

خطوات بسيطة لتحافظ على صحتك

خالل إقامتك في المستشفى

تتمتع بحق الحصول على رعاية صحية تكون:

● سليمة ● متجاوبة ● محترمة

8

بالنسبة لك



- أخبر العاملين في المستشفى إذا كان هناك خطأ في المعلومات الشخصية (مثل اسمك، عنوانك، رقمك، أو أقرب شخص إليك)

- أخبر العاملين في المستشفى إذا كانت لديك أية تحسسات ضد أي مادة أو دواء وسوف يقوم العاملون في المستشفى بإعطائك شريطاً تعريفياً أحمر اللون

أدويتك



- أخبر العاملين في المستشفى فيما لو كنت لا تفهم أي دواء هو لك أو إذا كان لديك أي ردود فعل ضد دواء

- تحدث إلى طبيبك، أو الممرضة أو الصيدلاني حول أية مخاوف تراودك

- إسأل عن أي آثار جانبية محتملة

- إذا تغير دواؤك، مثل من ناحية الشكل أو اللون تحدث إلى فريق رعايتك الصحية حول أسباب التغيير

الوقاية من العدوى



- قم بارتداء ملابس نظيفة (التواليت) عند دونه، وقبل تناول

- ل تتردد في سؤال طاقم الرعاية إذا لم يكن لديك إيديك نظيفة أو قبل لمسك

- إذا كان لديك إسهال أو تقيؤ فأخبرنا بذلك



الوقاية من الوقوع



- قم بارتداء أحذية مغلقة أو مربوطة بأشرطة، أو خفين (ششب) يكون كعبيهما مطط (كاوتشك.و).
- إستعن بعضا المشي أو أداة مساعدتك على المشي حسب النصيحة
- إذا احتجت لمساعدة فاطلبها من أحد أفراد طاقم العمل الودودين



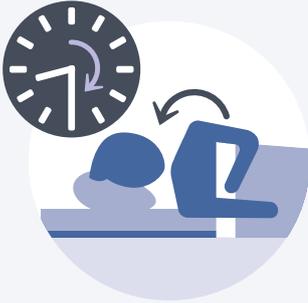
الوقاية من تخثر (جلطة) الدم



- قم بارتداء جوارب المستشفى إذا نصحوك بذلك
- حاول أن تتحرك قدر الإمكان
- حاول القيام بتمارين بسيطة للساق والكاحل
- إشرب السوائل حسب المقدار الموصى به
- تناول حبوب أو حقن تمييع الدم حسب وصية الطبيب



القروح



- حاول أن تحافظ على حركتك، إذا استطعت، حتى في السرير. إذا شعرت بعدم الراحة إتصل بنا
- سنساعدك في تغيير وضعيتك، بكل سرور، ونستطيع تقديم فرشاة خاصة أو أريكة لتسندك



لديك أية مخاوف؟



- نحن هنا لنساعدك فتحدث إلينا إذا شعرت بأي قلق أو مخاوف حول علاجك
- بإمكانك تقديم ملاحظاتك خلال إقامتك في المستشفى أو بعدها، شخصياً أو خطياً أو عبر الإنترنت



مغادرة المستشفى



- قبل المغادرة تأكد من الأمور التالية
- حيازتكم على رسالة التخرج من المستشفى
- حيازتكم على أدويتك/ الوصفة الطبية وبنهم قد شرحوا لك عن الدواء
- معرفتك بمن تتصل إذا كانت لديك أية أسئلة أو مصادر قلق
- معرفتك لموعدك المقبل