



En contacto con su médico

A TRAVÉS DE TELESALUD

Las consultas virtuales con el médico son una forma conveniente de controlar su salud y cualquier síntoma de una posible enfermedad valvular cardíaca desde la comodidad de su hogar. Aquí tiene lo que necesita para comenzar.

¿Qué es Telesalud?

Telemedicina. Salud móvil. Telesalud. Las personas la llaman de diferentes formas, pero son todas citas en vivo con los médicos que se realizan por teléfono o videollamada. Puede hacer mucho en una cita de telesalud, pero algunos exámenes y pruebas de diagnóstico solo pueden realizarse en persona.

¿Qué dispositivos necesito?

Depende de qué telesalud use, pero definitivamente necesitará un teléfono, una tableta o una computadora. Si hace una videollamada o usa un portal en línea, deberá disponer de una buena conexión a Internet.

¿Cómo hago una cita de telesalud?

Primero, llame a su médico. Si su médico no tiene la opción de telesalud, o si usted no tiene un médico de cabecera, consulte a su proveedor de seguro. Si estas opciones no están disponibles, puede buscar otras plataformas y aplicaciones de telesalud.

Consejos para que la cita de telesalud sea exitosa:



Haga una prueba. Un día antes, asegúrese de verificar su conexión a Internet, cargue los dispositivos, descargue las aplicaciones, practique iniciar sesión y complete los formularios de su médico.



Elija un buen lugar. Busque un lugar tranquilo donde tenga una buena conexión a Internet y un asiento cómodo. Si también tiene auriculares, úselos.



Pregunte sobre los próximos pasos. Antes de colgar, consulte a su médico sobre lo que sigue. Es posible que necesite programar otra cita u otro examen o surtir una receta.

Para las próximas citas, pregunte acerca de los protocolos de seguridad que se siguen en el consultorio.

Su guía de telesalud sobre la enfermedad valvular cardíaca

Ya sea que haya usado el servicio de telesalud antes o no, esta guía le ayudará a tener una conversación abierta con su médico acerca de la enfermedad valvular cardíaca. Responda las preguntas a continuación y luego hágalas a su médico durante la consulta virtual.



¿Ha notado alguno de estos síntomas?

- Sensación de cansancio, incluso después de dormir lo suficiente
- Tobillos hinchados
- Problemas para respirar estando en actividad o recostado
- Dolor de pecho o latidos cardíacos irregulares
- Sentirse extraño
- Aturdimiento



¿Alguna vez se hizo un ecocardiograma (un ultrasonido simple del corazón)?

- Sí, hace menos de un año
- Sí, pero hace un tiempo
- No
- No estoy seguro



¿Tiene antecedentes familiares de condiciones cardíacas?

- Sí
- No
- No estoy seguro



¿Alguna vez fue examinado por un soplo cardíaco anormal?

- Sí, hace menos de un año
- Sí, pero hace un tiempo
- No
- No estoy seguro

Aproveche al máximo la conversación sobre la enfermedad valvular cardíaca

Comparta. Comparta. Comparta. Su médico no puede hacer un examen físico normal a través de telesalud, así que compartir todo acerca de sus síntomas y antecedentes médicos es más importante que nunca.

Tome notas. Antes de la cita, anote todo lo que quiera preguntarle a su médico acerca de la enfermedad valvular cardíaca y luego tome notas durante la cita.

Pregunte sobre un ecocardiograma Si su médico sospecha que puede tener una enfermedad valvular cardíaca, o si ya se le ha diagnosticado, es posible que el médico quiera programar un seguimiento en persona para hacerle un ecocardiograma.

Espanol.ReachForTheHeart.com