

PROMOCIÓN Y MANTENIMIENTO DE SALUD

Instrucciones de egreso para pacientes con Enfermedad Renal Crónica.

1. Mantenga una alimentación saludable, de acuerdo a las indicaciones de su médico.



- Restrinja el consumo de sal procedente de alimentos procesados como paquetes, carnes, alimentos con preservantes, etc.
- El consumo de agua debe ajustarse a sus restricciones individuales.
- Cualquier otra recomendación específica será mencionada por su médico tratante.

2. Aspectos a tener en cuenta sobre medicamentos.



- No tome ni administre medicamentos diferentes a los formulados por el grupo de Medicina Interna o Nefrología.
- Evite antiinflamatorios como el ibuprofeno, naproxeno, diclofenaco, etc. Si tiene dolor puede usar acetaminofén según prescripción médica.
- No debe automedicarse.
- Conozca para qué son sus medicamentos y tómelos en los horarios establecidos.
- Para la enfermedad renal, de forma ocasional se usan medicamentos diuréticos, como la furosemida, en caso de presentar deshidratación debe suspenderlos transitoriamente hasta su recuperación. Consulte a su médico.

3. Su EPS se debe encargar de ingresarlo a un programa de protección renal, consulte oportunamente para tener un seguimiento periódico.



4. Recuerde la importancia de mantener sus vacunas al día, las personas con enfermedad renal deben vacunarse para neumococo, influenza, entre otros. Consulte a su médico.



5. Evite el consumo de alcohol y de cigarrillo, son nocivos para su salud renal y general.



6. Si presenta cambios en el estado de ánimo, informe a su médico, puede que requiera ayuda adicional.



7. Use tapabocas cuando esté en contacto con personas con cuadros respiratorios.



8. Realice actividad física moderada.

9. Consulte por urgencias si tiene vómito, deshidratación, dificultad para respirar, fiebre o si está con inflamación (edema) progresivo en sus piernas.



10. Si usted ha ingresado al Programa de Protección Renal del Hospital Universitario San Ignacio, comuníquese con nosotros en caso de dudas o aparición de nuevos síntomas.

