

Planificación del alta: Preguntas frecuentes

El tratamiento dentro de un hospital puede resultar complicado y abrumador. Ya sea porque es su primera vez hospitalización o no, cuando recibe el alta, es posible que tenga preguntas sobre los pasos a seguir en su cuidado y su proceso de recuperación. A continuación, se incluyen algunas preguntas frecuentes que pueden ayudar a que hable con su proveedor y obtenga la información que necesita para continuar adecuadamente con su cuidado.

1. ¿Cuál es mi función?

¡Usted es la parte más importante de su atención médica! Tomar parte activa de su cuidado aumenta el éxito del tratamiento y de su recuperación. Haga muchas preguntas, como cuál es su diagnóstico y su plan de atención. Si es posible, coordine consultas de seguimiento para asegurarse de que los días, los horarios y las ubicaciones son adecuadas para usted.

2. ¿Con quién puedo hablar si necesito apoyo?

El personal del hospital, incluso un trabajador de casos, puede ayudar a responder cualquier pregunta o inquietud que usted tenga. Según el centro, es posible que también tenga acceso a un integrante del personal específico, como un especialista certificado en recuperación o un trabajador par de apoyo, el cual podrá guiar, asistir y hacer que se ponga en contacto con recursos mientras transita su proceso de cuidado. Los administradores de casos clínicos de PerformCare además pueden brindarle asistencia para acceder a los recursos.

3. ¿Qué pasa luego de que dejo el hospital?

Es importante que realice una consulta entre 7 y 10 días luego del alta. Asegúrese de comprender con quién es la consulta, por qué es importante y qué necesitar llevar a la consulta, como las instrucciones del alta.

4. ¿Cómo manejo mis medicamentos?

Muchas veces, durante una estadía hospitalaria, se puede indicar un medicamento nuevo o pueden realizarse cambios a un medicamento que ya está tomando. Al momento del alta, su receta médica se envía directamente a la farmacia que haya elegido. Asegúrese de que pueda pasarlos a buscar a la brevedad para evitar ir sin su medicamento. Además, es importante realizar un seguimiento con su proveedor comunitario tan pronto pueda para que esté al tanto y pueda registrar los cambios que se realizaron mientras estaba en hospital.

5. ¿Qué pasa si tengo una crisis?

Es algo que puede ocurrir y regresar a su comunidad puede desatar emociones, recaídas o ideas de lastimarse e incluso suicidarse. Antes de su alta, es recomendable crear un plan de crisis para saber qué hacer en caso de que ocurra una crisis. Este plan debe incluir cosas, personas y lugares que pueden generar desencadenantes, maneras en las que puede controlarlos y lo que puede hacer si no está en condiciones de manejarlos por su cuenta. Debería incluir los nombres y la información de contacto de personas y recursos comunitarios. Comparta este plan con personas que pueden brindarle asistencia cuando llegue a su casa.

Además de estas preguntas y respuestas, se incluye información que puede resultarle útil en su proceso de cuidado.

- Si sus necesidades básicas, como tener suficiente comida, una vivienda segura y el cuidado de sus niños, están resueltas, será mucho más simple seguir con el tratamiento y enfocarse en su bienestar.
- Contar con el apoyo de su familia, sus amigos y su comunidad mejorará su salud y su recuperación. Otros apoyos, como los servicios de apoyo de pares o la administración de casos, también pueden resultar útiles para su recuperación.
- El acceso a información (como la de su tratamiento) puede aumentar sus probabilidades de recuperación.
- Contar con asistencia económica es importante, especialmente si no pudo trabajar mientras estaba en el hospital. Tener el apoyo necesario puede ayudar a que su recuperación sea menos problemática y estresante.
- El acceso a un transporte confiable puede ayudar a que continúe con su tratamiento y progrese normalmente.

¿Tiene preguntas sobre su alta o planes de alta?

Llame a PerformCare al:

Área Capital (condados de Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry)

Servicios al Miembro: 1-888-722-8646 | TTY: 1-800-744-4344
o Servicio de retransmisión de PA 711

Central Norte (condados de Franklin y Fulton)

Servicios al Miembro: 1-866-733-7917 | TTY: 1-800-744-4344
o Servicio de retransmisión de PA 711

Aviso de no discriminación

PerformCare cumple con las leyes federales vigentes sobre derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, credo, afiliación religiosa, ascendencia, género, identidad o expresión de género, u orientación sexual. PerformCare no excluye a las personas ni las trata de modo diferente por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, credo, afiliación religiosa, ascendencia, sexo, género, identidad o expresión de género, u orientación sexual.

