

# Planificar para un trasplante de hígado

## Cómo prepararse

La cirugía de trasplante puede ocurrir en cualquier momento y se le puede avisar con poca anticipación. Debe estar preparado/a para dejar su hogar rápidamente y trasladarse de forma segura a OHSU. Después de su estadía en el hospital, debe permanecer en el área de Portland durante 3 meses debido al riesgo incrementado de complicaciones. Estar bien preparado/a para un trasplante de órgano es parte fundamental de los buenos resultados.



### En casa

Planifique cómo pagar su alquiler/hipoteca, cuentas de servicios, pagos de tarjetas de crédito, etc.

- Piense en establecer facturación automática.
- Elija a alguien que pague sus cuentas.



### En el trabajo

Infórmese sobre tomar licencia del trabajo para usted o para sus personas de apoyo.

- Averigüe si cumple con los requisitos para beneficios de licencia médica o familiar a través de un empleador o del estado. (Oregón, Washington y California ofrecen beneficios de licencia pagada médica y familiar. Consulte los recursos al final).
- Sepa con quién ponerse en contacto para solicitar la licencia y cómo obtener los formularios necesarios.
- Averigüe cuándo debe solicitar la licencia.
- Sepa cuánto y por cuánto tiempo pagará su empleador por la licencia.
- Tenga un plan para cubrir cualquier pérdida de ingresos.


## Servicios Clínicos de Trasplante Servicios de Trasplante de Hígado

3181 SW Sam Jackson Park Rd.  
Portland, OR 97239

 503-494-8500

---

### Si tiene alguna pregunta, llame al:

 503-494-8500



### Planificar para quienes dependen de usted

Si tiene personas a su cargo, necesitará un plan para que alguien más se ocupe de sus necesidades mientras usted no esté.

- Niños/as menores de 18 años.
- Otros adultos o personas con necesidades especiales que usted cuide.
- Mascotas.



### Llegar a Portland

- Asegúrese de contar con un vehículo que funcione y el tanque de gasolina lleno.
- Planifique que alguien venga con usted en el momento de la cirugía.
- Tenga direcciones para llegar a OHSU.



### Empacar para el hospital

A menos que viva cerca, traiga suficiente ropa y suministros para un mes.

- Termómetro digital (para la boca)
- Sus medicamentos
- Teléfono, tabletas, cargadores
- Artículos de tocador
- Lista de contactos por escrito por si llegara a perder el teléfono
- Tarjeta(s) de seguro
- Ropa cómoda
- Algo para entretenerse como un libro, naipes, alguna manualidad pequeña, etc.

OHSU no proporciona alojamiento para su persona de apoyo mientras usted esté en el hospital. Tal vez no pueda quedarse en su habitación en el hospital. Tenga un plan para dónde se alojará.



## Alojarse cerca de OHSU

Durante los primeros 3 meses luego de la estadía en el hospital, todos los pacientes deben permanecer a menos de 90 millas de OHSU. Su persona de apoyo debe estar con usted durante este tiempo.

- Si vive a menos de 90 millas de OHSU, puede regresar a casa.
- Si vive a más de 90 millas, debe alojarse en forma local durante 3 meses.

### Ideas de lugares para hospedarse

- Familiares o amigos/as que vivan a menos de 90 millas de OHSU.
- Hoteles: consulte la lista adjunta de hoteles en el área. Planifique gastar por lo menos \$3,500 por mes por un hotel. Algunos hoteles ofrecen un "descuento para OHSU". Este tipo de oferta puede variar de un hotel a otro.
- Hogar para vacaciones: busque alquileres en AirBnB.com o VRBO.com. Planifique gastar al menos \$4,000 por un alquiler.
- Casa rodante: si tiene una casa rodante, tal vez quiera conducirla a Portland y alojarse en ella.
  - OHSU brinda estacionamiento limitado para casas rodantes. Para más información, visite el sitio web de estacionamiento de casas rodantes de OHSU en <https://www.ohsu.edu/visit/rv-parking-patients-reservation>.
  - Busque un parque para casas rodantes local. Asegúrese de saber qué parques para casas rodantes ofrecen alquiler a corto plazo y cuánto cuestan. Haga planes de gastar por lo menos \$1,200 por un espacio de alquiler.
- OHSU tiene un número muy limitado de lugares para casas rodantes en el Rood Family Pavilion. Estas opciones pueden estar llenas cuando las necesite, de modo que no debería contar con ellas en su planificación.

