

## Prevenzione degli emboli

Se siete in ospedale il rischio di sviluppare un embolo in una gamba o in un polmone è maggiore del solito. Per via di questo, è importante che continuiate a muovervi intanto che siete a letto.

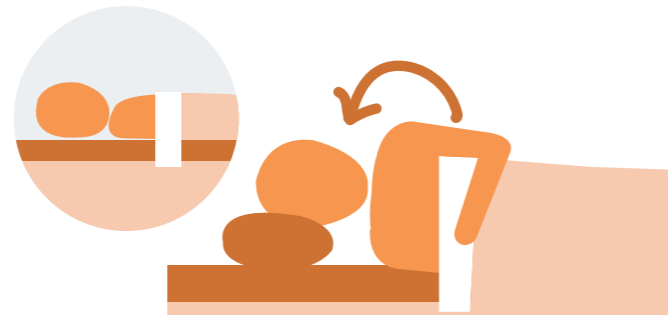
- Cercate di muovere le gambe e le caviglie anche quando siete a letto.
- Bevete liquidi secondo le indicazioni.
- Assumete tutti i farmaci o le iniezioni secondo le indicazioni.
- Vi può essere chiesto di indossare calze di compressione.
- Vi può essere richiesto di usare pompe a pedale.



## Prevenzione delle lesioni da compressione

Le lesioni da compressione (piaghe da decubito) sono aree localizzate di lesioni cutanee o dei tessuti sottostanti, causate giacendo nella stessa posizione per troppo tempo oppure dalla pelle che striscia contro un'altra superficie. È importante che continuiate a muovervi quando siete a letto per contribuire a ridurre il rischio delle lesioni da compressione.

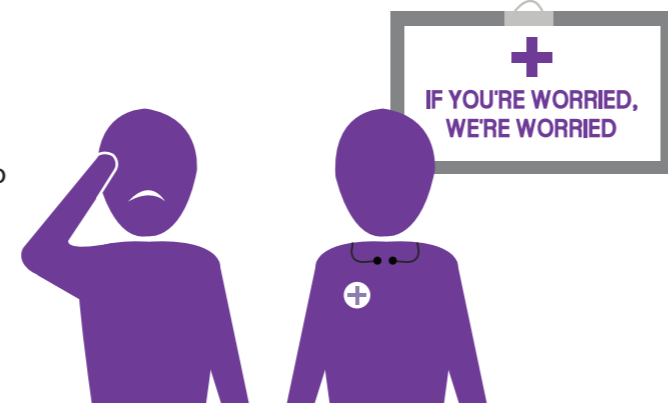
- Se potete, cercate di continuare a muovervi, anche a letto, e chiamateci se siete scomodi.
- Siamo molto lieti di aiutarvi a cambiare posizione, e possiamo fornirvi un materasso o un cuscino speciale per supporto.
- Mantenete la pelle e le lenzuola asciutte e informate lo staff se le lenzuola sono umide.



## Se siete preoccupati, siamo preoccupati anche noi

• Ci rendiamo conto che la vostra famiglia e gli amici vi conoscono meglio di noi. Se essi notano qualcosa e se ne preoccupano vorremmo che ci informassero così che possiamo lavorare insieme per assicurare che ricevete le migliori cure possibili.

• Fate riferimento al manifesto "Se siete preoccupati, siamo preoccupati anche noi".



## Lasciare l'ospedale

Prima di lasciare l'ospedale, chiedete alla vostra infermiera quanto segue:

- Il foglio di dimissioni (o la lettera per il vostro medico di famiglia/GP).
- I vostri farmaci e assicuratevi che vi sono stati spiegati.
- Chi contattare se avete domande o problemi.
- La data e l'ora del vostro appuntamento di controllo se ne avrete bisogno.



Date developed: June 2015  
Date reviewed: Aug 2019  
Expiry date: Aug 2021

# Quello che è importante per voi è importante per noi

## Come evitare rischi durante la vostra degenza in ospedale



Se avete bisogno di un interprete, chiedetelo a un membro dello staff.



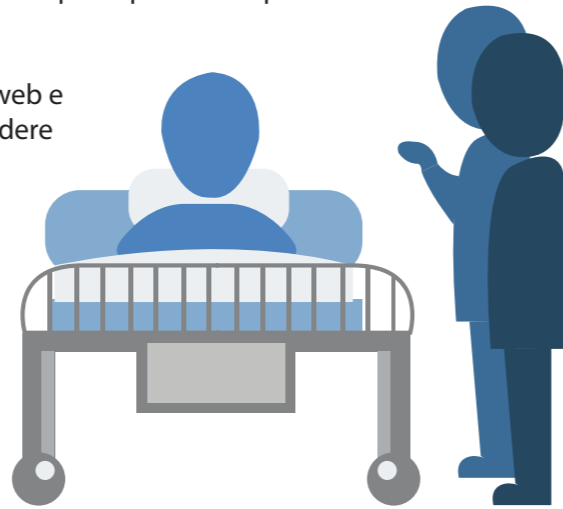
## Collaborazione nel trattamento

Sapevate che quando lo staff dell'ospedale lavora insieme ai pazienti e alla vostra famiglia per sviluppare il vostro programma di assistenza, vi fornisce la migliore assistenza possibile? Ci piace pensare a questo come a un'assistenza in compartecipazione con voi.

