



8 jednostavnih koraka kako se čuvati tijekom boravka u bolnici

Imate pravo na zdravstvenu njegu koja:

- **vas poštuje**
- **je učinkovita**
- **je sigurna**

1 O vama

- Recite nam ako je bilo što od vaših podataka pogrešno (ID narukvica, adresa, liječnik opće prakse ili najbliži od rodbine).
- Recite nam ako imate ikakvu alergiju tako da vam damo crvenu bolničku narukvicu za identifikaciju.



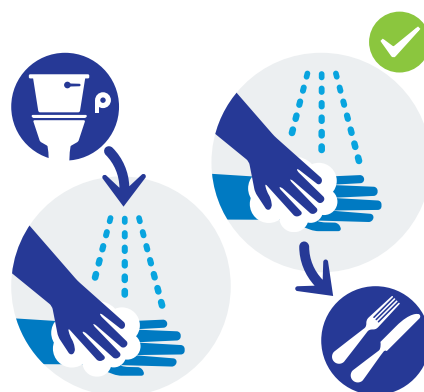
2 Vaši lijekovi

- Recite nam ako imate neku alergiju ili ako vam nije jasno za što uzimate svoj lijek.
- Porazgovarajte sa svojim liječnikom, medicinskom sestrom ili ljekarnikom ako vas bilo što brine.
- Pitajte ih o mogućim štetnim nuspojavama vaših lijekova.
- Ako kod vašeg lijeka dođe do neke promjene, npr. u obliku ili boji, provjerite kod svog zdravstvenog tima što je uzrok tog promjeni.



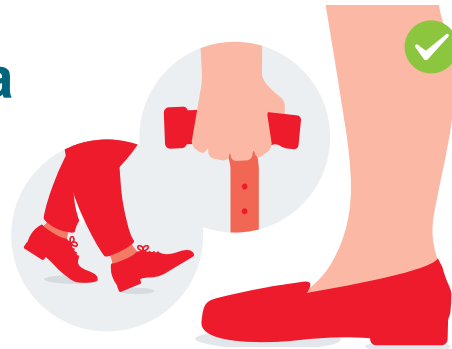
3 Sprječavanje infekcija

- Perite ruke prije i poslije odlaska u WC kao i prije svakog jela.
- Nemojte se ustručavati pitati zdravstveno osoblje koje se brine o vama jesu li oprali ruke prije kontakta s vama.
- Recite nam ako imate proljev ili ako povraćate.



4 Sprječavanje padova

- Nosite zavezane cipele ili one koje se točno vaš broj i nisu vam široke, ili kućne papuče s gumenim đonom.
- Koristite svoje/a pomagalo/a za hodanje kako vam je savjetovano.
- Ako vam treba pomoć, zamolite nekog od našeg ljubaznog osoblja.



5 Sprječavanje krvnih ugrušaka

- Nosite kompresivne bolničke čarape ako vam je tako savjetovano.
- Probajte se kretati što god češće možete.
- Probajte raditi jednostavne vježbe za noge i gležnjeve.
- Pijte tekućinu kako vam je savjetovano.
- Uzimajte tablete ili injekcije za razrjeđivanje krvi kako vam je savjetovao vaš liječnik.



6 Ranice od ležanja

- Ako možete, probajte se kretati – čak i u krevetu. Pozovite nas ako osjećate da vam je neudobno.
- Mi ćemo vam rado pomoći da promijenite položaj, a možemo vam dati i specijalni madrac ili jastuk za potporu.



7 Nešto vas brine?

- Mi smo tu da vam pomognemo – recite nam ako vas bilo što brine u vezi vašeg liječenja.
- Svoje povratne informacije možete nam dati tijekom i nakon liječenja, osobno, napismeno na papiru ili online.



8 Napuštanje bolnice

Prije nego što odete iz bolnice, pazite da:

- imate otpusno pismo
- imate svoje lijekove/recepte i da vam je sve objašnjeno
- znate kome se obratiti ako imate bilo kakvo pitanje ili vas nešto brine
- znate kada vam je zakazan sljedeći termin.

