

4



Poinformuj członków służby zdrowia o reakcji uczuleniowej lub innych niebezpiecznych reakcjach na leki lub jedzenie.

Jeśli zachorujesz, możliwe, że zespół medyczny będzie musiał szybko działać. Zanim dadzą Ci leki, muszą wiedzieć czy możesz na nie źle reagować. Dlatego powinieneś powiedzieć im wcześniej o jakiegokolwiek alergii lub reakcji, którą kiedykolwiek miałeś na jakikolwiek lek lub jedzenie.

Reakcje mogą być takie jak wysypka, ból głowy, trudności z oddychaniem lub zbieranie na wymioty. Niektóre leki zawierają produkty spożywcze (np. jajka używane do szczepionki na grype), dlatego ważne jest aby również informować o uczuleniach na żywność. Jeśli czujesz się niedobrze po zażyciu nowego leku powiedz o tym od razu członkowi zespołu medycznego. Jeśli nie wiesz czy masz alergię, można zrobić test.

Nie czekaj z mówieniem o swoich alergiach aż zachorujesz. Niektóre osoby noszą bransoletkę identyfikującą taką jak MedicAlert™. Informuje ona zespół medyczny o twoich alergiach gdy nie jesteś w stanie sam o nich powiedzieć.

5



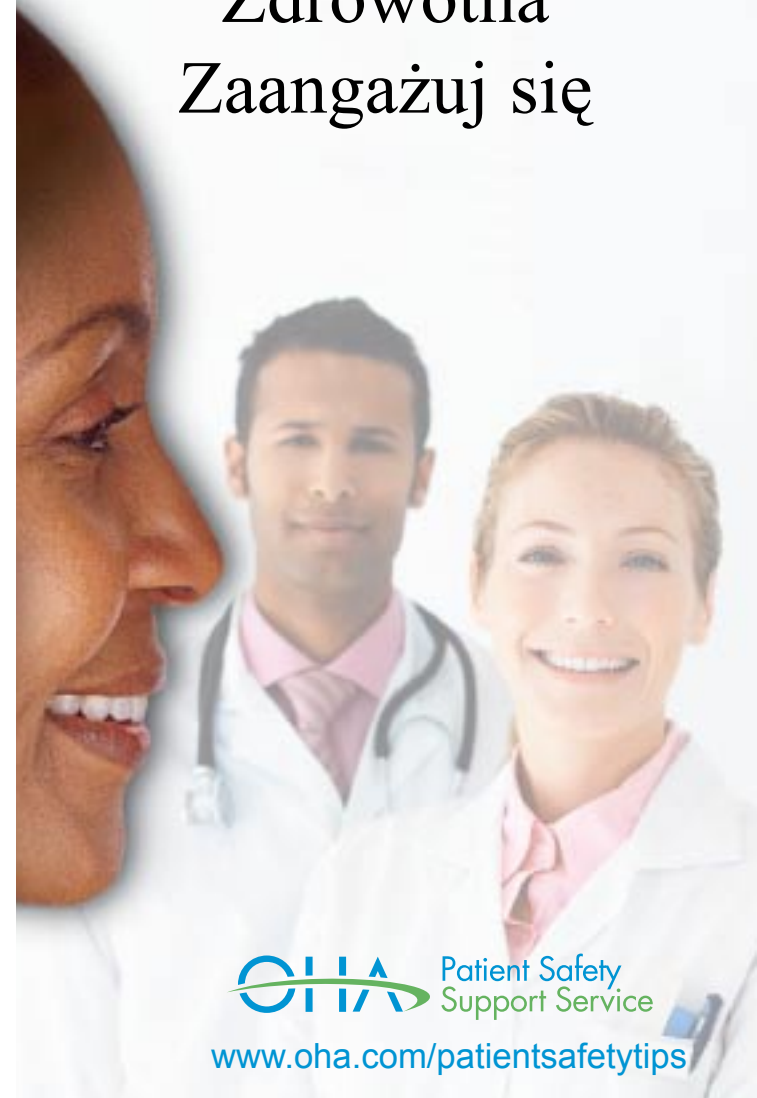
Upewnij się, że wiesz co masz robić po powrocie do domu ze szpitala lub wizyty u lekarza.

Kiedy będziesz przygotowywał się do powrotu do domu ze szpitala lub po kuracji medycznej, zadaj tyle pytań ile możesz aby upewnić się, że rozumiesz, co potrzebujesz zrobić po powrocie do domu. Możesz zapisać takie informacje lub pomocne może być to, aby ktoś z rodziny lub przyjaciel był z tobą i je zapisał.