Le informazioni su questa collaborazione sono disponibili sul nostro sito web e nelle aree destinate ai pazienti. Vi vengono spiegati i vostri diritti nel prendere decisioni sul vostro trattamento, come pure le vostre responsabilità.

Noi rispettiamo i vostri valori, le preferenze, le esigenze espresse, quello in cui credete, le esigenze culturali, la vostra situazione familiare e lo stile di vita.

La vostra sicurezza fisica ed emotiva è importante. Vi preghiamo di informarci se non vi sentite sicuri per qualsiasi motivo.



## Coinvolgervi nelle decisioni circa il vostro trattamento

• Potete aspettarvi di avere un'infermiera che vi controlla ogni ora.

• Il nostro staff discuterà regolarmente il vostro trattamento con voi, con la vostra famiglia o chi si prende cura di voi, a seconda della situazione durante la degenza in ospedale.

• Il vostro medico, o infermiera e altri professionisti sanitari prenderanno decisioni insieme a voi circa il vostro trattamento.

• Lo scambio di personale potrà avvenire durante le visite in corsia, in occasione del cambio di turno del personale, oppure quando vi trasferite da un'area ad un'altra.

• Vi preghiamo di chiedere che cosa dice il vostro medico, o l'infermiera o il professionista sanitario qualora non ne foste sicuri.



## Identificazione del paziente

Assicurarsi che viene fornito il trattamento corretto al paziente corretto è una componente essenziale di un'assistenza sanitaria priva di rischi.

• Vi verrà dato un bracciale di identificazione da indossare durante la vostra degenza. Lo staff vi chiederà di vedere il bracciale di identificazione prima di somministrarvi ogni farmaco o trattamento.

• Questo bracciale di solito è bianco ma se avete allergie o altri rischi sanitari vi daremo da indossare un bracciale di identificazione rosso.

• Vi preghiamo di farci sapere se qualcuno dei vostri dati personali è incorretto o dev'essere aggiornato.



## Prevenire le infezioni

Durante una degenza in ospedale è possibile prendere un'infezione durante una degenza in ospedale che potrebbe complicare il vostro trattamento. Tra i modi per ridurre il rischio che questo succeda si include:

- Lavarsi le mani prima e dopo aver usato il gabinetto e prima di ogni pasto.
- Non esitare a chiedere allo staff se si sono lavati le mani o se hanno usato il gel disinfettante prima di ogni contatto con voi.
- Se vi siete sentiti poco bene, per esempio per diarrea o vomito, ditcelo.
- Informate la vostra infermiera se il vostro letto o il bagno è sporco.



## I vostri farmaci

I farmaci sono la forma più comune di trattamento usato nell'assistenza sanitaria e ci sono dei rischi associati ai farmaci. Per aiutarvi a ridurre il rischio di problemi con i farmaci:

- Informateci sulla vostra salute e i farmaci che avete assunto a casa, includendo quelli senza obbligo di ricetta o i farmaci complementari tipo le vitamine o i rimedi di erbe medicinali.
- Fateci sapere se avete avuto una reazione allergica o un effetto collaterale in seguito a farmaci assunti in passato.
- Chiedeteci di spiegarvi gli effetti secondari di ogni nuovo farmaco e che cosa fare quando andate a casa.
- Discutete col vostro medico o con l'infermiera o col farmacista ogni preoccupazione che avete.



## Evitare le cadute

Le cadute in ospedale possono accadere per via dell'ambiente poco familiare, quando non vi sentite bene e quando assumete certi farmaci.

- Chiedete informazioni all'infermiera e al medico sul rischio che correte di cadere e per avere una strategia preventiva per le cadute individuali.
- "Chiamate, non cadete". Se avete bisogno di assistenza quando vi muovete o camminate, vi preghiamo di chiedere allo staff di aiutarvi e di aspettare fino a quando arrivano per aiutarvi.
- State attenti ai pericoli che potrebbero causare una caduta tipo liquidi o ingombri per terra, e avvertitene prontamente lo staff.
- Datevi tempo quando vi alzate da seduti o da sdraiati e informate lo staff se vi sentite poco bene o instabili sulle gambe.
- Indossate scarpe antiscivolo comode che calzino bene. Se in ospedale non avete scarpe che calzino bene chiedete all'infermiera che vi dia un paio di calze antiscivolo.

