



RENAL ROUNDUP

Para Pacientes del Intermountain End-Stage Renal Disease Network (ESRD Network #15)

INVIERNO 2011

El Trabajo y El Diálisis

La Importancia del Apoyo: Como Mi Familia, Amigos y Ayudantes de Diálisis Me Ayudan a Ser Exitoso

*De parte de Pensador Positivo
Sparks, NV*

Mi familia y yo tuvimos un cambio mayor en nuestras vidas cuando supimos que mis riñones habían fallado. Tuvimos que cambiar de poder hacer lo que quisiéramos a la hora que se nos antojaba a estar en un horario estricto. Ya se que asistir a diálisis y trabajar 40 horas por semana es algo difícil pero es posible. Es posible con el apoyo de un empleador flexible quien permite que trabaje un horario diferente cada día para poder llegar al diálisis a tiempo y a llegar a todas las citas con el doctor. También es bueno tener la asistencia de amigos que apoyan a uno y familia que ayuda con los quía seres y con los niños. Mis hijos son el encanto de mi vida, pero de 7 y de 10 años de edad, siempre están involucrados en deportes y actividades escolares y definitivamente necesito ayuda. Por tanto mi madre los cuida antes y después de que vayan a la escuela, les ayuda con su tarea y los lleva a las actividades escolares. Mi esposo recoge a nuestros hijos y llega a casa para preparar la cena para poder pasar tiempo familiar con ellos. Igualmente él esta seguro de que he consumido la



proteína que necesito! También me ha tocado un equipo estelar de doctores y empleados maravillosos en Liberty Dialysis quienes me ayudan a recordar como seguir adelante. Con todo este apoyo, soy capaz de seguir adelante con actitud positiva. Soy capaz de controlar mi salud y de no permitir que mi salud me controle a mí!



Boleto Para Trabajar

El objeto del Programa de Boleto Para Trabajar es de asistir a beneficiarios en obtener empleo y de trabajar hacia a la independencia monetaria. La Administración de Seguro Social entrega Boletos a beneficiarios con discapacidades. Este programa es servicio gratuito y voluntario. Es disponible a personas con discapacidades de 18 a 64 años de edad quienes reciben beneficios de Seguridad Social de Seguro de Incapacidad (SSDI) o Seguridad de Ingresos Suplementales (SSI). Para recibir más información del Programa de Boleto Para Trabajar, visite al: www.socialsecurity.gov/work o llame al MAXIMUS al 1-866-968-7842 o al 1-866-833-2967 para TTY. Para recibir mas recursos acerca de empleos visite al www.esrdnet15.org y haga clic en "Network #15 Patients" entonces haga clic en "Vocational Rehabilitation."



Viviendo El Sueño Con Diálisis

Me llamo Juan Casteneda, nací en la parte del sur de California a padres quienes se emigraron de México. Mi niñez fue muy difícil porque mi familia era muy pobre. Sin embargo, aunque empecé con muy poco mejore mi vida con entrar al ejercito militar. Durante mis veintitrés anos de servicio en el militar llegue a ser veterano de las guerras de Vietnam y de Iraq. Incluso durante mi servicio, me case con una mujer maravillosa que me presento con un hijo ejemplar quien se recibió con titulo de ingeniería y que aun sigue estudiando.

Después de haberme retirado del militar pase un tiempo trabajando en diferentes empleos. Me ocuparon como Gerente de Calidad donde trabajaba muchas horas difíciles mientras seguía con mi negocio de mantenimiento. Fue durante este tiempo cuando me di cuenta de mi insuficiencia renal. Seguí con mi negocio de mantenimiento pero me puse muy deprimido. Después de un tiempo de sentir esta depresión, me di cuenta que realmente estaba bendecido. En la presente estoy empleado como consultante responsable por el sistema de mantenimiento de calidad. Aunque ha sido difícil vivir con insuficiencia renal, he podido continuar con mi trabajo. Me preguntaba por que era tan afortunado de poder seguir trabajando y de poder contribuir a la sociedad y se me ocurrió lo siguiente como inspiración para poder vivir con Diálisis de Riñones:

