

Three Rivers Health Link

El Boletín Comunitario del Hospital Three Rivers

Número 2 | Agosto 2022

Gracias, votantes del distrito de TRH

Los resultados del 2 de Agosto de las elecciones primarias están certificados, y Three Rivers Hospital (Hospital del Distrito #1 del Condado de Okanogan Douglas) se siente honrado que los votantes hayan aprobado la renovación de su tasa de impuesto a la propiedad, de un año.

Votaron a favor de la propuesta un 66.48% y en contra un 33.53% en los condados de Okanogan y Douglas

juntos. Three Rivers utilizará una vez más el dinero de los impuestos para financiar el funcionamiento del departamento de Urgencias en el 2023.

Esta es la tercera petición anual de Three Rivers para este impuesto, y la cantidad cada vez ha sido la misma, de 33 centavos por cada \$1,000 del valor tasado de la propiedad. Para una casa valuada en \$200,000, el costo sería de \$66.

“Los costos de atención médica están en aumento constante, y eso tiene un impacto significativo para los hospitales rurales,” mencionó el director ejecutivo Scott Graham.

Nuestra sala de Urgencias está abierta las 24 horas/los 7 días de la semana, que requiere una cantidad mínima de personal las 24 horas, así como también un médico de guardia. Estos fondos han sido de enorme ayuda



para nosotros, y agradecemos el apoyo de nuestras comunidades en los últimos tres años.

Estas medidas de recaudación requieren al menos un 60% de aprobación para que sean aprobadas.

Desarrollo de un edificio en el siglo 21

El equipo médico avanza y cambia rápidamente a medida que la tecnología avanza. Three Rivers Hospital reconoce que es indispensable reemplazar el equipo médico para cubrir las necesidades de nuestros pacientes. Nuestro personal, administración y profesionales de salud, trabajan juntos para lograr que reemplacemos equipo médico obsoleto, con equipo nuevo de avance tecnológico, que cumpla con las normas actuales de atención. Esto respalda directamente nuestra misión “liderar la innovación de una atención respetuosa y segura al paciente con una cultura compasiva, apoyada por nuestro dedicado equipo profesional de atención a la salud.”

Aunque nuestras inversiones en equipo y personal son sólidas, con los años se ha vuelto más difícil invertir en un edificio con décadas de antigüedad.



La parte más antigua de nuestras instalaciones fue construida en 1949, fundada como, McKinley Memorial Hospital. Esta sección de 73 años de nuestro edificio, todavía se usa hoy; sin embargo, debido a los códigos y reglamentos de construcción del hospital, no podemos usar esta área original para atención al paciente. Las renovaciones de esta área requerirían una cuantiosa inversión para modernizarla para que cumpla con los códigos de construcción actuales de atención médica.

Gracias al apoyo de nuestra comunidad, el hospital se expandió en la década de 1950 y 1970, para agregar más camas para cuidados agudos, luego otra vez en la década de 1980 para agregar una unidad de cuidados intensivos. Lo que antes era Unidad de Cuidados Intensivos, ahora sirve como nuestra sala de Urgencias. Brinda una mejor y eficiente experiencia para los pacientes y el personal. Three Rivers solicitó al Departamento de Salud del Estado de Washington (DOH) que evaluara el área del Departamento de Urgencias que estaba siendo usado en ese tiempo, comparado con el área que estamos usando en la actualidad. Pudimos obtener varias exenciones del Departamento de Salud para que los costos del proyecto se redujeran de más de \$2 millones a menos de \$600,000.

Ver NUEVO en la página 2

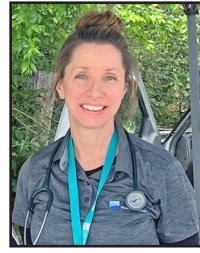
PRSRT MKT US Postage PAID Permit #55 Wenatchee, WA 98801	Postal Customer	Three Rivers Hospital Okanogan Douglas County Hospital District # 1 PO Box 577 Brewster, WA 98812
--	-----------------	--

Foco de Atención del Empleado

¡Hola! Mi nombre es Nicole Evans, y he sido Enfermera Diplomada en Three Rivers Family Medicine por casi tres años. Trabajo junto con nuestro grupo de atención primaria para brindar una atención excepcional a nuestros pacientes.

Three Rivers Family Medicine es nuestra clínica familiar y especializada al lado de Three Rivers Hospital. Está localizada en el edificio que antes era Hillcrest House, en Hospital Way #415.