### Beneficios de viaje

Algunos planes de seguro ofrecen reembolso por costos de viaje por atención médica. Usted paga por adelantado por alojamiento, comidas y millaje. Luego, envía los recibos para obtener un reembolso hasta un monto determinado.

**Medicaid:** si ya obtiene transporte médico, es probable que pueda obtener ayuda para viajar por atención médica. Para detalles, llame a su servicio de transporte médico.

**Seguro privado:** algunos planes ofrecen beneficios de viaje. Llame al número de atención al cliente en su tarjeta de seguro y pregunte por "beneficios de viaje o de trasplante".

## Después de su estadía en el hospital



### **Transporte:**

No podrá conducir por 4 semanas después de que le den de alta. Asegúrese de tener a alguien que pueda traerle a todas sus citas en OHSU (de 2 a 3 veces por semana).



### **Restricciones en la actividad:**

No podrá levantar nada más pesado que 10 libras durante las primeras 6 semanas después de la cirugía. Asegúrese de que su persona de apoyo pueda levantar su maleta, sus bolsas de compras, etc.



### **Citas para análisis de laboratorio y con el médico/a:**

Durante 3 meses, anticipe tener análisis/citas de 2 a 3 veces por semana en OHSU.

- Debe asistir a todas sus citas para análisis de laboratorio y de postrasplante. Si falta a alguna cita, estas son difíciles de reprogramar.
- Su persona de apoyo debe venir a todas sus citas durante el primer mes para obtener instrucciones sobre su cuidado.
- Hágase todos los análisis de laboratorio en OHSU durante el primer mes.
- Para algunas citas médicas postrasplante, las consultas por video pueden ser una opción.



### Persona(s) de apoyo

Necesitará apoyo luego de la cirugía de trasplante. Debe elegir a dos personas que puedan ayudarlo. Apunte a continuación a sus personas de apoyo:

Nombre: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_

Su persona de apoyo tiene la responsabilidad de:

- Visitarle mientras esté en el hospital.
- Asistir a sesiones educativas.
- Quedarse con usted a tiempo completo (24/7) de 1 a 3 meses después de la cirugía.
- Llevarle a y traerle de todas sus citas en el primer mes.
- Manejar sus medicamentos.
- Controlar sus signos vitales a diario.
- Darle apoyo emocional.
- Comunicarse con el equipo de trasplantes ante cualquier preocupación.

**Recursos**

<b>Beneficios de licencia familiar y médica</b>		
Paid Leave Oregon (beneficios de licencia médica y familiar)	<a href="http://paidleave.oregon.gov">paidleave.oregon.gov</a>	1-833-854-0166
Washington Paid Leave (beneficios de licencia médica y familiar)	<a href="http://paidleave.wa.gov">paidleave.wa.gov</a>	1-833-717-2273
Ley Federal de Licencia Familiar y Médica (licencia sin pago)	<a href="http://dol.gov/agencies/whd/fmla">dol.gov/agencies/whd/fmla</a>	
<b>Beneficios de viaje de Medicaid</b>		
Oregón	<a href="http://oregon.gov/oha/hsd/ohp/pages/nemt.aspx">oregon.gov/oha/hsd/ohp/pages/nemt.aspx</a>	
Washington	<a href="http://hca.wa.gov/free-or-low-cost-healthcare/i-need-medical-dental-or-vision-care/transportation-services-nonemergency">hca.wa.gov/free-or-low-cost-healthcare/i-need-medical-dental-or-vision-care/transportation-services-nonemergency</a>	
<b>Recaudación de fondos</b>		
Help Hope Live	<a href="http://helphopelive.org">helphopelive.org</a>	1-800-642-8399
<b>Servicios para discapacidades y personas mayores</b>		
Oregón	<a href="http://oregon.gov/dhs/seniors-disabilities/Pages/index.aspx">oregon.gov/dhs/seniors-disabilities/Pages/index.aspx</a>	1-855-673-2372
Washington	<a href="http://dshs.wa.gov/ALTSA/resources">dshs.wa.gov/ALTSA/resources</a>	
<b>Medicare</b>		
Oregon SHIBA (asesores de beneficios de seguro médico para personas mayores; sigla en inglés, SHIBA)	<a href="http://Shiba.oregon.gov">Shiba.oregon.gov</a>	1-800-722-4134
Washington SHIBA (asesores de beneficios de seguro médico para personas mayores; sigla en inglés, SHIBA)	<a href="http://insurance.wa.gov/statewide-health-insurance-benefits-advisors-shiba">insurance.wa.gov/statewide-health-insurance-benefits-advisors-shiba</a>	1-800-562-6900