10 råd til deg som pasient

Eigne notat

Layout: Danas design Trykk: Xxx

10 råd
til deg som pasient

kunnskapssenteret
PASIENTSIKKERHET
Nasjonal enhet for pasientsikkerhet

www.kunnskapssenteret.no/

kunnskapssenteret
PASIENTSIKKERHET
Nasjonal enhet for pasientsikkerhet

1. Informer om deg sjølv!

- Kva for medisinar du tek
- Alternativ behandling
- Anna du gjer for å betre di eiga helse

2. Spør til du skjønar!

- Om du er uroleg eller lurer på noko
- Når du ikkje veit sikkert om du har forstått helsepersonellet
- Skriv ned informasjonen du får og spørsmål du vil stille

3. Sjekk at du er deg!

- Vær sikker på at behandlinga er meint til deg
- Pass på at identiteten din blir sjekka ved utgreiingar og taking av prøver

4. Sjekk medisinen!

- Er den din?
- Kvifor skal du ta den?
- Kva verknad har den?
- Er det rett dose?

5. Pårørande kan hjelpe deg!

- Å hugse detaljar
- Å tale di sak når du sjølv ikkje har krefter

6. Få kjennskap til kva som feilar deg!

- Lær om diagnosen
- Spør om utgreiing og handsaming
- Be legen teikne med spritpenn på deg om du skal opererast

7. Sei ifrå om smerter og plager!

- Ta det omatt om naudsynt
- Be legen skrive det i rapport eller journal

8. Kva skjer etter sjukehusopphaldet?

- Kva for smerter og plager kan koma?
- Skal du gjere noko med kosthaldet?
- Kor aktiv kan du vere?

9. Når du treng akutt helsehjelp:

- Kven skal du ta kontakt med?
- Kva for informasjon treng dei?

10. Still spørsmål om kvalitet!

- Kven har ansvaret for deg?
- Kva for erfaring har dei med din sjukdom?
- Spør kven som skal operere deg og skriv det ned