



## تعاونوا على علاج آمن من أجلكم

نرغب في سماع ذلك منكم إذا كنتم تظنون أن شيئاً ما قد كان عن طريق الخطأ. ناقشوا إذن هذا مع مقدم المساعدة واطرحوا السؤال:

- مالذي حدث؟
- كيف حدث ذلك؟
- ما هي العواقب، الآن وفي المستقبل؟
- مالذي يتم القيام به من أجل ذلك؟

1.

قدموا لمقدم الرعاية الخاص بكم كل المعلومات حول صحتكم. حضرُوا أنفسكم جيداً للمقابلة مع مقدم الرعاية. ضعوا أسئلة محتملة على الورق. أبلغوا مقدم المساعدة بما تشعرون. وضخوا ما تتوقعونه من مقدم المساعدة الخاص بكم. قوموا بالإشارة إلى الذي يقلقكم.

2.

قوموا بالإشارة إلى الشيء الذي لم تفهمونه. عبروا عن نفسكم إذا كان شيئاً غير واضح أو إذا كنتم غير متأكدين من شيء ما. إحرصوا على أن يتم إرشادكم جيداً إذا تم وصف الأدوية لكم. اطرخوا الأسئلة، مثلاً: لماذا أحصل على هذا؟ كيف علي استعماله وما هي مدة الإستعمال؟ ماهي التأثيرات الجانبية المحتملة وما يجب علي القيام به حينئذ؟

3.

ناقشوا مسار عملياتكم الجراحية (المحتملة) و/أو علاجكم (المحتمل). حضرُوا أنفسكم مع طبيبيكم جيداً للعملية. أحرصوا على أن يُعلّم طبيبيكم بقلم مدادي على جلدكم المكان الذي سوف تُجرى عليه العملية. إسألوا حول الطريقة التي عليكم تحضير أنفسكم بها (مثلاً البقاء ممسكاً على الأكل)، مدة العملية و كيف تتوقعون أن تكون حالتكم بعد العملية، إلى آخره.

4.

أكتبوا الأدوية التي تستعملونها. ضعوا قائمة لكل الأدوية التي تستعملونها (بوصفة طبيب أو بدونها) واصحبوا هذه القائمة معكم. أبلغوا دائماً، حتى إذا لم يُطلب ذلك منكم ذلك، بالأدوية التي تسبب لكم حساسية أو التي تعلمون أنها ليست فعالة لكم.

5.

إطرخوا الأسئلة إذا ظهرت الأدوية مغايرة لما كنتم تتوقعونه. اطرخوا الأسئلة إذا كان لون أو شكل الأدوية مغايراً لما كنتم تتوقعونه، مثلاً عندما تتوصلون بالأقراص عوض المرهم. إنتنبهوا أن لا تحصلوا إلا على الأدوية الخاصة بكم، عن طريق مراقبة إسمكم وتاريخ ميلادكم على البطاقة اللاصقة على سبيل المثال.

6.

اتبعوا التعليمات و النصائح بطريقة جيدة. إنتمزموا بالإتفاقات التي تعقدونها حول علاجكم مع مقدم المساعدة. استفسروا حول ما مسموح به أو غير مسموح به. أبلغوا الآخر إذا كنتم تشعرون على أنكم تحصلون على نصائح أو معلومات متناقضة. احرصوا على أن تكونوا على علم بموعد وجوب العودة من أجل المراقبة و بمن يمكنكم الإتصال به في حالة أسئلة أو مشاكل.

أسئلة و ملاحظات

---

---

---

---

---