

# PROMOCIÓN Y MANTENIMIENTO DE SALUD

## Instrucciones de egreso para pacientes de Neumología

- 1. Procure una alimentación balanceada que contenga proteínas, frutas y verduras, consuma líquidos de acuerdo a sus restricciones individuales.**



- 2. Realice actividad física con la intensidad que le hayan recomendado de manera regular.**



- 3. Tome sus medicamentos a tiempo y sin olvidos**



- 4. Procure dormir el tiempo suficiente para asegurar un descanso adecuado, esto le permitirá mantener la energía necesaria durante el día.**



- 5. No consuma alcohol ni cigarrillo, ya que puede empeorar su salud.**



- 6. Mantenga su esquema de vacunas al día.**



- 7. Verifique antes de su egreso del hospital, que todas las órdenes y fórmulas que recibió estén bien diligenciadas.**



- 8. Si tiene prescripción de medicación inhalada, debe tener clara la técnica de uso de dispositivos. De lo contrario pregunte.**



- 9. Si tiene orden de Oxígeno, tenga presente el uso de acuerdo a la prescripción, asegúrese de contar con la orden del cilindro de transporte para las citas médica**



- 10. Realice el proceso de autorización de órdenes y fórmulas por parte de su EPS con anterioridad y a tiempo para evitar faltantes de medicamentos.**



- 11. Esté atento a la presencia de los signos de alarma que se le han informado en la consulta, ya que, la presencia de estos le obligaría a consultar por urgencia.**

