

Mi primera consulta

Una hoja para llegar con todo a la mano. Llénala con calma, con alguien de confianza si lo prefieres. No tienes que llenar todo.

Mi cita

Fecha y hora

Médico o servicio

Lugar o consultorio

Me acompaña

Qué llevar

Marca lo que ya tienes.

- ☐ Informes de mis estudios (resonancia, tomografía, laboratorio)
- ☐ Disco o enlace con las imágenes
- ☐ Esta hoja, llena
- ☐ Identificación y carnet o datos de mi seguro, si tengo
- ☐ Algo para anotar, o el celular para grabar (pregunta antes si puedes grabar)

Mis medicamentos

Incluye también vitaminas, suplementos y remedios naturales.

Nombre	Cuánto tomo	Cada cuándo	Para qué

¿Tengo alergia a algún medicamento? ☐ No ☐ Sí, a: _____

Mis síntomas

Qué sientes, desde cuándo y si ha cambiado. Con tus palabras está bien.

Qué siento	Desde cuándo	¿Ha cambiado? (igual, mejor, peor)

Algo más que quiero que mi médico sepa:

En la consulta y después

Mis preguntas

Escribe primero las tres que más te importan. Si no alcanza el tiempo, empieza por ellas.

- ★ 1. _____
- ★ 2. _____
- ★ 3. _____

¿No sabes qué preguntar? Aquí hay ideas

Marca las que quieras hacer.

- ☐ ¿Qué tipo de tumor es y dónde está?
- ☐ ¿Faltan estudios para saberlo con certeza?
- ☐ ¿Qué opciones de tratamiento tengo?
- ☐ ¿Qué tan pronto hay que decidir?
- ☐ ¿Qué síntomas debo vigilar?
- ☐ ¿Puedo seguir trabajando, manejando o haciendo ejercicio?
- ☐ ¿A quién llamo si tengo dudas antes de la próxima cita?

Lo que me dijeron

Anota palabras clave. Si algo no quedó claro, está bien pedir que te lo repitan.

Próximos pasos

Estudios o trámites pendientes	Mi próxima cita
Si tengo dudas, llamo a	Teléfono

**Ve a urgencias si hay:** una convulsión, un dolor de cabeza súbito y muy intenso, desmayo o somnolencia difícil de despertar, vómito que no para, o debilidad o dificultad para hablar que aparece de repente.