Como enfermera, disfruto ayudar a las personas a conseguir la atención que éstas desean y necesitan, para estar,



y mantenerse saludables. Three Rivers Hospital/ Family Medicine es un lugar estupendo. Trabajo con gente fabulosa, y disfruto venir aquí todos los días.

En mi tiempo libre, disfruto pasar tiempo con la familia, acampar, hacer senderismo, cocinar y leer.

¡Si usted viene a nuestra clínica, el resto de nuestro grupo y yo esperamos poder ayudarle!

NUEVO: Three Rivers buscará la opinión de la comunidad

Continúa de la página 1

El más nuevo de nuestros edificios es Hillcrest House, se construyó hace 24 años. Este fue construido a un lado del hospital en la década de 1990, la que una vez fue casa hogar de retiro y vivienda asistida, ahora es el hogar de nuestra clínica rural, Three Rivers Family Medicine.

Gran parte de la infraestructura original, todavía está como antes y en algunos casos los fabricantes ya no hacen partes para reparar los accesorios o sistemas del edificio que se descomponen. Three Rivers es inmensamente afortunado de contar con un ingeniero de instalaciones y un equipo de mantenimiento capacitados y conocedores para que todo siga funcionando sin problemas.

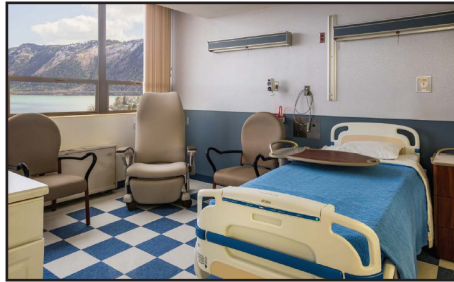
“Un edificio de un hospital es extremadamente complejo,” mencionó la Directora de Finanzas Jennifer Munson. “En nuestro caso, los sistemas eléctricos tienen desde 24 a más de 70 años. Los sistemas de detección de incendios y rociadores están

al final de su vida útil, el techo necesita cambiarse, y las líneas

de gases medicinales necesitan ser mejoradas. Podría seguir con la lista. Lo que debemos de determinar es, ¿tiene sentido práctico actualizar cada uno de estos sistemas individualmente y aún tener un edificio viejo, o es más rentable construir un edificio nuevo y actualizado que sabemos que va a satisfacer las necesidades de nuestras comunidades por otros 70 años?”

“Sumado a esto, en el 2019 la Legislatura del Estado de Washington aprobó la Ley de Eficiencia Energética en Edificios. Los estándares de la eficiencia energética de edificios son complejos y requieren mucha mano de obra, lo que significa que para cumplir, se requerirá mucho tiempo y recursos de la organización.”

Con el interés de proporcionar un hospital moder-



no y con eficiencia energética para nuestro distrito, que represente mejor la

calidad de la atención que brindamos, el grupo administrativo de Three Rivers ha comenzado a evaluar lo que se necesitaría para construir un nuevo edificio. Este nuevo edificio del hospital también incluiría la clínica, que brinde a nuestros pacientes de la clínica un acceso aún más fácil a servicios complementarios como laboratorio y radiología.

“Uno de los pilares de una comunidad próspera es un sistema de salud sólido,” mencionó el Director Ejecutivo, Scott Graham. “Un nuevo hospital, o uno renovado ayudaría a atraer más médicos y prestadores de servicios médicos a nuestra área para que podamos continuar brindando servicios en los que nuestra comunidad ha llegado a depender, y crecer.”

Porque sabemos que la

inversión de un nuevo edificio sería cuantiosa, aun con la ayuda prometedora de las subvenciones, el equipo también se está preparando para iniciar un análisis del costo para renovar el hospital existente. La administración está consultando con un arquitecto y un asesor financiero para guiarlos en estos procesos.

“Una vez que sepamos los costos, más los costos logísticos de cada opción, ya sea construir un nuevo edificio o remodelar el que ya tenemos, le pediremos al público que nos dé su opinión,” mencionó el señor Graham. “Este es un proyecto que no podríamos hacer sin el apoyo de nuestras comunidades, ni queremos. Somos un distrito hospitalario de propiedad pública y la satisfacción de nuestros habitantes con respecto a su hospital es primordial.”

Se darán más detalles del avance de Three Rivers en las siguientes ediciones de este boletín, y también se llevarán a cabo reuniones públicas.

