

Ngăn ngừa đông máu

Nếu bạn đang nằm viện thì nguy cơ bị cục máu đông ở chân hoặc phổi của bạn cao hơn nhiều so với bình thường. Vì lý do này nên điều quan trọng là cần tiếp tục di chuyển trong khi vẫn nằm trên giường.

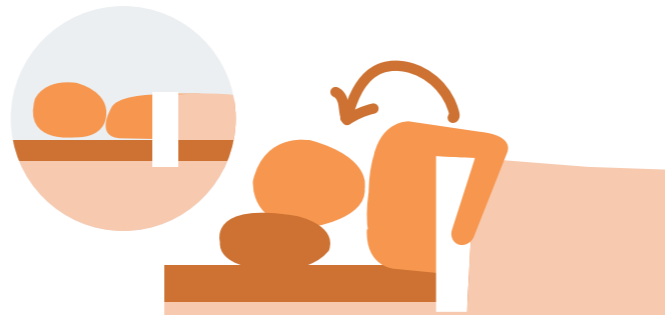
- Cố gắng di chuyển chân và mắt cá chân ngay cả khi bạn đang nằm trên giường.
- Uống nhiều chất lỏng như lời khuyên.
- Dùng mọi thuốc viên hoặc chích như hướng dẫn.
- Bạn có thể được yêu cầu mang vớ y khoa.
- Bạn có thể được yêu cầu phải dùng máy bơm chân.



Ngăn ngừa thương tích do áp lực

Thương tích do áp lực (vết lở do nằm giường lâu) là những vùng da hoặc mô dưới da bị tổn hại xuất hiện do nằm yên một chỗ quá lâu hoặc da của bạn bị cọ xát với một bề mặt khác. Điều quan trọng là cần tiếp tục di chuyển trong khi vẫn nằm trên giường để giúp làm giảm nguy cơ bị thương tích do áp lực.

- Nếu bạn có thể, cố gắng di chuyển thường xuyên, thậm chí khi nằm trên giường, và hãy gọi chúng tôi nếu cảm thấy không thoải mái.
- Chúng tôi rất vui được giúp bạn thay đổi tư thế, và có thể cung cấp một tấm nệm hoặc đệm đặc biệt để hỗ trợ.
- Giữ cho da và giường khô ráo và báo cho nhân viên biết nếu giường bị ẩm ướt.



Nếu bạn lo ngại thì chúng tôi cũng lo ngại

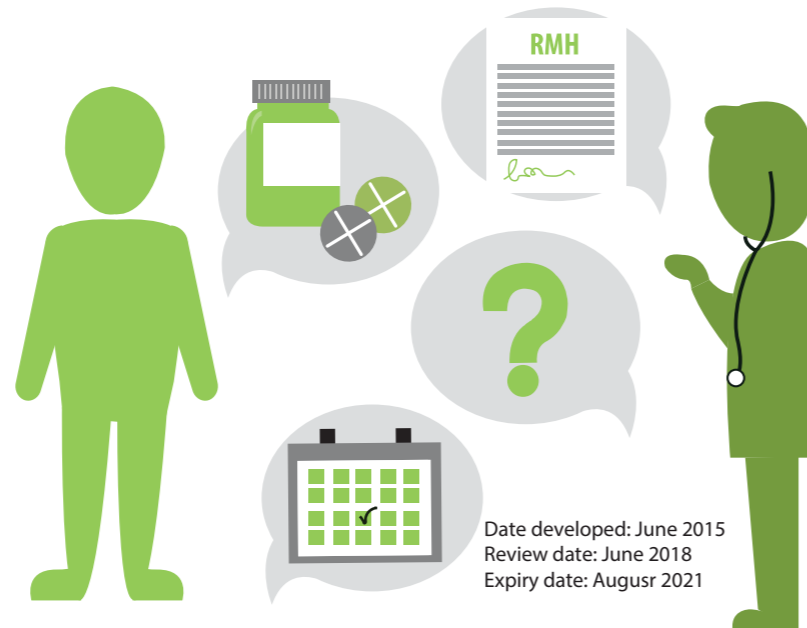
- Chúng tôi hiểu rằng gia đình và bạn bè của bạn biết về bạn rành hơn chúng tôi. Nếu họ nhận thấy một cái gì đó gây lo ngại thì chúng tôi mong họ báo cho chúng tôi biết để chúng tôi có thể cùng phối hợp đảm bảo rằng bạn được điều trị tốt nhất có thể.
- Mời bạn tham khảo áp phích "Nếu bạn đang lo ngại thì chúng tôi cũng lo ngại".



Xuất viện

Trước khi rời bệnh viện, hãy hỏi y tá về những điều sau đây:

- Thư xuất viện của bạn (hoặc thư gửi cho bác sĩ gia đình/GP của bạn).
- Thuốc của bạn và đảm bảo rằng bạn được giải thích cặn kẽ về thuốc.
- Cần liên lạc với ai nếu bạn có bất kỳ câu hỏi hoặc lo ngại gì.
- Ngày giờ (những) cuộc hẹn tiếp theo của bạn nếu bạn cần.



Date developed: June 2015
Review date: June 2018
Expiry date: August 2021

Điều gì quan trọng với bạn cũng chính là điều quan trọng với chúng tôi

Làm sao để duy trì an toàn trong khi bạn nằm viện



Nếu bạn cần một thông dịch viên, vui lòng báo cho nhân viên chúng tôi biết.



