

Cómo preparar su bolso de emergencia para el trasplante de riñón

En cualquier momento podría recibir una llamada para su trasplante de riñón. Tener su bolso listo y todo lo que necesitará en un mismo lugar puede ayudarlo a sentirse preparado cuando reciba la llamada. Imprima esta lista de verificación y colóquela encima de su bolso para encontrarla fácilmente.

Cuando reciba la llamada

Si su centro de trasplantes le indica que acuda para un trasplante:

- NO coma ni beba nada, no masque chicle ni coma mentas. Su estómago debe estar vacío para recibir la anestesia antes de la cirugía.
- Llame a su cuidador y diríjase al centro de trasplantes según se le indique. Es importante planificar el viaje con antelación para poder salir apenas reciba la llamada.

Lista de verificación de su bolso de emergencia

Utilice esta lista para preparar su bolso de emergencia y compártala con la persona que cuidará de usted durante y después de su trasplante. Recuerde dejar en casa cualquier artículo valioso o especial.

Para usted

Categoría		Qué llevar
Documentos importantes	☐	Identificación con foto: licencia de conducir, identificación estatal o pasaporte
	☐	Tarjetas del seguro médico: principal y secundaria (si tiene una)
	☐	Información del centro de trasplante: nombre, número de teléfono y dirección del coordinador
	☐	Información de contacto para emergencias: números de teléfono de 1 a 3 personas a quienes contactar en caso de emergencia
Información médica	☐	Lista de medicamentos actuales: medicamentos de venta con receta, de venta libre y sus dosis
	☐	Medicamentos de venta con receta que tome actualmente: traiga estos medicamentos en sus frascos originales etiquetados
	☐	Información de farmacia: nombres, números de teléfono y ubicaciones
Ropa y comodidad	☐	Partes de arriba holgadas: camisas con botones o sudaderas con capucha y cierre
	☐	Pantalones holgados: pantalones de chándal cómodos u otras prendas elásticas
	☐	Zapatos sin cordones o pantuflas con suelas antideslizantes (sin cordones)
	☐	Gafas y estuche protector
	☐	Audífonos, estuche y baterías de repuesto, si fuera necesario
	☐	Artículos de aseo personal: cepillo de dientes, pasta de dientes, desodorante, bálsamo labial y loción

Para su cuidado

Comparta esta lista con la persona que estará con usted durante el trasplante.

Categoría		Qué llevar
Documentos importantes	☐	Identificación con foto: licencia de conducir, identificación estatal o pasaporte
	☐	Tarjeta de crédito o débito y un poco de dinero en efectivo para necesidades como comida o estacionamiento
	☐	Copias del poder notarial médico o de las instrucciones anticipadas, si corresponde
Ropa y comodidad	☐	Ropa cómoda y ropa interior para 2 o 3 días
	☐	Prendas para vestir en capas, como suéteres, cárdigans o una chaqueta ligera
	☐	Calcetines gruesos
	☐	Almohada de viaje y manta ligera
	☐	Antifaz para dormir
	☐	Artículos de aseo personal, como champú y jabón de viaje, cepillo de dientes y toallitas húmedas
	☐	Refrigerios como barras proteicas, frutos secos y galletas saladas

Para usted y su cuidador

Categoría		Qué llevar
Aparatos electrónicos y artículos esenciales	☐	Cables de carga para el teléfono, la computadora portátil y la tableta, según sea necesario (se recomienda de 6 a 10 pies)
	☐	Cargadores portátiles para teléfono móvil
	☐	Material de lectura u otras actividades para pasar el tiempo
	☐	Botellas de agua reutilizables
	☐	Cuaderno y bolígrafo para anotar información e instrucciones importantes

Estamos aquí para ayudarle

Su equipo de cuidados está aquí para ayudarle a prepararse para la llamada de trasplante y tener listo su bolso de emergencia. Solicite el apoyo que necesita.