar unirse a una reunión de QAPI en persona o por teléfono. Esta reunión le permite hablar con los líderes de la clínica de diálisis acerca de sus preocupaciones u otros asuntos, sugerencias o comentarios del paciente. Las ideas y los resultados que surgen de las reuniones de QAPI a menudo afectan la forma en que se administra la clínica de diálisis. Algunas clínicas llaman a su reunión de QAPI con un nombre diferente. Usted no tiene que esperar para ser invitado. Pregunte al administrador de su clínica si puede asistir.

Antes de la reunión, escriba notas sobre lo que le gustaría discutir con el equipo de atención médica. Esto le ayudará a mantenerse en el camino durante la reunión. Recuerde, sus ideas pueden ayudar a mejorar la atención al paciente.

Después de la reunión:

- Haga un seguimiento con el gerente de la clínica sobre los resultados o los planes realizados durante la reunión que afectarán lo que sucede en el piso de diálisis.
- Siga compartiendo sus ideas con el personal y dígame si desea asistir a una reunión de QAPI nuevamente en el futuro.
- Si lo desea, comparta su experiencia con otros pacientes.

Planes de vida

Un plan de vida es un conjunto de metas que creas para ayudarte a obtener las cosas que más significan para ti. Un plan de vida se basa en metas y sueños personales. Los objetivos pueden incluir:

- Volver a la escuela o al trabajo
- Voluntariado
- Viajar a un lugar que siempre quiso visitar
- Pasar tiempo con la familia

También puede establecer metas de salud y formas de unirse a su comunidad. No hay razón para que no puedas alcanzar tus objetivos si son realistas. A menudo, lo que nos detiene es el miedo al fracaso.

Para obtener más información sobre los planes de vida y cómo crear uno, vaya a esrdncc.org. El kit de herramientas para establecer metas fue creado por pacientes de diálisis y trasplante para pacientes.

Programa de calificación de 5 estrellas para diálisis

El Programa Star de Comparación de Centros de Diálisis (DFC) es una manera de que los pacientes vean cómo su clínica de diálisis califica frente a otras clínicas de diálisis en su área local. Cada clínica de diálisis se clasifica en nueve números de

salud. Con base en estos números, la clínica de diálisis tiene un rango de 1 a 5 estrellas. Para obtener más información sobre el programa de clasificación de 5 estrellas, visite kidney.org.

Comparación de diálisis

Medicare.gov permite a los pacientes de diálisis comparar su clínica con otras personas en su área o localizar una clínica si el paciente se está moviendo o viajando. Siempre pida ayuda al trabajador social de la clínica cuando se mueva o viaje.

Escriba su ciudad o código postal, marque Clínicas de diálisis y haga clic

en “Buscar”. Se le dará una lista de las unidades de diálisis con su dirección, número de teléfono y clasificación de 5 estrellas. Además, puede elegir la distancia que desea recorrer y el tipo de diálisis que ofrece la clínica. Para obtener más información o para usar la herramienta de comparación de diálisis, vaya a Medicare.gov.

Rehabilitación vocacional: ¿Cómo puede ayudarte?

¿Qué es rehabilitación vocacional? Puede ser entrenamiento del trabajo, pero utiliza principalmente habilidades que usted tiene ya. Su oficina de rehabilitación vocacional local tiene compañías que están inscritas y listas para llevarle con sus necesidades únicas. Valoran la oportunidad de trabajar con personas calificadas, incluso si esas personas pueden necesitar trabajo y cambios de horario. En el mercado laboral actual, los pacientes de diálisis son colocados muy rápidamente.



Si desea continuar trabajando, sus oficinas estatales de rehabilitación vocacional pueden ayudarle a aprender nuevas habilidades o a usar sus habilidades actuales para encontrar un trabajo que funcione con su horario y discapacidad. Se le pedirá que establezca las horas que siente que puede manejar y que trabaje de acuerdo con su horario de diálisis. La oficina de rehabilitación vocacional evaluará sus habilidades y sus necesidades. Entonces usted será referido a un agente que le emparejará con un trabajo que se ajuste a sus necesidades. Tienen empleos contratados que pueden trabajar para crear empleos para usted. Hay muchas historias de éxito de pacientes de diálisis que consiguen un trabajo rápidamente. Pregúntele a su trabajador social acerca de una referencia a un programa de rehabilitación vocacional en su estado. Si está interesado, llame a la oficina de rehabilitación vocacional de su estado y dígame que desea un trabajo y está en diálisis.

A continuación se muestra una lista de oficinas de rehabilitación vocacional en la Red 8 y 14:

- **Departamento de Servicios de Rehabilitación de Alabama:** 1-800-441-7607
- **Departamento de Rehabilitación de Mississippi:** 1-800-443-1000
- **Programa de Rehabilitación Vocacional de Tennessee:** 1-833-751-0597
- **Programa de Rehabilitación Vocacional de Texas:** 1-800-628-5115 (option 3)

Para presentar una queja, comuníquese con las siguientes agencias:

Red ESRD 8 - Teléfono: 1-877-936-9260; Correo electrónico: nw8info-allianthealth.org;
Correo: 775 Woodlands Pkwy, Suite 310, Ridgeland, MS 39157;
Sitio web: <https://quality.allianthealth.org/topic/esrd-nw8/> -

Para pacientes e instalaciones en AL, MS, TN;

Red ESRD 14 - Oficina: 972-503-3215; fax: 972-503-3219; Línea gratuita: 877-886-4435;
Correo electrónico: nw14info@allianthealth.org; Correo: 4099 McEwen Rd, Suite 820 Dallas, TX 75244; Sitio web: <https://quality.allianthealth.org/topic/esrd-nw14/> -

Para pacientes e instalaciones en TX.

Producido bajo números de contrato: **Red ESRD 8:** 75FCMC19D0005-75FCMC21F0001 y **Red ESRD 14:** 75FCMC19D0005-75FCMC21F0002