

## ¿Estás Listo(a)?

### Septiembre es el Mes de Preparación para Emergencias

¿Estás preparado(a) para cualquier desastre que pueda afectar tu vida o tu habilidad de poder dializar? Dependiendo de dónde usted viva, existen diferentes tipos de desastres. Usted y su familia deben tener un plan en lugar y practicar su plan para que cuando surja la necesidad, pueda mantener la calma y estar preparados.

#### TENGA UN PLAN Y SIGA LAS INSTRUCCIONES DE SU EQUIPO DE DIÁLISIS

Usted también debe tener planes alternos y medios específicos para comunicar los cambios que puedan ocurrir. Las clínicas de diálisis están obligadas a proporcionar planes de desastres a sus pacientes y practicar ejercicios. Su equipo de diálisis le educará cómo desconectarse de su máquina de diálisis si es posible que usted pueda. Tenga en cuenta cómo funciona su máquina en particular. Si no puede realizar el procedimiento de desconexión de forma segura, su equipo de diálisis realizará el procedimiento por usted. Siga siempre las instrucciones del personal. Si usted es paciente de diálisis en el hogar, se le capacitará en procedimientos de emergencia durante su entrenamiento.

#### ÚRESE DE QUE SU PLAN Y LOS DOCUMENTOS DE APOYO SON FÁCILES DE ACCEDER

Una unidad USB para su computadora es un lugar conveniente para almacenar su plan de emergencia. Téngalo con usted en todo momento, posiblemente en un llavero. Guarde sus registros médicos y órdenes de tratamiento, de modo que si necesita dializarse en otro lugar que no sea su clínica, usted tendrá acceso a información importante que el centro puede utilizar para asegurarse de que reciba el tratamiento de diálisis adecuado.

#### PREPÁRESE PARA GESTIONAR SU SALUD DURANTE 3 A 5 DÍAS

Tenga en cuenta las limitaciones de los líquidos y la dieta. Hay listas más detalladas de suministros y consejos que usted debe tener a mano para estar preparado para emergencias. En caso de un desastre mayor, es posible que no pueda dializarse en su centro. Usted debe estar preparado para manejar su salud durante al menos 3 a 5 días. La Coalición de Respuesta a Emergencias de la Comunidad de Riñón (KCER por sus siglas en inglés) proporciona muchos más consejos sobre cómo prepararse.

**Fuente:** Dialysis Patient Citizens Education Center <https://www.dpcedcenter.org/news-events/news/september-is-disaster-preparedness-month/>

Para presentar un reclamo, comuníquese con la red de ESRD designada a continuación.

#### Quality Insights Renal Network 3

1-888-877-8400  
109 S. Main Street, Suite 21  
Cranbury, NJ 08512  
[www.qirn3.org](http://www.qirn3.org)

#### Quality Insights Renal Network 4

1-800-548-9205  
610 Freedom Business Center, Suite 102  
King of Prussia, PA 19406  
[www.qirn4.org](http://www.qirn4.org)

#### Quality Insights Renal Network 5

1-866-651-6272  
[qirn5@nw5.esrd.net](mailto:qirn5@nw5.esrd.net)  
300 Arboretum Place, Suite 310  
Richmond, Virginia 23236  
[www.qirn5.org](http://www.qirn5.org)