



## Sobre la unidad de rehabilitación

### Información útil

#### En esta sección:

- **Distribución de la unidad de rehabilitación**
- **Su habitación**
- **Comidas y alimentos**
- **Visitantes**
- **Control de infecciones**
- **Fumar**
- **Biblioteca de servicios de rehabilitación**



*El personal de Servicios de Alimentación y Nutrición (Food and Nutrition Services) le traerá un menú y le explicará cómo funciona el servicio de comida en la habitación (consulte la página 10).*

*El tiempo que se pasa en la unidad de rehabilitación suele ser un cambio abrupto y abrumador para nuestras vidas planificadas. Mientras ansiamos lograr la recuperación completa o la cura para retornar a la vida habitual, cada logro puede parecer extremadamente pequeño y el esfuerzo, agotador. Sin embargo, cada logro es valioso y cada paso hacia adelante impulsa el progreso.*

*Anímese, se encuentra en una de las mejores unidades hospitalarias de rehabilitación del país. Los médicos y el personal se encuentran enteramente dedicados a ayudarle todos los días para maximizar la recuperación de las actividades diarias. Aún en medio de la tristeza y la alegría, ¡trabaje con empeño! El tiempo de estadía en el ala norte del 8º piso pasará rápidamente.*

*~ Consejero de Pacientes*

Esta sección de *Rehabilitación y asuntos relacionados* describe la habitación y la unidad de rehabilitación. Si tiene preguntas sobre la unidad, pregúntele a la enfermera o a algún miembro del equipo de atención.

## **Distribución de la unidad de rehabilitación**

La unidad de rehabilitación está ubicada en el 8° piso del hospital, en el ala norte, cerca de los elevadores Pacific.

La unidad cuenta con 18 camas. Hay 5 habitaciones individuales y 9 habitaciones dobles dispuestas en forma rectangular. El puesto de enfermería y los servicios principales están en la entrada de la unidad. Además de las habitaciones de los pacientes, la unidad cuenta con otras habitaciones, como la lavandería y el salón para pacientes y familiares/sala de conferencias.

## **Su habitación**

La habitación está diseñada para proporcionarle comodidad y seguridad, y para que el equipo de atención pueda ayudarle con más facilidad.

- La cama es regulable. La enfermera le enseñará a regular la cama y la mesa de noche para que pueda sentirse cómodo y seguro.
- Encima de la cama hay lámparas de pared. Los controles de dichas lámparas se encuentran cerca de la puerta. Si necesita ayuda con las lámparas, solicítela a la enfermera o a otro miembro del personal.
- En el cielo raso, hay una lámpara especial que puede ser usada por el médico o la enfermera. Se controla por medio de un reloj programador en el tablero del sistema de llamadas cerca de la cabecera de la cama.
- En su habitación hay un baño. Al lado del inodoro encontrará un botón/cuerda para tirar en caso de emergencia.
- Hay 1 silla por cada cama para que puedan sentarse los visitantes.
- Hay un espacio en la habitación donde puede guardar sus artículos personales.
- La habitación se limpia todos los días.

## **Botón de llamada**

Use el botón de llamada para llamar a la enfermera en caso de que necesite ayuda. Este botón de llamada estará colocado cerca de usted para que pueda alcanzarlo con facilidad. Cuando pulse el botón de llamada, es posible que escuche la respuesta de la enfermera por medio del tablero del intercomunicador que está ubicado cerca de la cabecera de la cama.

El botón de llamada también contiene los controles del televisor para que usted pueda cambiar los canales y ajustar el volumen.

Si no puede usar los controles de la unidad del botón de llamada, hable con alguien del equipo de atención sobre las otras opciones. Podemos cambiar los controles para facilitar el uso.

### **Calefacción/refrigeración**

Si siente demasiado calor o frío, dígaselo a la enfermera. Podemos proporcionarle un ventilador o mantas adicionales.

### **Teléfono en la habitación**

En la habitación hay un teléfono para cada cama. Para realizar llamadas locales fuera del hospital, marque 9 antes de marcar el número de teléfono.

También contamos con teléfonos para pacientes con necesidades especiales. Hable con la enfermera si necesita este tipo de ayuda.