**K
I
D
N
E
Y**

Keep a positive attitude

Mantener una actitud positiva

Inspire those around you

Inspirar a los que estén alrededor de uno

Determination leads to success

La determinación conduce al éxito

Never give up

Nunca dejarse vencer

Every day is a new day to share your thoughts and experiences

Cada día es otra oportunidad para compartir tus pensamientos y experiencias

You are responsible for being happy

Solo tú eres responsable por tu felicidad

**D
I
A
L
Y
S
I
S**

Demonstrate that you can still compete and challenge yourself to succeed

Demuestra que aun puedes competir y a desafiar a ti mismo para ser exitoso

Invent new ways to continue working

Inventa nuevas maneras para seguir trabajando

Always have a positive disposition

Mantener una disposición positiva

Live the dream and remind yourself of how blessed you are

Vive el sueño y recuerda que realmente eres bendecido

You are still important

Tú sigues siendo importante

Seek friendship and fellowship

Procura buscar la amistad y el compañerismo

I will benefit from my own hard work

Yo mismo sentiré beneficio de trabajar duro

Selfishness contradicts success

El egoísmo contradice el éxito



**Anote nuestro numero
gratuito:
1 (800) 783-8818**



Nuevo al Diálisis: Mi Punto de Vista del Trabajo y el Diálisis Peritoneal

Por Kristin Shelley

Soy una mujer de 26 años de edad quien fue diagnosticada con IgA Nefrítico hace menos de tres años. No sabía que desde el momento que me diagnosticaron hasta hace cuatro meses, que tenía que hacer la decisión de escoger el tipo de diálisis que fuera el mejor para mí.

Los videos informativos que piden los doctores que revise uno aparenta que el diálisis no era algo fuera del común. Pero quiero decirles que los videos no me prepararon para lo que es en realidad.

Hacer la decisión del tipo de diálisis que era apropiado para mí fue más fácil que otras cosas. Para mí el diálisis peritoneal fue el único que tenía sentido. Mis necesidades monetarios fue un de las causas en determinar cual diálisis usaría. Sabía que era necesario seguir trabajando, no solamente por mi seguridad monetaria y el seguro de salud, pero también por mi sanidad.

Tratar con el trabajo y con el diálisis al mismo tiempo es posible. En el trabajo hago un intercambio de diálisis por combinar dos espacios de tiempo de descanso de 15 minutos para completar los 30 minutos que se requiere. Es posible que para otros, quienes usen el diálisis peritoneal tome mas tiempo el intercambio, quizá unos 45 minutos.

El domingo por la tarde es cuando me aseguro de que pase la semana mas fluida. Preparo bolsas de dextrosa y los útiles que necesite para toda la semana. Así para cuando llega el lunes estoy lista para salir

corriendo. Los únicos útiles que no necesito cargar son las jeringas y la heparina. Los días que llevo fibrina en la bolsa de diálisis son los días que necesito la heparina y las jeringas. Como estas cosas no las necesito de diario hay días en que las he olvidado. Hay días en que llevo tanto en la mente que es casi imposible recordar todo. Estos son los días, que de vez en cuando, nos han ocurrido a todos.

La dificultad de tratar de manejar mi horario mientras asegurarme de que estoy haciendo mi trabajo bien y lograr llegar a mis citas con doctor a tiempo es casi inexplicable. Pero es una lucha de diario que absolutamente se puede conseguir.

Si la vida fuera un trozo de pastel y si tuviera mi preferencia, poder trabajar medio día mientras siguiendo con el diálisis seria lo mejor, pero desafortunadamente no es una opción para mí. Al acabarse el día estoy agotada, estresada, y fatigada y hay días que hasta despierto agotada. Pero aunque sea despierto y no hay otra cosa mas que pueda pedir. Necesitamos tomar cada día paso a paso y decirnos a si mismos que esto es algo que se puede vencer.

Escribo esto con la esperanza de que mi experiencia le pueda ayudar a otros a comprender su trabajo y el diálisis. No es una jornada fácil de tomar. Sin embargo, es la jornada que he tomado en mi vida, igualmente una que tengan que pasar ustedes. Con cada día me siento con más fuerza mentalmente y emocionalmente y esta bien que de vez en cuando uno eche un grito. Todos somos humanos.

Agencias Estatales de Rehabilitacion Vocacional

Arizona

<https://www.azdes.gov/main.aspx?menu=32&id=1984>

Colorado

www.cdhs.state.co.us/dvr

Nevada

www.detr.state.nv.us

New Mexico

www.dvrgetsjobs.com

Utah

www.usor.utah.gov

Wyoming

www.wyomingworkforce.org/vr

mire este sitio de la red y guárdelo con sus Favoritos!

www.esrdnet15.org

Intermountain End-Stage Renal Disease Network
(Network #15) Contact Us

For Network #15 Patients
For Network #15 Providers
About Network #15
Info for New Dialysis Facilities
Disaster Resources
Pandemic Influenza
Conditions For Coverage

What is End-Stage Renal Disease, "ESRD"?
ESRD is irreversible kidney disease which requires treatment with an artificial kidney (dialysis) or a kidney transplant for a person to maintain life and health. ESRD is the only disease which entitles an individual to Medicare benefits (with some minimum requirements).

