

## 10

## نصائح إليك أنت المريض

## ساعدنا على العمل بطريقة أفضل



## 1. أدلي بمعلومات عن نفسك:

- هل أنت بحاجة إلى مترجم؟
- هل تتناول دواء ما؟
- أي نوع من العلاج تتلقى؟
- ماذا تفعل لكي تحسن صحتك؟

## 2. أسأل حتى تفهم

- لا تخف من طرح السؤال عدة مرات
- سجل المعلومات التي تحصل عليها والأسئلة التي ترغب في طرحها

## 3. تأكد من أن الاسم مكتوب بطريقة صحيحة

- احرص على أن تحمل الرسالة وسوار اسمك
- احرص على أن يتم التأكد من هويتك أثناء أخذ التحاليل والفحوصات

## 4. اطرح أسئلة حول الجودة

- من هو المسؤول عنك؟
- ما هي الخبرة التي يملكها المسؤول عن مرضك؟
- اسأل عن من سيقوم بعمليتك الجراحية واكتب

## 5. راقب الأدوية

- هل هي لك؟
- لماذا تتناولها؟
- ما هي فعاليتها؟
- هل تتناول الجرعة المناسبة؟

## 6. يمكن للأقارب مساعدتك

- يمكن للعائلة أن تدافع عن قضيتك إذا لم يكن لديك القدرة على ذلك
- يمكن للعائلة أن تحصل على معلومات وأن تكون بجانبك إذا رغبت في ذلك

## 7. احصل على معلومات حول مرضك

- تعلم كيفية تشخيص مرضك
- اسأل عن الفحوصات والعلاج
- اطلب من الطبيب أن يرسم جسمك إذا كانت ستجرى لك عملية جراحية

## 8. اخبر إذا كنت تعاني من آلام أو أوجاع

- اعد إذا استدعت الضرورة
- اطلب أن يسجل ذلك في التقرير أو الملف الطبي

## 9. ماذا سيحصل بعد الخروج من المستشفى؟

- ما هي الآلام والأوجاع يحتمل التعرض لها؟
- هل ستغير نظامك الغذائي؟
- إلى أي حد تستطيع أن تكون نشيطاً؟

## 10. عند الحاجة إلى المساعدة الطبية الطارئة:

- بمن سوف تتصل؟ الطبيب، الطوارئ أو المستشفى؟
- أي نوع من معلومات يطلبون عند الاتصال بهم؟