Para llamadas de larga distancia:

- Puede usar tarjetas telefónicas que traiga de su hogar.
- Puede comprarlas en la tienda de regalos que se encuentra en el 3<sup>er</sup> piso (nivel principal).
- Para realizar una llamada de cobro revertido, marque 9 y luego 0 para hablar con un operador externo.

### **Teléfonos celulares**

Algunos pacientes prefieren usar sus teléfonos celulares para realizar llamadas. Si el teléfono celular interfiere con algún equipo médico, es posible que se le solicite que lo apague.

### **Red**

Durante la estadía en la unidad de rehabilitación, puede usar su computadora portátil. Su habitación cuenta con servicio gratuito de Wi-Fi. Usted debe tener su propio proveedor de servicio de Internet. Pregunte al trabajador social cómo puede obtener un proveedor de servicio de Internet si aún no cuenta con uno.

Para acceder a la red:

- Encienda la computadora portátil, teléfono inteligente u otro dispositivo inalámbrico.

- Seleccione la red denominada “Patients and Visitors” (Pacientes y visitantes).
- Abra el explorador de red.
- Revise los términos y condiciones.

## **Entretenimiento**

La habitación cuenta con un televisor en la pared. La unidad del botón de llamada tiene un control para cambiar los canales y otro para el volumen. Puede pedir a la enfermera que le entregue un control remoto manual para el televisor. Hay también reproductores de DVD que puede usar.

Para obtener más información sobre los servicios proporcionados por el hospital, mire el canal 2, nuestro Canal de Información (Information Channel). Este canal cubre toda la información útil en un programa de 15 minutos que se transmite durante todo el día.

Además, en recepción podrá obtener cintas de video o DVD de entretenimiento y educación. El terapeuta recreativo le contará qué otras opciones de entretenimiento tiene mientras se encuentre en el hospital.

## **Comidas y alimentos**

### **Servicio de Comida**

El centro médico ofrece servicios de comida en la habitación para pacientes hospitalizados. El personal de Servicios de Alimentación y Nutrición (Food and Nutrition Services) le traerá un menú y le explicará cómo funciona el servicio de comida en la habitación. Puede elegir qué comer del menú.

Le llevarán la comida a la habitación fuera de los horarios de terapia programados. **Tenga en cuenta que sus necesidades médicas serán decisivas a la hora de elegir los alimentos que puede consumir.**

El carrito de comida después del horario normal tiene un recorrido planificado por el hospital, de 7 p. m. a 3:30 a. m. con sándwiches y refrigerios. El cronograma de «paradas» se encuentra pegado en la mayoría de los pisos y en recepción. También puede preguntarle a algún miembro del personal cuándo pasará el carrito de comida por la unidad de rehabilitación.

En la unidad, también contamos con una cocina pequeña, llamada habitación de alimentación (Nourishment Room). Allí encontrará refrigerios simples y bebidas para los pacientes.

### **Alimentos del hogar**

Si desea almacenar alimentos que trae del hogar en el refrigerador que se encuentra en la habitación de uso diurno (Day Room), comuníquese al especialista en servicios para el paciente (PSS), al técnico de atención al paciente (PCT) o a la enfermera registrada (RN). Todos los alimentos deben tener una etiqueta con el nombre y la fecha en la que los puso en el refrigerador.

Si sigue una dieta especial, el médico deberá autorizar los alimentos que traiga de afuera del hospital.

### **Visitantes**

Los amigos y familiares son bienvenidos para visitarle en todo momento; sin embargo, les pedimos que respeten el horario de terapia. Las visitas serán limitadas si tiene un compañero de habitación o si así lo requieren sus necesidades de salud.

Los visitantes deberán presentar identificación entre las 9:30 p. m. y las 5:30 a. m. Podrán obtener dicha identificación en el vestíbulo del hospital que se encuentra en el 3<sup>er</sup> piso.

### **Control de infecciones**

Es importante protegerse de las infecciones durante su estadía en el hospital. Tanto usted como sus seres queridos deberán seguir las guías de control de infecciones durante la estadía.

