

10 savjeta za bolju i sigurniju zdravstvenu skrb



Ovu karticu sa sažetim informacijama, pripremilo je Australsko vijeće za sigurnost i kvalitetu zdravstvene skrbi, koje je utemeljila Savezna vlada, zajedno sa vladama ostalih australskih država i teritorija, u namjeri poboljšanja sigurnosti zdravstvene skrbi u Australiji. 10 savjeta* koji se u njoj nalaze, pomoći će vam da se aktivnije uključite u brigu o vlastitom zdravlju. Dodatna pitanja koja biste mogli postaviti svome liječniku, nalaze se u brošuri pod nazivom "10 savjeta za bolju i sigurniju zdravstvenu skrb".

* Ovih 10 savjeta, u njihovom originalnom kontekstu, možete naći u informativnim listovima za pacijente, koje je pripremila američka agencija pod nazivom US Agency for Healthcare and Quality (elektronska verzija istih informativnih listova, dostupna vam je na internet stranici www.ahrq.gov/consumer).

1 Aktivno se uključite u brigu o svom zdravlju i liječenju

Da biste spriječili probleme koji se mogu javiti tijekom liječenja i osigurali si najbolju moguću zdravstvenu njegu, aktivno se uključite u donošenje svih odluka koje se tiču vašeg zdravlja.

2 Ako imate bilo kakvih pitanja ili vas nešto brine, izjasnite se

Postavljajte pitanja.

Imate pravo na odgovore koji su jasni i razumljivi.

Ako želite, možete na razgovor povesti člana obitelji, njegovatelja ili tumača.

3 Informirajte se o stanju/bolesti koja vam je dijagnosticirana i njenom liječenju

Dodite do što većeg broja pouzdanih i točnih informacija.

Svom zdravstvenom stručnjaku postavljajte pitanja poput:

- "Na što bih trebao obratiti pažnju?"
- "Molim vas da mi objasnite moju bolest, potrebne dijagnostičke testove i liječenje."
- "Na koji način će mi testovi ili preporučeni tretman pomoći, te što sve u njega ulazi?"
- "Koji su rizici mogući i što se može dogoditi ukoliko se ne podvrgnem ovoj vrsti liječenja?"

4 Vodite evidenciju o vrsti lijekova koje uzimate

Na svoju listu uključite:

- lijekove na recept, lijekove kupljene u slobodnoj prodaji, kao i alternativna sredstva, poput ljekovitog bilja i vitaminskih dodataka, i
- pojedinosti o eventualnim alergijama na lijekove

5 Informirajte se o lijekovima koje uzimate

Pročitajte uputstva koja se nalaze uz lijekove, uključujući i upozorenja.

Provjerite jesu li lijekovi koje ste dobili, isti koje vam je prepisao liječnik.

Raspitajte se o:

- uputstvima za upotrebu
- mogućim nuspojavama i kontraindikacijama, te o mogućoj interakciji s drugim lijekovima koje uzimate, i
- koliko dugo trebate uzimati lijekove

6 Raspitajte se o rezultatima dijagnostičkih testova i zahvata kojima ste se podvrgnuli

Nazovite liječnika i zamolite ga da vam ih objasni.

Pitajte ga na koji način će oni utjecati na vaše liječenje.

7 Ako morate ići u bolnicu, porazgovarajte o mogućnostima koje vam se nude

Raspitajte se:

- koliko hitno vam je bolničko liječenje potrebno
- postoji li mogućnost da se potrebna procedura ili operacija obavi ambulantno u jednom danu

8 Raspitajte se o tome što možete očekivati u slučaju da vam je potrebna operacija ili provođenje određene medicinske procedure

Pitajte:

- što će sve spadati u operaciju/proceduru i kakvi rizici su mogući
- da li je dostupna druga vrsta liječenja
- koliko će sve to koštati

Obavijestite medicinsko osoblje ako ste na bilo što alergični ili ako ste prethodno loše reagirali na anestetik ili neku drugu medikaciju.

9 Provjerite da li ste svi skupa - vi, vaš liječnik i vaš kirurg - u suglasnosti s time što će se događati tijekom operacije

Kada se datum operacije približi, potvrdite vrstu operacije koju ćete imati i mjesto na kojem će se ona provoditi.

10 Prije nego što napustite bolnicu, zamolite liječnika ili relevantno medicinsko osoblje da vam objasni kakav plan liječenja trebate slijediti kada odete kući

Dobro se informirajte o tome što sve ulazi u nastavak vašeg liječenja, koje lijekove ćete morati uzimati i kakva zdravstvena njega će vam biti potrebna nakon otpuštanja iz bolnice.

Odmah po napuštanju bolnice, porazgovarajte sa svojim liječnikom opće prakse.

Više o Vijeću za kontrolu sigurnosti i kvalitete (Safety and Quality Council), te elektronsku verziju brošure "10 savjeta za bolju i sigurniju zdravstvenu skrb", naći ćete na internet stranici Vijeća, na adresi www.safetyandquality.org ili ako nazovete broj telefona (02) 6289 4244.