

Passos simples para garantir a sua segurança durante a sua hospitalização



Digitalize o código QR para ver esta informação em vídeo.



Mantê-lo em segurança e a salvo enquanto estiver hospitalizado é uma prioridade para os funcionários que cuidam de si.

Existem também algumas coisas simples que pode fazer para se manter em segurança durante a sua hospitalização.

Peça ajuda se não perceber

Informe os funcionários se precisar de ajuda adicional na comunicação, ou se precisar do auxílio de um amigo, cuidador ou membro da família.

Avise também os funcionários caso precise de assistência, tenha quaisquer necessidades, ou se tiver perguntas ou dúvidas.



Verifique a pulseira hospitalar

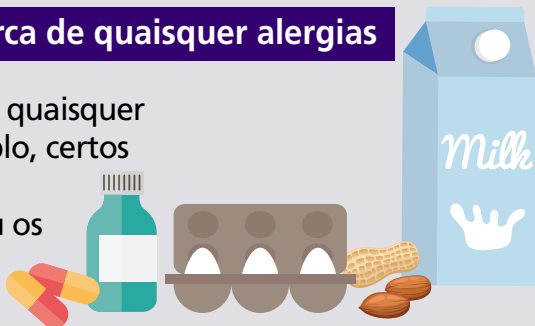
Este aspeto é importante porque a sua pulseira será verificada pelos funcionários a fim de confirmarem que é o doente correto antes de lhe administrarem a medicação ou efetuarem exames.

Informe imediatamente alguém se qualquer das informações na pulseira hospitalar estiver errada.



Informe o pessoal acerca de quaisquer alergias

Informe o pessoal se tiver quaisquer alergias, como por exemplo, certos fármacos, alimentos ou materiais como o látex ou os gessos.





Informe os funcionários acerca dos fármacos que está a tomar

Informe um dos funcionários antes de tomar quaisquer fármacos que tenha trazido consigo para o hospital, incluindo quaisquer analgésicos, vitaminas ou suplementos.

Isto é importante porque, por vezes, podem reagir com os novos fármacos ou tratamentos que lhe possam ser administrados no hospital.

Informe também os funcionários se tiver algum cartão de alerta médico ou se utilizar algum dispositivo, por exemplo, uma bomba de insulina.

Questione caso não tenha compreendido os seus fármacos

Pergunte a um dos funcionários:

- Se não compreende para que servem quaisquer novos fármacos e porque necessita de os tomar
- Se tiver dúvidas acerca de possíveis efeitos secundários.





Tome medidas, a fim de prevenir coágulos hematológicos

- Faça pequenas caminhadas, se for capaz de o fazer.
- Faça exercícios de pernas e tornozelos simples.
- Beba muita água, ou outros líquidos, a menos que os funcionários lhe tenham dito para não o fazer.
- Poderá também necessitar de fazer injeções para diluir o seu sangue.

Prevenção de úlceras causadas por pressão

- Mude regularmente de posição na cama.
- Peça aos funcionários que o ajudem a mudar de posição se tiver dificuldade.
- Os funcionários podem também arranjar-lhe um colchão ou almofada especial, se precisar deles.



Proteja-se de escorregadelas e quedas

Ao andar pelo hospital:

- Use o calçado correto, tais como pantufas confortáveis ou sapatos com sola de borracha, tais como ténis
- Use a ajuda para caminhar que normalmente usa
- Use os seus óculos e os seus aparelhos auditivos, se os tiver
- Peça ajuda a um dos funcionários caso necessite de apoio.





Ajude a prevenir infeções

- Lave sempre as mãos após a ida à casa de banho e antes de todas as refeições.
- Pergunte aos funcionários e às visitas se lavaram ou desinfetaram as mãos antes de entrarem em contacto consigo.
- Informe imediatamente os funcionários se tiver diarreia ou vómitos.
- Informe os funcionários caso algum tubo ou agulhas ligadas a si se tornem desconfortáveis.

...e quando chegar o momento de voltar a casa

Assegure-se de que:

- Saiba quando irá receber a carta de alta hospitalar e eventuais consultas de acompanhamento
- Foram-lhe receitados alguns fármacos para tomar em casa; e sabe para que servem e como tomá-los
- Saiba quem contactar se tiver alguma pergunta acerca dos seus tratamentos ou acompanhamentos.

Lembre-se, os funcionários que cuidam de si no hospital estão lá para o ajudar e para o manter seguro e a salvo.

Queremos que seja um parceiro nos seus tratamentos, por isso basta perguntar-lhe se tem alguma dúvida, apreensão ou preocupação.



**Digitalize o código
QR para ler esta
informação num
idioma diferente.**

**Este prospecto foi produzido pela NHS National
Patient Safety Team do Reino Unido.**

Referência da aprovação da publicação: B1288_i
Data de publicação: outubro 2022 (Page 1)