Todos los visitantes y el personal se deben limpiar las manos con agua y jabón, o desinfectante cuando ingresen a la habitación. Esto es para su seguridad y la de las otras personas que se encuentran en la unidad.

### **Fumar**

El UWMC es un establecimiento en el que no se fuma ni se usa tabaco. Estamos comprometidos con un ambiente seguro y saludable para nuestros pacientes y toda la comunidad del hospital.

Si fuma o usa tabaco, pida a la enfermera más información acerca de estos recursos:

- Folleto del UWMC: “Recursos para dejar de fumar o de usar tabaco”

- Parches o goma de mascar con nicotina para usar durante la estadía
- Sesión de consulta con un farmacéutico para dejar de fumar

La familia y los visitantes que fuman pueden comprar goma de mascar con nicotina a bajo costo en la tienda de regalos del 3<sup>er</sup> piso y en el carrito de comida durante la noche después del horario normal.

## **Biblioteca de servicios de rehabilitación**

La unidad cuenta con una biblioteca de servicios de rehabilitación, que contiene videos y material educativo para el paciente. Se encuentra ubicada en la sala de conferencias, al lado de la entrada de la unidad de rehabilitación.

### **¿Preguntas?**

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas o inquietudes, hable con su médico, enfermera u otro proveedor de atención a la salud.

Mientras usted sea un paciente de la Unidad de Rehabilitación para Pacientes Hospitalizados (Inpatient Rehab Unit) del UWMC, llame al 8-4800 desde el teléfono junto a la cama. Si se encuentra fuera del hospital, llame al 206-598-4800.

Después de recibir el alta, llame al proveedor de atención primaria o a la Clínica de Rehabilitación (Rehabilitation Clinic) del UWMC al 206-598-4295

## **About the Rehab Unit**

### *Helpful information*

***In this section:***

- ***Rehab Unit Layout***
- ***Your Room***
- ***Meals and Food***
- ***Visitors***
- ***Infection Control***
- ***Smoking***
- ***Rehabilitation Services Library***



*Staff from Food and Nutrition Services will bring you a menu and explain how room service works (see page 10).*

---

*Time on the rehab unit is typically an abrupt and often overwhelming change from our planned lives. As we yearn for full recovery or cure and a return to normal life, gains can seem painstakingly small and the effort exhausting. But each gain is valuable and each step forward furthers your progress.*

*Take heart that you are in one of the nation's very best hospital-based rehab units. The doctors and staff are absolutely dedicated to helping you each and every day to maximize your recovery of daily activities. Through the sadness and the joy, work hard! Your time on 8-North will pass very quickly.*

*~ Patient Advisor*

---

**This section of *Rehab and Beyond* describes your room and the rehab unit. If you have questions about the unit, please ask your nurse or any member of your care team.**

## **Rehab Unit Layout**

The rehab unit is on the 8th floor of the hospital, in the 8-North wing near the Pacific elevators.

The unit has 18 beds. There are 5 single rooms and 9 double rooms, arranged in the shape of a rectangle. The nurses' station and main services are at the entrance to the unit. Besides patient rooms, other rooms on the unit include the Laundry Room and the Patient and Family Lounge/Conference Room.

## **Your Room**

Your room is designed for your comfort and safety, and to make it easy for your care team to help you.

- Your bed can be adjusted. Your nurse will teach you how to adjust your bed and bedside table so you are comfortable and safe.
- There are wall lights above the bed. The controls for these lights are near the door. If you need help with your lights, please ask your nurse or other staff.
- There is a special ceiling light that your doctor or nurse may use. It is controlled by a timer switch on the call panel near the head of your bed.
- There is a bathroom in your room. There is an emergency call button/pull cord right next to the toilet.
- For each bed in the room, there is 1 chair for visitors to use.
- There is space in the room to store your personal items.
- Your room is cleaned every day.

## **Call Button**

Use your call button to call for your nurse if you need help. The call button unit can be clipped close to you so that you can reach it easily. When you push the call button, you may hear a nurse answer through the call panel intercom near the head of your bed.



The call button unit also includes controls for the TV so that you can change channels and adjust the volume.

If you cannot operate the controls on the call button unit, talk with someone on your care team about other options. We can change the controls to make them easier to use.

