



CLINIC CORNER

BOLETÍN INFORMATIVO

Primavera de 2024



¡Le damos la bienvenida a Ashtyn Kapels a Humphrey Medical Clinic!

Ashtyn Kapels, auxiliar de enfermería con licencia (LPN), comenzó a trabajar en Humphrey Medical Clinic esta primavera con el fin de ofrecer una atención excepcional a los pacientes de toda la comunidad.

Actualmente, vive con su familia en las afueras de Creston. Ashtyn está casada con su marido, Chase, y tienen tres hijos: Otto, Piper y Jett. Ha trabajado en Columbus Community Hospital durante más de cinco años. Anteriormente, trabajó en la Clínica de Otorrinolaringología del hospital Columbus. ¡Representa una maravillosa incorporación a nuestro equipo y estamos muy emocionados de que pueda conocerla!

Nuestras clínicas médicas Humphrey y Lindsay dan la bienvenida a todos los pacientes para que reciban tratamientos de todas sus necesidades de atención médica en cualquiera de los dos lugares. Los días en los que nuestra ubicación de Humphrey no tenga un proveedor en el lugar, pregunte sobre nuestras opciones de telemedicina o no dude en comunicarse con Lindsay Medical Clinic.

Ambas clínicas retoman el horario normal

¡Lindsay Medical Clinic ha vuelto a brindar atención cinco días a la semana! Para programar citas sin inconvenientes, **llámenos antes de venir**. Esto nos permite preparar la documentación, verificar el seguro y asegurarnos de que tengamos el tiempo adecuado para asistirle. También le ofrecemos citas el mismo día que se adaptan a sus necesidades. Gracias a todos por su flexibilidad con nuestro equipo de atención mientras una proveedora estuvo de licencia por maternidad. Apreciamos su disposición para trasladarse a nuestra Humphrey Medical Clinic durante este periodo de licencia temporal y estamos entusiasmados de volver al horario habitual de atención.

¡Puede comenzar a programar las citas para exámenes físicos deportivos y de bienestar de su hijo ahora! Este año, nos asociamos con el Departamento de Salud del Distrito Central Este (ECDHD) para proporcionar las vacunas recomendadas durante las visitas de control infantil de todas las edades. Cuando llame para programar una cita, el personal de enfermería hará todo lo posible para programarla el mismo día en el que le corresponda colocar una vacuna, o programaremos una visita de control infantil y vacunación según un cronograma que se adapte a sus necesidades. La clínica para vacunarse del ECDHD solo está disponible de 8:30 a. m. al mediodía los siguientes martes: 16 de julio y 8 de octubre. Llámenos para programar una cita para cualquier vacuna recomendada que usted o su hijo puedan necesitar.

En nuestras clínicas ahora ofrecemos un nuevo servicio de entrega de medicamentos recetados el mismo día. Podemos entregar sus medicamentos recetados el mismo día o al día siguiente en Humphrey Medical Clinic y Lindsay Medical Clinic. Llámenos y pregunte por este servicio, o menciónelo en su próxima cita. Como siempre, gracias por permitirnos ser parte de su atención médica.





Alergias estacionales

¡Nuevamente es la temporada de alergias! Si usted es una persona que tiene la mala suerte de sufrir alergias estacionales, ahora es un buen momento para consultar con su proveedor qué medicamentos de venta libre le recomienda para que comience a tomar de manera constante durante las próximas semanas.

Entre los síntomas de las alergias ambientales se pueden incluir los siguientes:

- Congestión nasal, secreción nasal o estornudos.
- Tos seca.
- Picazón o irritación en los ojos.
- Crisis asmáticas.
- Dolor o picazón en la garganta o los oídos.
- Despertarse por la noche o problemas para dormir, lo que puede provocar sensación de cansancio o dificultad para concentrarse durante el día.

Los síntomas del resfriado NO se presentan junto con las alergias:

- Fiebre.
- Dolores corporales.