Hợp tác trong việc chăm sóc

Bạn có biết rằng khi nhân viên bệnh viện cùng với bệnh nhân và gia đình xây dựng kế hoạch chăm sóc cho bạn, mục đích là đem lại chế độ chăm sóc tốt nhất có thể? Chúng tôi muốn xem đó là việc vừa chăm sóc cho bạn vừa hợp tác với bạn.

Thông tin về việc hợp tác này là có đăng trên website của chúng tôi và có để trong khu vực bệnh nhân. Thông báo này giải thích rõ quyền lợi cũng như trách nhiệm của bạn trong quá trình ra quyết định về việc điều trị.

Chúng tôi tôn trọng các giá trị, ưu tiên, nhu cầu đã nêu rõ, niềm tin, nhu cầu văn hóa, hoàn cảnh gia đình và lối sống của bạn.

An toàn thể chất và tình cảm của bạn là điều rất quan trọng. Xin vui lòng cho chúng tôi biết nếu bạn cảm thấy không an toàn vì bất kỳ lý do nào.



Mời bạn tham gia vào việc ra quyết định về chế độ chăm sóc cho bạn

- Bạn có quyền được y tá đến hỏi thăm bạn mỗi giờ một lần.
- Nhân viên của chúng tôi sẽ thường xuyên thảo luận về chế độ chăm sóc với bạn, gia đình hoặc người chăm sóc của bạn, sao cho phù hợp trong thời gian nằm viện.
- Bác sĩ, y tá và các chuyên viên y tế khác sẽ cùng với bạn ra quyết định về chế độ chăm sóc cho bạn.
- Việc bàn giao có thể xảy ra trong vòng phườn, ở điều dưỡng thay đổi thay đổi, hoặc khi bạn di chuyển từ vùng này sang vùng khác.
- Hãy yêu cầu nếu bạn không chắc chắn những gì bác sĩ, y tá hoặc chuyên gia y tế nói.



Nhận dạng bệnh nhân

Đảm bảo chế độ chăm sóc phù hợp cho đúng đối tượng bệnh nhân là nội dung thiết yếu của việc chăm sóc y tế an toàn.

- Bạn sẽ được trao một vòng đeo để nhận dạng trong suốt thời gian nằm viện. Nhân viên sẽ yêu cầu xem vòng đeo của bạn trước khi cho bạn sử dụng bất kỳ loại thuốc hoặc chế độ điều trị nào.
- Vòng đeo này thường là màu trắng nhưng nếu bạn bị dị ứng hoặc có các cảnh báo y tế khác thì chúng tôi sẽ cho bạn vòng đeo màu đỏ để nhận dạng.
- Vui lòng cho chúng tôi biết nếu có bất kỳ thông tin cá nhân của bạn bị sai sót hoặc cần được cập nhật.



Phòng ngừa nhiễm trùng

Rủi ro có thể bị nhiễm trùng trong khi nằm viện có thể khiến cho việc chăm sóc bạn trở nên phức tạp hơn. Nhiều cách để giảm nguy cơ xảy ra điều này bao gồm:

- Rửa tay trước và sau khi đi vệ sinh và trước mọi bữa ăn.
- Đừng ngại hỏi nhân viên của chúng tôi xem họ đã rửa tay hoặc sử dụng gel rửa sạch tay chưa trước khi chạm vào bạn.
- Hãy cho chúng tôi biết nếu bạn không được khỏe, ví dụ như bị tiêu chảy hoặc nôn mửa.
- Hãy cho y tá biết nếu khu vực giường hoặc phòng tắm của bạn bị bẩn.



Thuốc của bạn

Thuốc là cách điều trị phổ biến nhất được sử dụng trong chăm sóc sức khỏe và có nhiều nguy cơ liên quan đến thuốc. Để giúp giảm nguy cơ bị các vấn đề về thuốc của bạn:

- Hãy cho chúng tôi biết về tình hình sức khỏe của bạn và mọi loại thuốc bạn đang dùng ở nhà, kể cả các loại thuốc không cần bác sĩ kê toa hoặc thuốc bổ sung ví dụ như vitamin hoặc thảo dược.
- Hãy cho chúng tôi biết nếu bạn đã từng bị dị ứng hoặc phản ứng phụ với bất kỳ loại thuốc nào trong quá khứ.
- Hãy hỏi về những tác dụng phụ có thể xảy ra của mọi loại thuốc mới và điều cần làm khi bạn về nhà.
- Nói chuyện với bác sĩ, y tá hoặc dược sĩ về mọi điều bạn quan tâm.



Phòng ngừa té ngã

Té ngã trong bệnh viện có thể xảy ra do môi trường chưa quen thuộc, khi bạn cảm thấy không được khỏe và khi bạn đang dùng một số thuốc nhất định.

- Hãy hỏi y tá và bác sĩ về nguy cơ bị té ngã và xin kế hoạch cá nhân về phòng ngừa té ngã.
- “Hãy gọi, chứ đừng để bị té”. Nếu bạn cần được giúp khi di chuyển hoặc đi lại, hãy yêu cầu nhân viên đến giúp và chờ cho đến khi họ đến giúp bạn.
- Xem chừng các mối nguy hiểm có thể gây té ngã như nước đổ ra sàn nhà, đồ đạc để lộn xộn và hãy nhanh chóng báo cho nhân viên biết về điều đó.
- Dành thời gian để chậm rãi đứng lên hoặc nằm xuống từ tư thế ngồi và báo cho nhân viên biết nếu bạn cảm thấy không được khỏe hoặc đứng không vững.
- Đi giày chống trượt té loại thoải mái và vừa chân bạn. Nếu không có đôi giày nào vừa chân trong bệnh viện thì bạn hãy hỏi xin y tá vớ chống trượt.

