

Lo que hay que Esperar Cuando se Pasa la Noche en el Hospital

- En un hospital, la atención médica puede darse durante las horas que normalmente esté usted durmiendo.
- Proporcionamos atención médica según sea necesario, pero promovemos y protegemos la calidad del sueño cuando sea posible.
- Durante la noche, comprobamos cómo se encuentra para asegurarnos de que todo esté bien.
- Tratamos de evitar que despierte durante el período de cuatro horas de sueño.
- Una vez que le demos atención médica, como medicinas o signos vitales, trate de volver a dormir.
- Las consultas de los médicos y las rondas de medicamentos empiezan por lo general a las 5:00 am.
- Su atención médica es nuestra máxima prioridad. Utilice SIEMPRE su botón de llamada cuando necesite cualquier cosa.

Directrices para los Auxiliares de Ayuda para Pasar la Noche

- Un Auxiliar de Ayuda puede permanecer junto a la cama durante la noche.
- Contamos con Salas para Visitantes en cada piso en donde otros pueden esperar.
- Pregúntenos acerca de opciones de hospedaje si otro alojamiento se hace necesario.
- Todos los visitantes pueden utilizar solamente los baños que se encuentran en los pasillos del hospital principal (junto a los elevadores).
- Mantenga el teléfono móvil en modo de silencio o vibración durante las horas de silencio.
- Utilice su teléfono únicamente fuera de la unidad.

Consejos para nuestros Pacientes Durante la Noche

Con el objeto de ayudarnos a mantener un ambiente de sanación y descanso, haga el favor de seguir esta guía:

- Utilice audífonos o auriculares de tapón para su televisor o para otros aparatos electrónicos.
- Limite sus llamadas telefónicas después de las 10 pm.
- Apague los teléfonos o manténgalos en modo de vibración. Evite utilizar el altavoz.
- Durante la noche mantenga las luces de su cama tan bajas como sea posible.
- Si su descanso se interrumpe, por favor díganoslo para que podamos ayudarlo.
- Si es necesario, hable con su enfermera acerca de un plan para manejar su dolor durante la noche.

Elabore un Plan para Dormir

Hable con su enfermera acerca de su plan para dormir y díganos si tiene alguna necesidad especial durante la noche, o rutina que le ayude a descansar. Pídanos cualquiera de los artículos de esta lista para ayudarlo a dormir:

- Tapones para los oídos con hule espuma
- Antifaz para dormir
- Audífonos para la televisión
- Canal 17 de Relajación en la TV
- Ruido blanco en el canal 16 de TV
- Actividades para distraerse
- Almohadas adicionales
- Té caliente descafeinado