



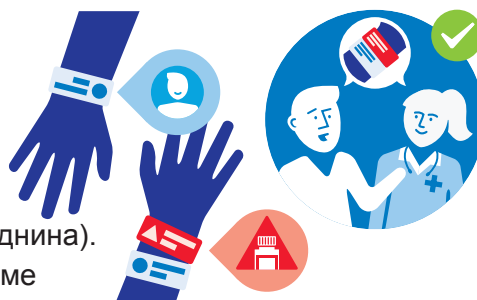
8 едноставни чекори што ќе ве чуваат безбедни додека престојувате во болница

Имате право на здравствена нега што е:

- **Полна со почит**
- **Пресретлива**
- **Безбедна**

1 За вас

- Известете нè ако која и да било од вашите лични информации е погрешна (лентата за идентификација, домашната адреса, општиот лекар или најблискиот роднина).
- Кажете ни ако имате некакви алергии и ние ќе ви дадеме црвена лента за идентификација.



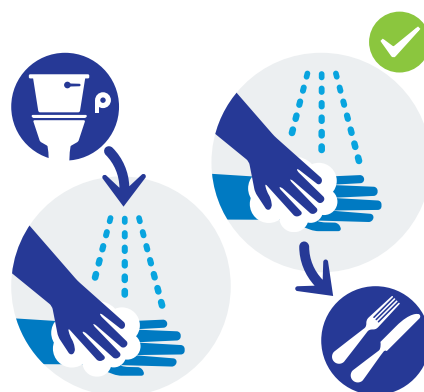
2 Вашите лекови

- Кажете ни ако не разбирате за што служи вашиот лек или ако сте имале лоша реакција на некој лек.
- Зборувајте со вашиот лекар, медицинска сестра или аптекар за сè што можеби ве загрижува.
- Прашајте за сите можни несакани дејства.
- Ако вашиот лек го променил изгледот, на пример, формата или бојата, зборувајте со вашиот тим за здравствена нега за да дознаете што ја предизвикало промената.



3 Спречување на инфекција

- Измијте си ги рацете пред и по одењето во клозет, и пред секој оброк.
- Не колебајте се да ги прашате членовите на персоналот за здравствена нега дали си ги измиле рацете пред да имаат контакт со вас.
- Кажете ни ако имате пролив или ако повраќате.



4 Спречување на падови

- Носете чевли со врвци или чевли што добро прилегуваат кон стапалата, или пак влечки со гумени ѓонови.
- Користете ги вашите помагала за одење како што ве советувале.
- Ако ви треба помош, побарајте ја од некој член на нашиот пријателски расположен персонал.



5 Спречување на згрутчување на крвта

- Носете ги болничките чорапи ако ви било советувано така.
- Обидете се да се движите колку што можете почесто.
- Обидете се да правите едноставни вежби за нозете и за глуждовите.
- Пијте течности како што ви било препорачано.
- Земајте апчиња или инјекции што ја проретчуваат крвта, како што ви советувал вашиот лекар.



6 Рани од долго неподвижно лежење

- Ако можете, обидете се да останете подвижни – дури и в кревет. Повикајте нè ако чувствувате неугодност.
- Ние со задоволство ќе ви помогнеме да си ја смените положбата, а може да ви дадеме и специјален душек или пернице за потпора.



7 Ве загрижува ли нешто?

- Ние сме тука за да ви помогнеме – разговарајте со нас ако нешто ве загрижува во врска со вашето лекување.
- Може да го кажете вашето мислење во текот и по вашиот престој во болница, лично, во писмена форма или преку интернет.



8 Излегување од болница

Пред да излезете од болница, проверете дали:

- го имате вашето отпусно писмо
- ги имате вашите лекови/рецепти и дали ви е објаснето за нив
- знаете кај кого да се јавите ако имате прашања или ако нешто ве загрижува
- знаете кога ви е закажан следниот преглед.