PerformCare brinda asistencia y servicios gratuitos a las personas con discapacidades para que puedan comunicarse bien. Estos incluyen:

- Intérpretes calificados en lenguaje de señas
- Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos)

PerformCare ofrece servicios lingüísticos gratuitos a personas cuyo idioma principal no es el inglés, por ejemplo:

- Intérpretes calificados
- Información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, comuníquese con el número de Servicios al Miembro de PerformCare de su condado.

Área Capital (condados de Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry)
Servicios al Miembro: 1-888-722-8646
TTY/TDD: 1-800-654-5984 o Servicio de retransmisión de PA 711

Zona Central Norte (condados de Franklin y Fulton)
Servicios al Miembro (Franklin-Fulton) 1-866-773-7917
TTY/TDD: 1-800-654-5984 o Servicio de retransmisión de PA 711

Estamos disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Si considera que PerformCare no brindó estos servicios o discriminó de alguna manera en función de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, credo, afiliación religiosa, ascendencia, género, identidad o expresión de género, u orientación sexual, usted puede presentar una queja dirigida a:

PerformCare
Complaint/Grievances
040 Carlson Road
Harrisburg, PA 17112
Área capital (condados de Cumberland, Dauphin, Lancaster, Lebanon y Perry): 1-888-722-8646, área Norte Central (condados de Franklin-Fulton): 1-866-773-7917 TTY/TDD: 1-800-654-5984 o Servicio de retransmisión de PA 711,
Fax: 717-671-6555, o OCRComplaints@amerihealthcaritas.com

The Bureau of Equal Opportunity,
Room 223, Health and Welfare Building,
P.O. Box 2675,
Harrisburg, PA 17105-2675,
Teléfono: (717) 787-1127, TTY/Servicio de retransmisión de PA al 711, Fax: (717) 772-4366, o
Correo electrónico: RA-PWBEOAO@pa.gov

Puede presentar una queja en persona, por correo, fax o correo electrónico. Si necesita ayuda para presentar una queja, PerformCare y la Oficina de Igualdad de Oportunidades están disponibles para brindarle ayuda.

También puede presentar una queja de derechos civiles ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos electrónicamente a través del portal para quejas de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf> o por correo postal o teléfono:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, DC 20201
1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD)

Los formularios de quejas están disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

Servicios de intérpretes multilingües

English: ATTENTION: If you speak a language other than English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Spanish: ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Russian: ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Chinese: 注意: 如果您使用繁體中文, 您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)。

Vietnamese: CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Arabic:

انتباه: إذا كنت تتحدث العربية، فإن خدمات مساعدة اللغة، مجاناً، متوفرة لك. اتصل بالرقم: (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711) 1-888-722-8646

Nepali: ध्यान दिनुहोस्: यदि तपाईं नेपाली बोल्नुहुन्छ भने, भाषा सहायता सेवाहरू, नि: शुल्क, तपाईंलाई उपलब्ध छ। सम्पर्क गर्नु: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)।

Korean: 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711) 번으로 전화해 주십시오.

Cambodian/Khmer: ការប្រុងប្រយ័ត្ន: ប្រសិនបើអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរស្រីស្រី ភាសាភីតភីតផ្លែសម្រាប់អ្នក។ ទូរស័ព្ទ: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711)។

French: ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Burmese: အထူးဂရုပြုရန်: သင်အင်္ဂလိပ်ထက်အခြားဘာသာစကားတစ်ခုကိုမပြောတတ်လျှင်, တာဝန်ခံအခမဲ့ဘာသာစကားအကူအညီများဝန်ဆောင်မှုများ, သင်တို့အားရရှိနိုင်ပါသည်။ ခေါ်ဆိုခ: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Haitian Creole: ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Portuguese: ATENÇÃO: Se fala português, encontram-se disponíveis serviços linguísticos, grátis. Ligue para 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Bengali: সতর্কতা: যদি আপনি বাঙালি, বিনামূল্যে ভাষা সহায়তা সেবা, আপনার জন্য উপলব্ধ। কল করুন: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Albanian: KUJDES: Nëse flitni shqip, për ju ka në dispozicion shërbime të asistencës gjuhësore, pa pagesë. Telefononi në 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

Gujarati: સાવધાન: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હોવ તો ભાષા સહાય સેવાઓ મફતમાં ઉપલબ્ધ છે. કોલ કરો: 1-888-722-8646 (1-800-654-5984 (TTY)/PA Relay 711).

PerformCARE[®]
pa.performcare.org