Finansowanie niniejszego projektu było początkowo dostarczone przez Ontario Ministry of Health and Long-Term Care

Ta broszura została przygotowana jako ogólna informacja oraz poradnik na temat tutaj zawarty. Jej celem nie jest służyć jako wyczerpujące lub definitywne przedstawienie lub przegląd odnośnie tematu tutaj zawartego, ani nie jest jej celem dostarczanie jakiegokolwiek porad prawnych lub medycznych. Nie powinieneś dostosowywać lub zmieniać żadnych medycznych kuracji lub procedur bez konsultacji ze swoim lekarzem. Copyright 2006 The Ontario Hospital Association (OHA). Wszystkie prawa zastrzeżone. Niniejsza broszura nie może być modyfikowana, dostosowywana, publikowana lub sprzedawana w całości lub części bez uprzedniego pisemnego pozwolenia OHA oraz wyraźnego przypisania jej OHA. Jednakże, ta broszura może być ściągana za pomocą komputera, rozprowadzana, reprodukowana i eksponowana dla niekomercyjnego osobistego użytku lub użytku w lub przez ontaryjskie szpitale bez uprzedniego pisemnego pozwolenia od OHA.

Twoja Opieka Zdrowotna Zaangażuj się



OHA Patient Safety
Support Service

www.oha.com/patientsafetytips

1



Zaangażuj się w swoją ochroną zdrowia. Jeśli masz pytania lub wątpliwości co do opieki zdrowotnej, powiedz o tym.

Jedną z podstawowych spraw w uzyskaniu najlepszej opieki zdrowotnej jest bycie aktywnym członkiem twojego zespołu medycznego. Oznacza to branie udziału i bycie zaangażowanym w każdą decyzję o twojej opiece medycznej. Oznacza to także zadawanie pytań członkowi twojego zespołu medycznego, tak abyś mógł dokonać świadomego wyboru. Oznacza to przychodzenie przygotowanym do zabiegów leczniczych i posiadanie wiedzy o tym co robić po powrocie do domu.

Co powinieneś wiedzieć

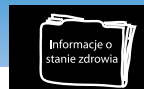
Powinieneś rozumieć jak najwięcej o jakichkolwiek z następujących:

- posiadane problemy zdrowotne (diagnoza)
- leczenie lub zabieg, które będziesz przechodził
- jakie lekarstwa i w jaki sposób masz zażywać

Podajemy tutaj dobre sposoby zadawania pytań:

- “Co powinienem robić jak wrócę do domu?”
- “Co powiedzieć rodzinie o wymaganej opiece?”
- “Czy mógłbyś powiedzieć mi coś więcej o moim medycznym problemie?”
- “Na czym polega to badanie albo ta kuracja?”
- “Jaki jest cel tego badania lub kuracji?”
- “Czy są jakieś inne możliwości?”
- “Jak mam się przygotować?”

2



Powiedz członkowi zespołu medycznego o swoich przebytych chorobach i obecnym stanie zdrowia.

Ty wiesz najlepiej o swoim stanie zdrowia. Powiedz członkom twojego zespołu medycznego jak najwięcej, nawet jeśli myślisz, że już o tym wiesz, lub uważasz, że nie jest to ważne.

Powiedz im czy:

- nie czujesz się dobrze teraz lub byłeś niedawno chory
- zażywałeś jakieś lekarstwa
- miałeś operację lub niedawno przebywałeś w szpitalu
- byłeś u innego lekarza lub gdzie indziej szukałeś opieki lekarskiej
- masz przewlekłą chorobę, taką jak cukrzyca lub choroba serca
- są w rodzinie przypadki takiej choroby jak nadciśnienie, astma lub rak
- używałeś lub używałeś tytoń, narkotyki, lub alkohol

3



Zabierz wszystkie swoje leki kiedy będziesz szedł do szpitala lub na wizytę lekarską.

Niektóre lekarstwa łączą się z innymi w Twoim organizmie i powodują złe reakcje Dla Twojego bezpieczeństwa, twój zespół medyczny musi wiedzieć o wszystkim czego zażywasz Dotyczy to lekarstw, które Ci lekarz przepisał. Dotyczy to także leków jakie kupujesz, takich jak:

- witaminy
- zioła lub leki ziołowe
- suplementy odżywcze
- “OTC” lub bezreceptowe leki, które kupujesz w aptece

Idąc do szpitala lub na wizytę lekarską, włóż wszystkie swoje lekarstwa do torby i zabierz ze sobą. Zawsze trzymaj lekarstwa w oryginalnym opakowaniu.

Jeśli nie możesz przynieść ze sobą lekarstw, dobrze jest sporządzić listę wszystkich leków jakie zażywasz. Uaktualniaj tę listę i weź ją ze sobą kiedy będziesz szedł do szpitala lub na wizytę lekarską. Twój lekarz lub aptekarz mogą pomóc ci sporządzić taką listę.