

¿Qué hábitos debo de tener en cuenta?

Realizar ejercicio físico adecuado a su edad y condición física, un buen comienzo es caminar y evitar el sedentarismo, así como no fumar y evitar el alcohol. Controle su peso y si es posible anótelos.

¿Cómo debo vigilar la alimentación?

Siga las indicaciones del personal de enfermería en ERCA y vigile los alimentos altos en sodio, fósforo y potasio.

¿Cuántas veces debo de tomarme la tensión arterial?

Es recomendable tomar la tensión arterial y apuntar las cifras para la siguiente visita. Si no, acuda a su centro de salud o farmacia para tomársela. Al realizar la medición es mejor en una posición relajada, realizarla antes de desayunar y de cenar anotando dos o tres mediciones y dejando un descanso entre ellas.



¿Qué hago si tengo alguna duda?

No dude en consultarnos telefónicamente de cualquier cambio de cita, consultas o problema. Si es preciso anótese antes de la consulta cualquier pregunta que tenga sobre su tratamiento o las distintas pruebas a realizar.

Folleto impreso por: **ALCER HUESCA**

Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón

Tel. 974 24 09 93 - 675 66 66 11

info@alcerhuesca.com - www.alcerhuesca.com



DOCUMENTO DE ACOGIDA A PACIENTES EN LA CONSULTA DE ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA AVANZADA ERCA



Hospital de Barbastro

Servicio de Nefrología. Planta Segunda

Unidad de Hemodiálisis y consulta ERCA

Teléfono 974 24 90 00 Ext. 529295 Horario de 8 a 20 H.

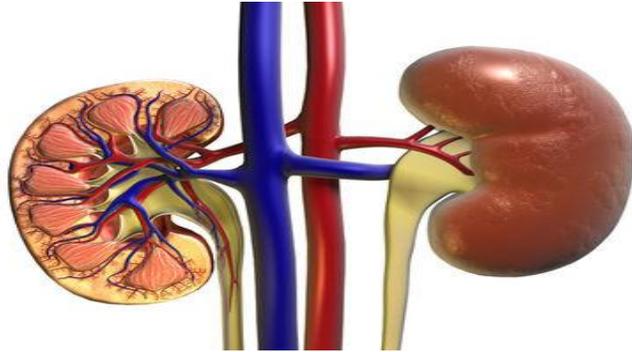
Supervisión - Teléfono: 974 24 90 00 Ext. 529279

Despacho médico - Teléfono: 974 24 90 00 Ext. 529296

Secretaría - Teléfono: 974 24 90 49 Horario de 8 a 15 H.

¿Qué son los riñones?

Son dos órganos que limpian la sangre eliminando los productos de desecho y el exceso de líquido del cuerpo, además de regular la tensión arterial y otras funciones hormonales de la sangre y los huesos.



¿Qué ocurre cuando los riñones fallan?

Cuando los riñones no realizan adecuadamente su función y pueden aparecer diferentes síntomas como cansancio, anemia, edemas, calambres, náuseas y vómitos. En ocasiones puede no notar nada ya que los riñones pueden no doler.

¿Qué es la consulta ERCA y cuáles son los objetivos?

Es una consulta formada por nefrólogos y enfermeras de enfermedad renal crónica avanzada ERCA. El objetivo es frenar la progresión de la enfermedad y de los síntomas con el manejo en hábitos saludables, ejercicio, dieta, medicación y el apoyo para el proceso de toma de decisiones en la terapia renal sustitutiva.

¿Cómo se harán las revisiones?

De manera periódica en la consulta de enfermería y del nefrólogo. Es recomendable el acompañamiento por un familiar o amigo. Se le anotará en el informe la fecha de la siguiente cita.

¿Qué debo de preparar antes de cada consulta?

Las revisiones suelen realizarse con analítica de sangre y/o orina reciente (una semana antes) que se extraerán preferiblemente en su Centro de Salud.

Si ha ido a otro especialista o tiene la medicación modificada, traiga los informes y el listado de la medicación que está tomando actualmente.

¿Qué debo hacer con la medicación indicada en el informe?

Tómese la medicación de la forma indicada en la consulta. Si le pautan Eritropoyetina se recogerá en la planta baja del hospital general con el volante correspondiente. Se guardará en nevera y se administrará en el centro de salud o se auto puncionará de la manera indicada por el equipo de enfermería.



¿Y si me mandan hierro intravenoso o una transfusión?

Acudirá a Hospital de día, situado en el edificio anexo al hospital (entrada frente a la puerta de consultas) con cita previa y con el volante correspondiente en los días indicados.

¿Cómo me tengo que citar rayos u otras pruebas?

Se citará en el servicio de radiodiagnóstico en la planta 2ª o acudirá a citas (consultas externas, también en la 2ª planta).

Me han mandado a medicina preventiva ¿dónde tengo que ir?

El servicio de medicina preventiva está en la 4ª planta del Hospital. Siga las instrucciones que le indicarán allí, así como el calendario de vacunaciones.