

Please note that the following document was created by the former Australian Council for Safety and Quality in Health Care. The former Council ceased its activities on 31 December 2005 and the Australian Commission on Safety and Quality in Health Care assumed responsibility for many of the former Council's documents and initiatives. Therefore contact details for the former Council listed within the attached document are no longer valid.

The Australian Commission on Safety and Quality in Health Care can be contacted through its website at <http://www.safetyandquality.gov.au/> or by email mail@safetyandquality.gov.au

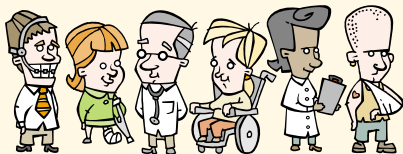
Note that the following document is copyright, details of which are provided on the next page.

The Australian Commission on Safety and Quality in Health Care was established in January 2006. It does not print, nor make available printed copies of, former Council publications. It does, however, encourage not for profit reproduction of former Council documents available on its website.

Apart from not for profit reproduction, and any other use as permitted under the Copyright Act 1968, no part of former Council documents may be reproduced by any process without prior written permission from the Commonwealth available from the Attorney General's Department. Requests and inquiries concerning reproduction and rights should be addressed to Commonwealth Copyright Administration, Attorney General's Department, Robert Garran Offices, National Circuit, Barton ACT 2600 or posted at <http://www.ag.gov.au/cca>

Ograniczanie czynników ryzyka

w systemie opieki zdrowotnej –
10 dobrych rad



Niniejszy dodatek został przygotowany przez Australijską Radę Na Rzecz Bezpieczeństwa i Jakości Służby Zdrowia, która została założona przez Rząd Federalny, Stanowy i Terytorialny w celu zredukowania czynników ryzyka w służbie zdrowia w Australii. 10 Dobrych Rad* może pomóc ci w zaangażowaniu się we własne leczenie. Pytania, które warto zadać pracownikowi służby zdrowia znajdują się w książeczce o nazwie „Ograniczanie czynników ryzyka w systemie opieki zdrowotnej – 10 dobrych rad”.

* Niniejsze porady zostały zaadoptowane z arkuszy informacyjnych Amerykańskiej Agencji Na Rzecz Badań Naukowych i Jakości Służby Zdrowia (dostępnych pod adresem www.ahrq.gov/consumer).

1 Bierz czynny udział w swoim leczeniu

Bierz udział w podejmowaniu każdej decyzji, co pomoże w wyeliminowaniu problemów i dostosowaniu leczenia do twoich potrzeb.

2 Otwarcie poruszaj wszelkie kwestie i zadawaj pytania

Zadawaj pytania.

Odpowiedzi, które otrzymujesz powinny być dla Ciebie zrozumiałe.

Jeśli sobie życzysz, poproś o obecność członka rodziny, opiekuna lub tłumacza.

3 Zdobądź więcej informacji na temat swojej choroby

Postaraj się o uzyskanie wiarygodnych informacji

Zapytaj pracownika służby zdrowia:

- Na co powinienem zwrócić szczególną uwagę?
- Powiedz mi coś więcej na temat mojej choroby, badań i leczenia?
- Na czym polegają i w jaki sposób pomogą mi badania i leczenie?
- Na czym polegają czynniki ryzyka i konsekwencje niepodjęcia leczenia?

4 Spisz listę wszystkich zażywanych leków

Pamiętaj o zapisaniu:

- leków wydawanych na receptę, leków dostępnych w wolnej sprzedaży oraz środków komplementarnych (na przykład ziół i witamin).
- informacji na temat ewentualnego uczulenia na leki.

5 Upewnij się, że znasz działanie zażywanych leków

Zapoznaj się z etykietką na leku, w tym z przeciwwskazaniami.

Upewnij się, że jest to właściwy lek przepisany przez lekarza

Zapytaj o:

- dawkowanie leku
- ewentualne skutki uboczne lub wpływ na inne leki
- jak długo będziesz musiał ten lek zażywać

6 Odbierz wyniki wszelkich badań i zabiegów

Zadzwoń do lekarza, aby dowiedzieć się o wyniki.

Zapytaj, co one oznaczają w odniesieniu do leczenia.

7 Przedyskutuj plan leczenia przed przyjęciem do szpitala

Zapytaj:

- Czy wykonanie zabiegu jest pilne?
- Czy istnieje możliwość wykonania operacji lub zabiegu w ciągu jednego dnia?

8 Upewnij się, że rozumiesz, na czym polega zabieg lub operacja, jeśli zaistnieje konieczność jej wykonania

Zapytaj:

- Na czym dokładnie polega zabieg i jakie są czynniki ryzyka z nim związane?
- Czy istnieją inne sposoby leczenia lub uporania się z chorobą?
- Ile wynioszą koszty operacji?

Poinformuj pracownika służby zdrowia o ewentualnych uczuleniach lub reakcjach na narkozę lub jakiegokolwiek inny lek.

9 Dopilnuj, aby wszyscy, to znaczy ty sam, twój lekarz oraz chirurg zgodzali się dokładnie co do planu operacji

Tuż przed operacją potwierdź, jaka operacja zostanie wykonana i w którym miejscu.

10 Przed wyjściem ze szpitala poproś lekarza lub innego pracownika służby zdrowia o wyjaśnienie planu leczenia w domu

Upewnij się, że zaznajomiłeś się z dalszym leczeniem, lekami oraz opieką poszpitalną.

Zgłoś się do lekarza rodzinnego jak najszybciej po wyjściu ze szpitala.

Bliższych informacji na temat Rady Na Rzecz Bezpieczeństwa i Jakości lub aby otrzymać dodatkowe egzemplarze książeczki Ograniczanie czynników ryzyka w systemie opieki zdrowotnej – 10 dobrych rad można uzyskać pod numerem (02) 6289 4244 lub na witrynie internetowej www.safetyandquality.org