What is the Intermountain ESRD Network?
The Intermountain ESRD Network (Network #15) is a federally mandated, nonprofit Colorado corporation that contracts with the Centers for Medicare & Medicaid Services (CMS), to implement the ESRD Network program in its six-state area: Arizona, Colorado, Nevada, New Mexico, Utah, and Wyoming.

The mission of Network #15 is to facilitate the improvement of quality of care provided to ESRD patients. Network #15 is also charged with the collection and validation of information about, and treatment of persons with ESRD.

What is included on This Web site?
This Web site contains information that is most relevant to ESRD patients (For Network #15 Patients) and ESRD professionals (For Network #15 Providers) within Network #15. For more detailed information about Network #15, including demographics info, and a copy of our most current Annual Report (pdf), please visit the About Network #15 section of our Web site.

For general ESRD program objectives and highlights please see the End-Stage Renal Disease Program Overview (pdf - 47 pp), the Forum of ESRD Networks at www.esrdnetworks.org, or the National End Stage Renal Disease Network Coordinating Center (NCC).

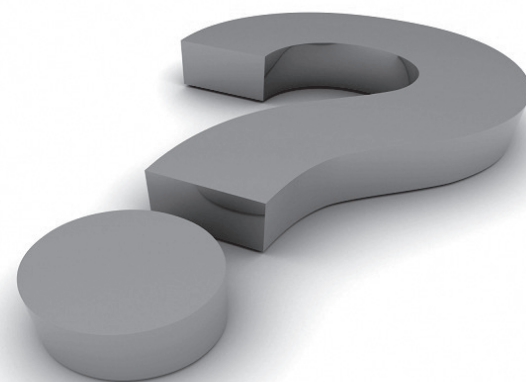
If you have additional questions after browsing through our Web site we encourage you to [email us](mailto:us), or contact us at:

Intermountain End-Stage Renal Disease Network, Inc.
145 S. Union Blvd., Suite 460, Lakewood, CO 80228

CW 2.0 (Phase III) scheduled for April 2011
CMS program now ESRD Quality Incentive Program
CMS Release Equal Rule for the ESRD Payment System
New Intermountain Network Profile Information 2011

¿Tiene Algún Problema?

Apoyado por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS), numero de contrato HHSM-500-2010-NW015C. Las opiniones y conclusiones expresadas son las de los autores. No necesariamente reflejan la política de CMS. Los autores asumen la responsabilidad total de la exactitud y complemento de ideas presentadas.



Para tratamiento o problemas con su sitio hable primero con miembros del grupo del sitio (la asistente social, la enfermera principal el administrador, o el doctor); entonces siga los pasos de procedimientos de agravios del sitio; si continua el problema y se trata de la cualidad de cuidado, usted puede comunicarse a :

ESRD Network #15

165 South Union Blvd., #466

Lakewood, CO 80228

1 (800) 783-8818

Email: [**info@nw15.esrd.net**](mailto:info@nw15.esrd.net)

O

Puede comunicarse con Departamento de Salud Estatal:

AZ: (602) 364-3030

**CO: (303) 692-2904 o
1 (800) 886-7689**

NV: 1 (800) 225-3414

**NM: (505) 476-9027 o
1 (800) 752-8649**

**UT: (801) 538-6158 o
1 (800) 662-4157**

WY: (307) 777-7123



Los Beneficios de Ser Voluntario

Ser voluntario es el acto de pasar tiempo ayudando a otra persona, a un grupo o a una causa. Existe una larga lista de ventajas a los que se hacen voluntarios: una vista mejor de la vida real, el sentido de tener conexión con otros, el aumento de energía, y el disminuir el sentirse solitario, deprimido o desamparado. Ser voluntario también puede añadir estructura a su vida cotidiana, proveer oportunidades para enfocar en las necesidades de otros mientras deja de pensar en sus problemas personales, y también puede conducir oportunidades de empleo.

Para ser voluntario busque en su periódico en donde pidan voluntarios, llame a su centro de comunidad local o a un centro de ancianos o busque al

[**www.volunteersolutions.org**](http://www.volunteersolutions.org).

