

مراحل ساده برای ایمن نگه داشتن خویش طی حضورتان در بیمارستان

8

این حق شماست که به مراقبت های بهداشتی ای دسترسی داشته باشید که

- آبرومند باشد
- پاسخگو باشد
- ایمن باشد



درباره ی شما



- اگر اطلاعات شخصی شما (دستبند شناسایی، آدرس محل سکونت، پزشک عمومی، نزدیک ترین خویشاوندان) اشتباه است، ما را مطلع سازید
- ما را در جریان آلرژی هایمان بگذارید تا به شما دستبند شناسایی قرمز بدهیم



داروهایتان



- اگر نمیدانید داروهایتان مربوط به چیست یا اگر واکنش بدی به دارو ای داشته اید، ما را با خبر سازید
- در مورد نگرانی هایمان با پزشک، پرستار یا داروسازتان صحبت کنید
- درباره ی عوارض جانبی احتمالی سوال کنید
- اگر داروهایتان (برای مثال رنگ یا ابعادش) تغییر کرده، با تیم درمانیتان درباره ی دلیلش صحبت کنید



جلوگیری از عفونت



- قبل و بعد از رفتن به توالت و قبل از هر وعده غذا دست هایمان را
- از پرسیدن از کارمندان درمانی درباره ی اینکه آیا دست هایمان را قبل از تماس با شما شسته اند، تامل و درنگ نکنید
- اگر اسهال یا استفراغ دارید ما را در جریان بگذارید



پیشگیری از سقوط



- کفش های بند بسته، اندازه ی پاهایتان یا دمپایی های با کفی الاستیکی بپوشید
- مطابق توصیه، از وسایل کمکی برای راه رفتن استفاده کنید
- اگر به کمک نیاز دارید از کارمندان یاریمندمان در خواست کنید



جلوگیری از لختگی خون



- در صورت توصیه، از جوراب های ساقه بلند بیمارستان استفاده کنید
- تا جای ممکن سعی کنید حرکت کنید
- سعی کنید نرمش های ساده پا و مچ پا را انجام دهید
- طبق تجویز مایعات مصرف کنید
- مطابق توصیه پزشکتان از قرص ها یا آمپول های رقیق کننده ی خون استفاده کنید



زخم های بستر



- در صورت امکان سعی کنید در حال حرکت باشید. حتی روی تختتان. در صورت عدم راحتی با ما تماس بگیرید
- خوشحال می شویم که در تغییر موقعیت و جابه جا کردنتان به شما کمک کنیم و می توانیم دسک یا کوسن های مخصوص برای تکیه دادن برای شما تامین کنیم



نگرانی ای دارید؟



- در خدمت شما هستیم. اگر نگرانی ای در خصوص درمانتان دارید، با ما در میان بگذارید
- می توانید بازخوردتان را چه در مدت حضورتان در بیمارستان، چه بعد از آن بصورت حضوری، کتبی یا اینترنتی با ما در میان بگذارید



ترک کردن بیمارستان



- قبل از رفتنتان مطمئن شوید که
- برگه ی مرخص شدنتان را به همراه داشته باشید
- دارو و نسخه یتان را به همراه داشته باشید و مطمئن شوید توضیحات الزم به شما داده شده باشد
- در جریان این باشید که برای رفع سوالات و نگرانی هایتان با چه کسی باید تماس بگیرید
- در اطلاع وقت مالقات بعدیتان باشید