

Suggerimenti per il cittadino che entra in contatto con le strutture sanitarie



Prima di un esame, una visita, un ricovero

- ✓ se vai dal tuo medico curante, in ambulatorio o in ospedale, raccogli ed ordina tutti i documenti che riguardano la tua salute, compreso il gruppo sanguigno
- ✓ se devi eseguire un esame radiologico, porta con te tutti gli esami radiologici effettuati in precedenza
- ✓ porta con te l'elenco dei medicinali che assumi o le scatole/foglietti illustrativi delle medicine
- ✓ segnala se sei in cura per qualche patologia;
- ✓ se sei incinta o hai il sospetto di esserlo, comunicalo ai Sanitari
- ✓ segnala SEMPRE tutte le allergie a farmaci, cibo, metalli, lattice, animali, tessuti o altro
- ✓ comunica se assumi prodotti omeopatici, integratori o prodotti comprati in erboristeria o su Internet
- ✓ ricordati di comunicare agli operatori sanitari le tue abitudini:
 - se fai diete particolari e se consumi bevande alcoliche anche in modica quantità
 - se fai attività fisica
 - se sei fumatore o se fai uso di sostanze
- ✓ non esitare a riferire i tuoi dubbi o i tuoi timori o a dire che non hai capito qualcosa



Fai attenzione alle medicine

- ✓ chiedi tutte le informazioni sulle cure che stai ricevendo, che benefici hanno, che rischi potrebbero comportare
- ✓ chiedi se ci sono alternative al trattamento ed eventualmente chiedi del materiale da leggere per capire meglio
- ✓ quando firmi il consenso informato, sii certo di aver capito tutto sul trattamento a cui verrai sottoposto
- ✓ se hai dubbi chiedi agli operatori sanitari, saranno disponibili a spiegarti meglio
- ✓ alla dimissione, quando torni a casa e comunque SEMPRE quando inizi a prendere un nuovo farmaco:
 - accertati che sia esattamente quello prescritto dal medico e leggi bene le avvertenze per l'uso
 - se non è la medicina che ti è stata prescritta o se ti provoca effetti strani, avverti subito il medico



Chiedi istruzioni alla dimissione

- ✓ chiedi al personale sanitario di spiegarti bene cosa dovrai fare a casa e, se non è chiaro, fai ulteriori domande
- ✓ chiedi, inoltre, il nome del medico cui ti dovrai rivolgere in caso di bisogno ed un recapito telefonico
- ✓ chiedi dove e quando (luogo, giorno e ora) fare eventuali controlli



In caso di ricovero

- ✓ presentati sempre a ogni operatore sanitario prima di ricevere una terapia o se devi essere sottoposto a un esame o intervento
- ✓ indossa solo ciabatte chiuse ed indumenti comodi della giusta misura
- ✓ chiedi se devi restare a digiuno o se devi rispettare qualche procedura
- ✓ in ospedale, lava sempre le mani con acqua e sapone oppure frizionale con il gel idroalcolico che troverai nei dispenser collocati nelle stanze di degenza, negli ambulatori e nelle aree comuni e chiedi di fare lo stesso ai Sanitari prima di una visita o prestazione assistenziale
- ✓ suona sempre il campanello quando hai bisogno di assistenza
- ✓ se ti gira la testa, se hai la vista annebbiata o se non ti senti sicuro nei movimenti, prima di alzarti, chiedi aiuto al personale
- ✓ se noti qualcosa d'insolito durante l'assistenza, comunicalo agli operatori sanitari
- ✓ se hai dolore quando sei ricoverato in ospedale, avverti il personale sanitario
- ✓ se hai una dentiera o altra protesi porta con te il contenitore o richiedilo al personale sanitario
- ✓ comunica all'infermiere ed al medico quali parenti debbano essere informati e possono prendere decisioni per te se non fossi nelle condizioni di poterlo fare
- ✓ raccomanda a parenti ed amici di non venire in ospedale se hanno qualche malattia che può essere trasmessa ad altri (ad esempio influenza)
- ✓ **La tua collaborazione con gli operatori sanitari è importante per garantire la sicurezza delle cure**



Se devi essere operato

- ✓ in caso di intervento chirurgico chiedi agli operatori sanitari se la zona da operare è da contrassegnare
- ✓ dopo l'intervento chiedi agli operatori sanitari se ci sono comportamenti da evitare o azioni da fare

