Diciembre 2020

QUALITY INSIGHTS RENAL NETWORK 3

KIDNEYS R US

NEWSLETTER

Disfrutar de las Fiestas Socialmente Distantes en el 2020

Aquí estamos, ya es diciembre del 2020. Qué año ha sido. Todos hemos enfrentado desafíos, mientras que algunos han enfrentado angustias. Estamos luchando para hacer frente a los cambios que la pandemia COVID-19 ha traído a nuestras comunidades, nuestro estado, nuestro país y el mundo. Ha sido difícil, nadie puede argumentar eso, pero seguimos adelante y hacemos ajustes para que podamos vivir nuestras vidas en seguridad con aquellos que amamos.

Todos hemos estado socialmente distanciados desde el comienzo de la pandemia en marzo. La esperanza era que volviéramos a un cierto sentido de normalidad para el verano. Vimos algunas restricciones levantadas pero "normal" no sucedió. Ahora nos enfrentamos a una segunda ola de la pandemia y tenemos que ver nuestros planes para la temporada de fiestas.

Podemos disfrutar de las fiestas, pero tenemos que tomar precauciones para asegurarnos no sólo de que nosotros, sino nuestros seres queridos, permanezcamos seguros. La mejor manera de hacerlo es limitar el contacto de persona a persona en grupos grandes. Cuantas menos personas entremos en contacto, menor será la posibilidad de exposición a COVID-19. Cuando nos reunimos con familiares o amigos, es importante usar una máscara y no acercarnos demasiado uno al otro. Abrazos y besos en las reuniones no deberían ocurrir. El lavado frecuente de manos es imprescindible. Y recuerde, quédese en casa si le han diagnosticado con COVID-19, si está esperando los resultados de la prueba COVID-19, o si puede haber estado expuesto a alguien con COVID-19.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) tienen pautas que pueden ayudarnos a medida que navegamos nuestras reuniones festivas.

- Llevemos nuestra propia comida, bebidas, platos, tazas y utensilios.
- Utilicemos una máscara y guárdennosla de forma segura mientras come y bebe.
- Evitemos entrar y salir de las áreas donde se preparan o tratan alimentos, como en la cocina.
- Utilicemos opciones de un solo uso, como aderezos para ensaladas y paquetes de condimentos, y artículos desechables como recipientes de alimentos, platos y utensilios.

Maneras de Estar Conectados Cuando No Podemos Estar Juntos

- Organice una llamada vía Zoom para poder ver a nuestros seres queridos en la seguridad de nuestro propio hogar. ¡Programe la llamada en la hora de cena para que podamos compartir una comida juntos!
- Utilice su teléfono inteligente o tableta para chatear en video con nuestros seres queridos.
- Envía tarjetas festivas a los seres queridos y escribe mensajes personales en ellas.
- Manténgase en contacto por teléfono y correo electrónico o escriba una carta como en los tiempos de antes y déjela en el buzón para que los carteros la tomen para que no tengamos que ir a la oficina de correos.
- Ordene regalos en línea y envíelos por correo directamente al destinatario.
- Juega juegos en línea con familiares y amistades.

Maneras de Mantenerse Conectado Cuando no Deberíamos Reunirnos en Grupos en Interiores

- Visite con la familia y amistades individualmente en la terraza o patio de la casa usando calentadores eléctricos o fogatas para calentarse.
- Organice visitas a los hogares de sus seres queridos cuando otros no vayan a visitarlos. Use una máscara y limite la duración de la visita.
- Si planifica visitar a la familia, tome precauciones tempranas al reducir contacto y exposición potencial durante al menos una semana y preferiblemente dos semanas antes de la visita programada.

Aceptar la Diálisis para mi Vida

Por Irwin Dunsky

¿Por qué hay tanta gente es infeliz?
Los veo en diálisis, y no disfrutan del día
Simplemente no entiendo lo que están buscando
Diálisis me da vida; ¿no es eso lo que hace que valga la pena?

Pocos perciben el concepto de vivir en el momento
Yo no lo entendía hasta que entré en el programa
Me acomodé y me encontré yo mismo
Aceptar diálisis para mi vida es bueno

Algunas personas están ni importa lo que sea están descontentos
Yo tomo cada cosa en mi vida y tomo decisiones debido a mi juicio
¿Qué obtengo por lo que estoy haciendo?
Puedo vivir otro día con diálisis, ¿qué tan bueno es eso?

Pasar doce horas a la semana es bastante bueno
La mayoría de las personas trabajan cuarenta horas a la semana para vivir sus vidas
Tres días a cuatro horas equivale a doce horas a la semana
Yo veo doce horas como un pequeño precio a pagar por el regalo de la vida

Puedo ver a mis hijos, y especialmente a mis nietos
También hay películas y obras de teatro a las que espero ver
Salir a comer con mi hermosa esposa no está mal
Tantos lugares que no estarían allí, si no fuera a diálisis

Aceptar la Diálisis para mi Vida, continuado

Así que, aceptando diálisis para una calidad de vida

No es un mal trato si haces algo bueno con la vida

Yo vivo en un complejo para persona de la tercera edad, socializo, estoy en comités

Hacer algo con mi vida, eso es lo que hace que valga la pena.

¡Le deseamos lo mejor para un feliz, seguro y saludable Año Nuevo!

De parte de Quality Insights Renal Network 3

Comité Asesor de Pacientes (PAC)

ÚNASE AL PAC!

El Comité Asesor de Pacientes (PAC, por sus siglas en inglés) de QIRN3 está formado por pacientes que reciben diálisis, pacientes que han recibido trasplantes y familiares de estos pacientes. El comité se reúne una vez cada dos meses para analizar cuestiones relevantes a los pacientes con enfermedad renal en fase terminal. Los miembros del PAC tienen interés genuino por los problemas de calidad de la cuidado, y motivan a otros pacientes a involucrarse en su atención médica. Están dispuestos a compartir habilidades y experiencias con otras personas. Motivamos a que cada centro tenga un representante para el PAC. ¡Hable con su trabajador(a) social para ofrecerse como voluntario!

Llame al número gratuito

1-888-877-8400 para unirse al PAC.

Para Presentar Alguna Querella con Respecto a su Cuidado de Diálisis Comuníquese con:

QIRN3

P.O. Box 845

Hightstown, NJ 08520

Teléfono: 888-877-8400 (Línea sin Cargos)

Los análisis en los que se basa esta publicación se realizaron bajo el Número de contrato HHSM-500-2016NW00003C, llamado "Organización de la red de enfermedad renal termi-nal número 3" (End Stage Renal Disease Network Organization Number 3), patrocinado por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (Centers for Medicare & Medicaid Services, CMS) y el Departamento de Salud y Servicios Humanos. Las conclusiones y opiniones expresadas, y los métodos utilizados en el documento pertenecen al autor. No refle-jan necesariamente la política de CMS. El autor asume toda la responsabilidad por la exactitud y la integridad de las ideas presentadas. Este artículo es un resultado directo del Programa de Mejora de la Calidad de la Atención Médica iniciado por CMS, que ha alentado la identificación de proyectos de mejora de la calidad derivados del análisis de patro-nes de atención y, por lo tanto, no requirió de financiación especial por parte de este contratista. Se aceptan ideas y aportes para el autor sobre la experiencia en los temas presen-ados.