### **Heating/Cooling**

If you are too hot or too cold, please tell your nurse. We can give you a fan or extra blankets.

### **Phone in Your Room**

There is a phone for each bed in your room. To make local calls outside the hospital, enter 9 before entering the phone number.

We also have phones for patients with special needs. Ask your nurse if you need this kind of help.

For long-distance calls:

- You can use a calling card that you bring from home.
- You can buy phone cards at the Gift Shop, on the 3rd floor (main level).
- To make a collect call, enter 9 and then 0 to talk with an outside operator.

### **Cell Phones**

Some patients prefer to use their cell phones to make phone calls. If there is medical equipment that your cell phone will interfere with, you may be asked to turn off your cell phone.

### **Internet**

You can use your own laptop computer while you are on the rehab unit. There is free Wi-Fi service in your room. You must have your own Internet service provider. Ask your social worker about how to get an Internet service provider if you do not already have one.

To access the Internet:

- Turn on your laptop, smartphone, or other wireless device.
- Choose the network “Patients and Visitors.”

- Open your Internet browser.
- Review the Terms and Conditions.

### **Entertainment**

Your room has a TV that is mounted on the wall. Your call button unit has a TV channel changer and volume control. You can ask for a hand-held TV remote from your nurse. DVD players are also available for you to use.

To learn more about services in the hospital, watch channel 2, our Information Channel. It covers a lot of useful information in a 15-minute show that runs 24 hours a day.

Also, entertainment and educational videotapes and DVDs are available at the front desk of the unit. Your recreational therapist can tell you about other entertainment options while you are in the hospital.

### **Meals and Food**

#### **Meal Service**

The medical center offers room-service meals to inpatients. Staff from Food and Nutrition Services will bring you a menu and explain how room service works. You can choose what to eat from the menu.

Food will be delivered to your room outside of your scheduled therapy times. **Please note that your medical needs may decide what foods you can and cannot eat.**

An after-hours Food Cart with sandwiches and snack foods has a planned route through the hospital every night from 7 p.m. to 3:30 a.m. The schedule of stops is posted on most floors and is available at the front entrance desk. Or, ask a staff person when the Food Cart will be in the rehab unit.

There is also a small kitchen, called the Nourishment Room, on the unit. It has simple snack foods and drinks for patients.

#### **Food from Home**

If you want to store food from home in the refrigerator in the Day Room, please tell your patient services specialist (PSS),

patient care technician (PCT), or nurse (RN). All foods must be labeled with your name and the date you place them in the refrigerator.

If you are on a special diet, your doctor will need to approve any foods brought from outside the hospital.

### **Visitors**

Your family and friends are welcome to visit at any time, but we ask that they respect your therapy schedule. Visitors may be limited if you have a roommate or for your own health needs.

A visitor ID is needed between 9:30 p.m. and 5:30 a.m. Your visitors can get their ID in the hospital lobby on the 3rd floor.

### **Infection Control**

It is very important to guard against infection while in the hospital. You and your loved ones will be asked to follow infection control guidelines during your stay.

All guests and staff must clean their hands with soap and water or hand sanitizer when they enter your room. This is for your safety and the safety of others on the unit.

### **Smoking**

UWMC is a smoke-free and tobacco-free hospital. We are committed to a safe and healthy environment for our patients and the entire hospital community.

If you smoke or use tobacco, please ask your nurse for more information about these resources:

- UWMC's handout called "Resources to Quit Smoking or Using Tobacco"
- Nicotine patches or gum to use during your stay
- Quit-smoking session with a pharmacist

Family members and visitors who smoke can buy low-cost nicotine gum in the Gift Shop on the 3rd floor or from the after-hours Food Cart.

## **Rehabilitation Services Library**

There is a Rehabilitation Services Library on the unit. It has patient education videos and materials and is located in the Conference Room next to the entrance to the rehab unit.

### **Questions?**

Your questions are important. Talk to your doctor, nurse, or other health care provider if you have questions or concerns.

While you are a patient on UWMC's inpatient rehab unit, call 8-4800 from your bedside phone. From outside the hospital, call 206-598-4800.

After discharge, call your primary care provider or UWMC's Rehabilitation Clinic: 206-598-4295