



Educación de pacientes

Centro Nacional de Excelencia en Salud para Mujeres del UWMC



Su visita clínica

Para mujeres inmigrantes y otras nuevas para el sistema médico de los Estados Unidos

El aprender lo relativo a la atención a la salud y el ver a un doctor en un país nuevo son cosas que pueden resultar difíciles. Será duro aunque usted hable inglés bien o si cuenta con un intérprete. Usted y su doctor pueden tener ideas diferentes sobre la salud y la enfermedad. Los pasos que deberá dar para ver al médico pueden ser distintos que en su país de origen. Estas indicaciones podrán ayudarle para su visita.

Antes de su visita

Pregúnteles:

- ¿Qué autobús llega cerca del consultorio?
- ¿En qué parada del autobús deberé bajarme?
- ¿Cuándo deberé presentarme?
- ¿Qué tendré que llevar conmigo?
- ¿Dónde podrá estacionarse si maneja su automóvil o si alguien le lleva para su visita.

Dígales:

- Si le acompañará una amiga o algún miembro de su familia.
- Si le hará falta un intérprete y que le hagan el favor de coordinar los servicios de uno.

Prepárese para su visita

Haga una lista de sus preguntas o preocupaciones.

- Piense en lo que ya habrá hecho para tratar de sentirse mejor. Tome también notas de ello y llévelas consigo a la visita.
- Haga planes para que le acompañe alguna amiga o algún familiar si pueden ayudarle a dar explicaciones.

En su visita

- Llegue temprano. Si llega tarde, su visita podría ser muy breve.
- Infórmele de su historial a su proveedor. Sea sincera y use la lista que haya llevado con usted.
- Indíquelo a su proveedor todos los medicamentos y las hierbas de receta y venta libre que esté tomando para su salud.
- Háblele a su proveedor de su utilización de suplementos nutritivos, alimentos especiales, tabaco, alcohol u otras drogas o sustancias recreativas.
- Si tiene temores y preocupaciones, el hecho de que hable de ellas le ayudará a su proveedor a atenderle mejor.
- El hablar de temas privados o sensibles puede resultar difícil; pero si tiene preguntas o preocupaciones, él o ella tratarán de darle su ayuda.

Sobre su proveedor

Los proveedores occidentales se dan cuenta de que es importante entender algo más sobre las pacientes que simplemente sus síntomas o preocupaciones. Probablemente le harán preguntas sobre sus preocupaciones y síntomas médicos; pero es probable que le interroguen también sobre cómo se siente y su estado de ánimo.

Podrán hacerle también alguna preguntas respecto a su familia y la ayuda que puedan proporcionarle. Hasta es posible que le pregunten sobre sus finanzas. No harán esto para inmiscuirse en sus asuntos. Querrán hacer sugerencias para que usted reciba una atención que tenga sentido desde el punto de vista médico. También desearán que las recomendaciones que le den las pueda seguir y que resulten posibles financiera y culturalmente.

Cuanto mayor sea la información que pueda compartir, tanto mejor preparado estará su proveedor para atenderle.

Cuando su proveedor le dé alguna recomendación, será importante que se asegure de que se la expliquen de modo que pueda entender qué es lo que desea que haga y por qué se le recomienda hacerlo. Algunas veces, los proveedores podrán pensar que le han explicado algo; pero usted puede no haberles entendido. ¡No dude en hacer preguntas!

Obtenga instrucciones de su proveedor

Asegúrese de que se mencionen sus preguntas e inquietudes y que su proveedor le explique cómo piensa abordar sus preocupaciones.

- Repítale las instrucciones a su proveedor para asegurarse de que las ha entendido.
- Si usted o alguien en su hogar puede leer en inglés, haga que su proveedor le dé las instrucciones por escrito. Es difícil recordar todo lo de una visita.

Conozca el número correcto de teléfono

Cuando programe su visita o al registrarse, pregunte:

- Durante el día, ¿a qué número de teléfono podré llamar si tengo algún problema o alguna pregunta que hacer?
- Si el consultorio está cerrado, ¿a qué número de teléfono podré llamar?

Números de teléfonos:

Durante el día:

Cuando esté cerrado:

Proveedor:

Horas de la clínica:

¿Preguntas?

Llame al teléfono:

206-598-5500

Sus preguntas son importantes. Llame a su doctor o proveedor(a) de atención a la salud si tiene preguntas o preocupaciones. El personal clínico del UWMC se encuentra también listo para ayudarle en cualquier momento.

Women's Health
Care Center (Centro
de Atención a la
Salud de las
Mujeres):

206-598-5500

Notas

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Women's Health Care Center

Box 354765
1959 NE Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-4141

120406
© University of Washington Medical Center
Your Clinic Visit
UW National Center of Excellence in Women's Health
Spanish
01/2001



Your Clinic Visit

For immigrant women and others new to the U.S. medical system

Learning about health care and seeing a doctor in a new country can be difficult. Even if you can speak English well or have an interpreter it might be hard. You and your doctor may have different words or ideas about health and illness. The steps you need to take to see the doctor may be different than in your native country. These tips may help you with your visit.

Before Your Visit

Ask them:

- What bus is near the office?
- At what bus stop do I get off the bus?
- When should I come?
- What should I bring?
- Where to park, if you are driving or someone will drive you to your visit.

Tell them:

- If you are bringing a friend or family member with you.
- You will need an interpreter and to please make the arrangements.

Get Ready for Your Visit

Make a list of your questions or concerns.

- Think about what you have already done to try to feel better. Make notes about this too, and take them with you to your visit.
- Plan to bring a friend or family member if they can help you explain.

At Your Visit

- Arrive early. If you come late your visit may be very short.
- Tell your story to your provider. Be honest and use the list you brought.
- Tell your provider all the medicines and herbs you use for your health.
- Tell your provider about any use of food supplements, special foods, tobacco, alcohol or other drugs or substances.
- If you have fears and worries, it will help your provider care for you if you can share them.
- Talking about private or sensitive topics can be hard, but if you have questions or concerns, she or he will try to help you.

About Your Provider

Western providers learn that it is important to understand more about the patient than just their physical symptoms or concerns. They will probably ask you about your physical concerns and symptoms, but they may also ask you about how you feel and your mood.

They may also ask you some questions about your family and possible help they may provide. They may even ask you about your finances. They do not do this to pry. They want to make suggestions for your care that makes sense medically. They also want the suggestions they make to be ones you could follow, and that are possible financially and culturally.

The more information you can share, the better prepared your provider will be.

When your provider makes suggestions, it is important that you feel these are explained so you can understand what she or he wants you to do and why the suggestion is made. Sometimes providers think they have explained, but you may not understand. Go ahead and ask questions!

Get Instructions from Your Provider

Make certain that your questions and concerns are mentioned and that your provider explains how she or he will approach your concerns.

- Repeat instructions back to your provider to be certain you understand.
- If you can read or someone in your home reads English, have your provider write instructions. It is hard to remember everything from a visit.

Know the Right Phone Number

When you schedule your visit or at registration, ask:

- During the day, what phone number do I call if I have a problem or a question?
- If the office is closed, what phone number do I call?

Phone Numbers:

Daytime:

When Closed:

Provider:

Clinic Hours:

Questions?

Call 206-598-5500

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC Clinic staff are also available to help at any time.

Women's Health Care Center:
206-598-5500

Notes

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Women's Health Care Center
Box 354765
1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195
206-598-5500