Rincón del Proveedor: Protección Solar y Cáncer de Piel

Esta información fue proporcionada por la Dra. Amy Ellingson de su show de NCWLife, denominado “Live It Up!”

En nuestra hermosa zona tenemos mucho sol todo el año, por lo tanto, es importante saber cómo protegernos de los efectos desfavorables de la exposición a los rayos del sol.

¿Qué causa cáncer de piel?

El cáncer ocurre cuando hay mutaciones en el ADN de las células de la piel. Las mutaciones hacen que las células crezcan sin control y formen una masa de células cancerosas.

¿Qué tan frecuente es el cáncer de piel?

¿Con qué frecuencia lo ve usted en sus consultas?

Los cánceres de piel son los más comunes y en la mayoría de los casos están relacionados a la luz ultravioleta, normalmente por la exposición al sol. De hecho, el 90% de los cánceres de piel están relacionados a la

exposición al sol.

Lo veo con frecuencia en mi consultorio, probablemente algunos casos al mes que diagnostique o envíe al dermatólogo con el diagnóstico probable.

¿Cuáles son las señales y síntomas del cáncer de piel?

Generalmente, el cáncer de piel comienza como una simple mancha, llaga, o erupción en la piel que no duele. Si esa llaga o erupción no sana, o si la mancha cambia de color o adquiere una forma irregular, puede ser cáncer de piel.

El método del ABCDE puede ayudar a determinar si un crecimiento anormal en su piel puede ser melanoma:

- Asimetría: Un lunar que tiene forma irregular
- Borde: La orilla no es lisa, sino que es irregular o con picos.
- Color: Un lunar que tenga color variado o manchas oscuras.
- Diámetro: La mancha es más grande que del tamaño de un borrador de lápiz.



Amy Ellingson, M.D.

• Evolución o Elevación: La mancha está cambiando de tamaño, forma o textura.

La única manera de estar seguros si un lunar es melanoma, es que sea examinado por un médico.

¿Cómo puedo reducir el riesgo de tener cáncer de piel?

No se exponga al sol al mediodía y evite el uso de camas de bronceado. Los rayos del sol están más fuertes entre las 10:00 a.m. y las 4:00 p.m. Usted absorbe la radiación ultravioleta todo el año, y las nubes protegen poco de los rayos dañinos.

Aplíquese protector solar: Úselo todos los días para cualquier actividad. Los protectores solares no

filtran toda la radiación ultravioleta dañina, especialmente la radiación que puede causar melanoma

Use ropa que le proteja: Sombreros, manga larga, y lentes para el sol con protección ultravioleta.

¿Cómo me reviso para detectar el cáncer de piel?

Para examinar su cuerpo hágalo exactamente de pies a cabeza. Es útil si tiene un espejo grande o de cuerpo entero y un espejo de mano.

Empiece con la parte superior de la cabeza, vea por si hay manchas nuevas, manchas irregulares o elevadas, o manchas que han cambiado o crecido desde su último examen. Use el espejo de mano para que vea detrás de las orejas, la parte de atrás del cuello y la parte superior del cuero cabelludo.

Tome en consideración usar un mapa corporal para mantener un registro de las áreas sospechosas y lléveselo al médico cuando tenga su examen anual físico.

Receta de pizza vegana

Receta aportada por Leticia Medina, intérprete del Hospital Three Rivers.

Ingredientes:

- 4 panes pita integral estilo Griego (de 6 a 8 pulgadas)
- 1 frasco de salsa preparada para pizza (busque una opción sin azúcar añadida)
- 1 bolsa de 8 onzas de queso marca Daiya (estilo moz-



zarella)

- ½ taza de sus verduras favoritas (hongos, chiles morrones, cebolla morada, aceitunas, etc.)
- albahaca fresca para decorar

Preparación:

1. Precaliente el horno a 400 grados F.
2. Unte la salsa sobre el pan pita, espolvoree el queso, y agregue los ingredientes encima.
3. Hornee de 5 a 10 minutos o hasta que la base esté tostada y el queso se haya derretido.

La Fundación busca integrantes para un trabajo importante

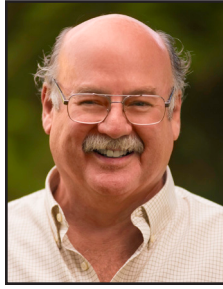
La Fundación de Three Rivers Hospital ha estado trabajando en privado este año para beneficio del hospital y nuestros pacientes.

