

نجعل إقامتك معنا آمنة



8 خطوات بسيطة للحفاظ على سلامتك أثناء إقامتك في المستشفى.

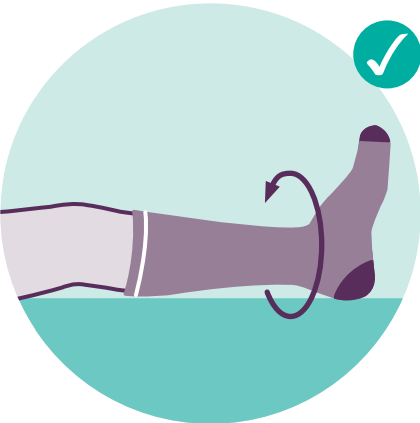
1 الوقاية من السقوط

- ارتدي جوارب المستشفى الحمراء، أو أحذية بأربطة، أو أحذية محكمة المقاس، أو خفافات (نعال) بنعال مطاطية.
- استخدم أدوات المشي المعتادة لديك.
- إذا كنت بحاجة إلى أي مساعدة، أخبرنا بذلك.



2 الوقاية من الجلطات الدموية.

- ارتدي جوارب المستشفى الضاغطة إذا نُصحت بذلك، وأخبر طاقم العمل إذا كانت تزعجك أو تسبب لك الألم.
- اخلعها كل يوم.
- تحرك قدر الإمكان وحاول القيام بتمارين بسيطة للساقين.
- اشرب السوائل حسب التوصيات.
- تناول أقراص أو حقن مسيلات الدم (مضادات التخثر) حسب الإرشادات



3 الوقاية من العدوى



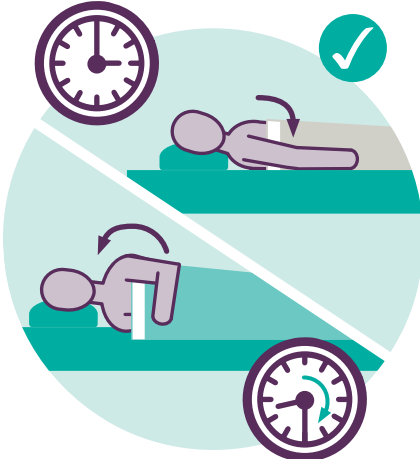
- اغسل/عقم يديك قبل وبعد استخدام المراحيض، وقبل جميع الوجبات.
- لا تتردد في سؤال طاقم العمل عما إذا كانوا قد غسلوا أيديهم.
- أخبرنا إذا كنت تعاني من الإسهال أو القيء.

4 أدويتك



- أخبرنا إذا كنت تعاني من أي حساسية، أو إذا كنت لا تفهم الغرض من أدويتك.
- تحدث إلى طبيبك أو ممرضك أو الصيدلي حول أي مخاوف قد تكون لديك.

5 قرح الضغط



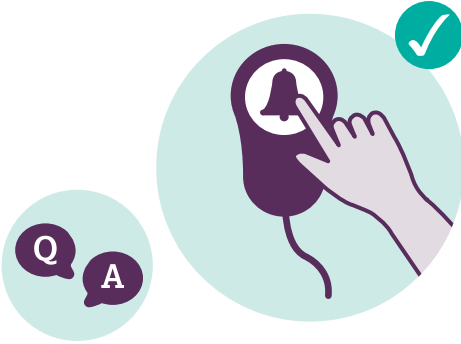
- إذا استطعت، فحاول أن تبقى متحركاً، حتى في السرير، واتصل بنا إذا كنت تشعر بعدم الراحة.
- يسعدنا جداً مساعدتك في تغيير وضعيتك، ويمكننا توفير مرتبة أو وسادة خاصة للدعم.

6 تحديد الهوية



- أخبرنا إذا كانت أي من معلوماتك الشخصية خاطئة (سوار الهوية، العنوان، اسم الممارس العام/طبيب الأسرة، أقرب الأقرباء).
- أخبرنا إذا كان لديك أي حساسية وسنمنحك سواراً أحمر للتعريف.

7 أي مخاوف أو استفسارات



- نحن هنا لمساعدتك — تحدث إلينا إذا كانت لديك أي مخاوف أو قلق بشأن علاجك، أو بشأن ما سيحدث عند خروجك من المستشفى.

8 الخروج من المستشفى



قبل مغادرتك، تأكد من:

- حصولك على رسالة الخروج الخاصة بك.
- حصولك على أدويةك، وأنه قد تم لك شرح كيفية استخدامها.
- معرفتك بمن يجب الاتصال إذا كانت لديك أي أسئلة أو مخاوف.
- معرفتك بموعدك القادم.

استناداً إلى معلومات المرضى التي تم إعدادها في الأصل من قبل مؤسسة جايز وسانت توماس التابعة لهيئة الخدمات الصحية الوطنية