

Hipercolesterolemias Familiares

Como preparar la visita médica

Es esencial establecer con su
médico una relación de
confianza



FUNDACION
HIPERCOLESTEROLEMIA
FAMILIAR



**Junta de
Castilla y León**
Consejería de Sanidad

Cuando se acude a la consulta del médico conviene ir bien preparado, ya que la masificación de las consultas hace que el tiempo que el médico puede dedicar a cada paciente sea limitado. Cuanto mejor se comunique con su médico, o con otros profesionales sanitarios, mejor seguirá su tratamiento.

Para obtener el máximo beneficio de la visita médica se debe preparar antes en casa. Y dependiendo de si se trata de una **Primera Visita** o una **Revisión** la aproximación será diferente:

En la primera visita deberá indicar:

- ▶ Desde cuándo sabe que tiene el colesterol y/o los triglicéridos elevados.
- ▶ La historia familiar. Es decir, quiénes en su familia tienen el colesterol y/o los triglicéridos elevados: padre, madre, hijos, tíos, primos, etc.
- ▶ Si usted o algún familiar ha sufrido alguna vez angina, infarto de miocardio o un ictus (infarto cerebral).
- ▶ Si ha sido sometido a pruebas de corazón (un cateterismo y a un procedimiento de revascularización coronaria como angioplastia o cirugía coronaria).
- ▶ Si fuma actualmente o si tiene diabetes o hipertensión.
- ▶ Si hace algún tipo de actividad física o tiene una vida sedentaria.
- ▶ El tipo de dieta que sigue y si toma alcohol.
- ▶ Es importante facilitar al profesional todos los antecedentes médicos personales (enfermedades infantiles, alergias a medicamentos, etc.).
- ▶ Facilitar al médico una lista de los medicamentos que está tomando, así como de los complejos medicinales o productos de herbolario.
- ▶ Si tiene resultados de pruebas analíticas o diagnósticas que puedan ser de interés, no olvide llevarlas cuando acuda a la consulta.

Durante la visita:

- ▶ Hable despacio, con claridad para que el médico o la enfermera le entienda. Si es usted el que no entiende al médico, pídale aclaraciones en un lenguaje sencillo.
- ▶ Anote todas las instrucciones del tratamiento médico: dosis, si lo debe tomar en una sola toma antes o después de las comidas y durante cuánto tiempo.
- ▶ Si hay una parte del tratamiento que usted sabe que no podrá cumplir, dígalo, para buscar alternativas.
- ▶ Infórmese sobre los potenciales efectos secundarios de los fármacos que le han recetado.
- ▶ Pregunte por los síntomas que le deben alarmar y sobre cómo debe reaccionar ante su presencia.
- ▶ Asegúrese de que ha aclarado sus dudas, y de que ha obtenido todas las respuestas.

En la segunda visita o revisión deberá anotar:

- ▶ Todos los síntomas o los posibles efectos secundarios, si es que presenta alguno.
- ▶ Es importante facilitar al médico una lista de los medicamentos que está tomando.
- ▶ También deberá decir los medicamentos que ha dejado de tomar por su cuenta. En el caso de que su salud o control analítico no hayan mejorado, el médico puede pensar que el tratamiento no ha funcionado y no tendrá más remedio que recetarle algo más fuerte o solicitar más pruebas de forma innecesaria.
- ▶ Haga una relación de los resultados de cada visita y conserve los informes médicos.
- ▶ Compare los resultados y los objetivos alcanzados.
- ▶ Una buena idea es escribir un diario médico personal para seguir con detalle sus logros, y también para rectificar cuando no los alcance.

Las Hipercolesterolemias Familiares son un trastorno crónico que se puede controlar con hábitos de vida saludables y medicación. Para saber más sobre estas y todo lo relacionado con el colesterol le aconsejamos que consulte la web de la Fundación Hipercolesterolemia Familiar www.colesterolfamiliar.com



FUNDACION
HIPERCOLESTEROLEMIA
FAMILIAR



**Junta de
Castilla y León**
Consejería de Sanidad