Las personas que tienen alergias ambientales pueden utilizar uno o más de los siguientes tratamientos para ayudar a reducir los síntomas:

- **Enjuagues nasales:** el enjuague con agua salada limpia el interior de la nariz y elimina el polen. Se pueden utilizar diferentes dispositivos para enjuagar la nariz.
- **Aerosoles nasales con esteroides:** los médicos suelen recomendar estos aerosoles en primer lugar porque son el mejor tratamiento para la congestión nasal. Muchos de estos aerosoles están disponibles sin receta médica. Los aerosoles nasales con esteroides ofrecen un mejor resultado si los usa todos los días, y pueden pasar algunos días hasta que proporcionen su efecto por completo. Los aerosoles nasales con esteroides son más efectivos que

otros medicamentos contra la alergia en los casos de la congestión nasal y el goteo posnasal. (El goteo posnasal ocurre cuando la mucosidad baja por la parte posterior de la garganta).

- **Antihistamínicos:** estos medicamentos ayudan a detener los síntomas de picazón, estornudos y secreción nasal. Sin embargo, no tratan la congestión nasal con tanta eficacia como los aerosoles nasales que contienen esteroides.
- **Gotas antihistamínicas para los ojos:** estos medicamentos están disponibles sin receta. Pueden ayudar si siente picazón o arenilla en los ojos.
- **Descongestionantes:** estos medicamentos pueden reducir los síntomas de congestión nasal. Las personas con ciertos problemas de salud, como presión arterial alta, no deben tomar descongestionantes. Las personas no deben usar aerosoles nasales descongestionantes durante más de tres días seguidos, ya que esto puede empeorar los síntomas.
- **Vacunas contra las alergias:** algunas personas que tienen alergias ambientales optan por recibir vacunas contra las alergias. Un médico especialista en alergias administra estas inyecciones cada semana o cada mes. Contienen pequeñas cantidades de alérgenos, como el polen. Muchas personas descubren que este tratamiento reduce sus síntomas, pero pueden pasar meses hasta que sea eficaz.
- **Pastillas para las alergias (debajo de la lengua):** en los casos de algunos tipos de alergias al polen, existen pastillas que cumplen un papel muy similar a las inyecciones contra las alergias. Estas pastillas son recetadas por un médico, se disuelven debajo de la lengua y se toman todos los días durante varios meses del año.

Hable con su médico o enfermera sobre los beneficios de las diferentes opciones de tratamiento. Analizarán con qué frecuencia y sobre el mejor momento del día para tomar ciertos medicamentos. El tratamiento adecuado para usted dependerá de sus síntomas y otros problemas de salud.

Horario de Lindsay Medical Clinic


402-428-2000

Lunes8 a. m. a 4:30 p. m. Vilma Rodriguez-Cline, MD
Martes.....8 a. m. a 4:30 p. m. Vilma Rodríguez-Cline, MD
Miércoles...8 a. m. a 4:30 p. m. Isabella Hemmer, PA-C
Jueves8 a. m. a 4:30 p. m. Horario del proveedor: 12:30 p. m. a 4:30 p. m.
Isabella Hemmer, PA-C
Viernes8 a. m. a 4:30 p. m. Isabella Hemmer, PA-C

Horario de Humphrey Medical Clinic

402-923-0412

Lunes8 a. m. a 3 p. m. Horario del proveedor: 8 a. m. a 2 p. m.
Isabella Hemmer, PA-C
Martes..... 8 a. m. hasta el mediodía: no hay proveedor en el lugar
Miércoles.. 8 a. m. hasta el mediodía: Michelle Sell, MD, y Kip Anderson, MD:
alternando cada miércoles
Jueves8 a. m. a 1 p. m. Horario del proveedor: 8 a. m. hasta el mediodía:
Isabella Hemmer, PA-C
Viernes8 a. m. hasta el mediodía: no hay proveedor en el lugar



COLUMBUS
COMMUNITY HOSPITAL
LINDSAY
MEDICAL CLINIC

110 Pine St. • Lindsay, NE 68644
columbushosp.org

¡Llámenos hoy para programar una cita!

402-428-2000