La Fundación empezó el 2022 recibiendo una donación de una familia de la localidad, asimismo una subvención de \$30,000 de la Fundación Roots & Wings. La Fundación de Three Rivers Hospital está trabajando sobre ideas para usar estos fondos antes de fin de año.

Roots & Wings es una fundación familiar fundada en el 2019 por Judy y Gordon Faulkner. Roots & Wings otorga subvenciones en el campo de la atención médica, aprendizaje temprano, necesidades básicas, y seguridad y justicia. La Fundación apoya a las organizaciones sin fines de lucro que ayuda a niños y familias de bajos ingresos a alcanzar su máximo potencial a través de la prevención, la intervención temprana y planificación exhaustiva que cambia vidas.

“Nos sentimos honrados y agradecidos por esta subvención, sin mencionar la donación de la familia y las contribuciones regulares que proporcionan los empleados de Three Rivers por medio de deducciones en la nómina,” mencionó el presidente de la Fundación de Three Rivers, Dan Webster. “Recibimos del personal aproximadamente \$250 al mes, y sinceramente agradeceremos ese compromiso.

“Con un saldo aproxi-



mente de \$60,000 estamos en una excelente posición para ayudar a Three Rivers a mejorar la atención y seguridad de los pacientes.”

En Agosto, la Fundación autorizó dos inversiones grandes; sillas nuevas para comodidad de los pacientes de bariatría en nuestra clínica, y candados de identificación por radiofrecuencia para las puertas de las instalaciones. Estos candados son electrónicos, normalmente accesible con el uso de una tarjeta de acceso. Esto hará que el acceso al edificio sea más rápido y fácil para los empleados, al mismo tiempo facilita que el hospital y la clínica mantengan la mayoría de las puertas con llave, para seguridad de los pacientes y el personal. La Fundación planea pagar parte del costo de estos candados.

En nombre de la Fundación, el Señor Webster también dirigió una campaña “vote que sí” en julio para la propuesta de renovación de tasa de impuestos en las votaciones de las elecciones primarias.

“Este hospital es muy importante para nuestra comunidad, y la Fundación es-

tuvo dispuesta a apoyar el financiamiento para el funcionamiento de la sala de Urgencias del próximo año,” mencionó el Señor Webster.

Entre otros proyectos que la Fundación ha financiado, figura el reconocimiento del empleado durante la Semana Nacional de los Hospitales y la Semana Nacional de Enfermeras(os), canastas navideñas para pacientes internados, y televisiones nuevas de pantalla plana para los cuartos de Cuidados Agudos.

Los médicos y líderes del hospital y la clínica, solicitaron termómetros nuevos y pulsioxímetros, dispositivo para exploración de la vejiga, equipo para prueba de la visión, audición, y pulmones, y un explorador DXA (absorciometría con rayos X de doble energía)

que mide la densidad ósea.

Algunos de estos equipos tienen un precio elevado, por lo que la Fundación espera recaudar más fondos.

“También esperamos agregar más integrantes a nuestro equipo para que así podamos planificar recaudaciones de fondos y participar más en la comunidad,” mencionó el Señor Webster.

La mesa Directiva de la Fundación en la actualidad está constituida por el Señor Webster, la nueva Vicepresidenta Jocelyn Murray, y la Tesorera/Secretaria Julie Wehmeyer. El Señor Webster mencionó que también les gustaría aumentar la membresía general.

Las personas que estén interesadas en unirse a la Fundación o para donar, pueden visitar www.threerivershospitalfoundation.org.

Nuestros Servicios

Atención de Emergencia las 24 horas Clínica – Three Rivers Family Medicine

- Atención para personas de cualquier edad
- Exámenes Físicos Certificados para Licencia de Conducir Comercial que requiere el Departamento de Transporte
- Salud de la Mujer y Ginecología
- Ortopedia
- Consultas de Cirugía General
- Endocrinología y Obesidad
- Terapia de Infusión Intravenosa (No Quimioterapéuticas)

Laboratorio de Análisis Clínicos

Radiología

- TC (Tomografías Computadorizadas)
- Rayos X
- Ultrasonidos
- Ecocardiogramas
- Mamografía Tridimensional
- IRM (Resonancias Magnéticas)

Terapia Física para pacientes Hospitalizados y Externos

- Cuidados Agudos
- Continuidad de Cuidados/ Postagudos
- Servicios Quirúrgicos
 - General
 - Ortopedia
 - Ginecología



threerivershospital.net
brewsterclinic.org



509.689.2517
509.689.3749



507 Hospital Way, Brewster
415 Hospital Way, Brewster