

Proste kroki, które zapewnią Ci bezpieczeństwo podczas pobytu w szpitalu



Zeskanuj kod QR, aby
obejrzeć tę informację
w formie wideo.



Zapewnienie bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia podczas pobytu w szpitalu jest priorytetem dla personelu opiekującego się Tobą.

Istnieje również kilka prostych rzeczy, które można zrobić, aby zapewnić sobie bezpieczeństwo podczas pobytu w szpitalu.

Poproś o pomoc, jeżeli nie rozumiesz

Powiadom personel, jeśli potrzebujesz dodatkowej pomocy w porozumiewaniu się lub potrzebujesz wsparcia ze strony przyjaciela, opiekuna lub członka rodziny.

Powiadom również personel, jeśli potrzebujesz pomocy, masz jakieś potrzeby, pytania lub wątpliwości.



Sprawdź swoją opaskę szpitalną

Jest to ważne, ponieważ opaska będzie sprawdzana przez personel, aby potwierdzić, że jesteś właściwym pacjentem przed podaniem leków lub przeprowadzeniem badań.

Jeśli któraś z informacji na opasce szpitalnej jest nieprawidłowa, należy natychmiast poinformować personel o tym fakcie.



Powiadom personel o wszelkich alergiach

Poinformuj personel, jeśli masz jakiegokolwiek alergię, np. na niektóre leki, żywność lub materiały takie jak lateks czy plastry.





Poinformuj personel o przyjmowanych lekach

Przed przyjęciem jakichkolwiek leków przyniesionych ze sobą do szpitala, w tym leków przeciwbólowych, witamin lub suplementów diety, należy poinformować o tym personel szpitala.

Jest to ważne, ponieważ czasami mogą one reagować z nowymi lekami lub metodami leczenia, które możesz otrzymać w szpitalu.

Poinformuj również personel, czy masz jakieś medyczne karty ostrzegawcze lub czy korzystasz z jakichkolwiek urządzeń, np. pompy insulinowej.

Pytaj, jeśli nie rozumiesz zasad działania przyjmowanych leków

Zapytaj członka personelu:

- jeśli nie rozumiesz, do czego służą nowe leki i dlaczego musisz je przyjmować
- jeśli masz pytania dotyczące wystąpienia ewentualnych skutków ubocznych.





Podjmij kroki, aby zapobiec powstawaniu zakrzepów krwi

- Jeśli jesteś w stanie, wychodź na krótkie spacerki.
- Wykonuj proste ćwiczenia nóg i stawów skokowych.
- Pij dużo wody lub innych płynów, chyba że personel zalecił Ci, abyś tego nie robił.
- Może również zaistnieć potrzeba podawania zastrzyków w celu rozrzedzenia krwi.

Zapobieganie powstawaniu odleżyn

- Regularnie zmieniaj pozycję w łóżku.
- Poproś personel o pomoc w poruszaniu się, jeśli sprawia Ci to trudność.
- Personel może również zapewnić Ci specjalistyczny materac lub poduszkę, jeśli ich potrzebujesz.



Ochrona przed poślizgnięciami i upadkami

Podczas chodzenia po szpitalu:

- należy nosić odpowiednie obuwie, takie jak dopasowane kaptcie lub buty z gumową podeszwą, np. tenisówki
- należy używać sprzętu pomocniczego do chodzenia, którego zwykle używasz
- należy nosić okulary i aparaty słuchowe, jeśli się je posiada
- w przypadku konieczności uzyskania pomocy należy zwrócić się do personelu.





Pomoc w zapobieganiu infekcjom

- Zawsze myj ręce po wyjściu z toalety i przed wszystkimi posiłkami.
- Pytaj personel i osoby odwiedzające, czy umyli lub odkazili ręce przed kontaktem z Tobą.
- Natychmiast poinformuj personel, jeśli masz biegunkę lub wymioty.
- Powiadom personel, jeśli podłączone do Ciebie rurki lub igły okazały się niewygodne.

... a gdy nadejdzie czas powrotu do domu

Upewnij się, że:

- rozumiesz, kiedy otrzymasz wypis ze szpitala i informacje o wszelkich wizytach kontrolnych
- otrzymałeś wszelkie leki do przyjmowania w domu; wiesz, do czego służą i jak je przyjmować
- wiesz, z kim możesz się skontaktować w razie jakichkolwiek pytań dotyczących dalszego leczenia lub postępowania.

Pamiętaj, że personel opiekujący się Tobą w szpitalu jest po to, żeby Ci pomóc i zapewnić Ci bezpieczeństwo oraz dobre samopoczucie.

Chcemy, abyś był partnerem w procesie leczenia, więc po prostu zapytaj, jeśli masz jakiegokolwiek pytania, obawy lub wątpliwości.



Zeskanuj kod QR,
aby przeczytać te
informacje w innym
języku.

**Niniejsza ulotka została opracowana przez Krajowy Zespół ds.
Bezpieczeństwa Pacjentów NHS England**

Numer referencyjny zatwierdzenia publikacji: B1288_i
Data publikacji: październik 2022 r.