



Kijan pou ou Pa Ale Lopital

Pifò moun pa ta renmen ale lopital. Natirèlman, pafwa sa enposib, espesyalman pou yon moun ki gen yon maladi kwonik. Doktè w la ka bezwen entènè w lopital pou w jwenn yon tretman espesifik, tankou fè yon operasyon. Oswa yo ka entènè w lè ou fin antre nan Sal Dijans lan e yo wè ou gen yon pwoblèm grav ki vini sanzatann.

Men, li posib pou evite anpil nan ka ospitalizasyon yo.

Yon moun ki gen yon maladi kwonik ka aprann kijan pou l jere divès pwoblèm epi travay ak doktè a pou l jwenn èd andeyò lopital la epi evite ke yon ka kritik prezante.

Kijan Mwen Ka Evite Ospitalizasyon?

Pasyan yo ka evite plizyè ka ospitalizasyon si tou senpleman yo swiv enstriksyon doktè yo avèk anpil prekosyon.

Enstriksyon sa yo ka gen ladan yo kijan pou pran medikaman yo, ki rejim alimantè ki pi bon epi si pou yo ta dwe fè aktivite fizik.

Kèk bagay pou ede:

- Si ou pa konnen *poukisa* yo preskri ou yon medikaman, yon rejim alimantè, oswa yon tretman, mande doktè ou. Lè w konnen epi w konprann rezon an, sa ede w konprann enpòtans pou ou swiv plan ke doktè a te preskri pou ou.
- Tanpri, di doktè ou si w pa gen kòb pou achte medikaman ou yo. Pifò konpayi famasetik yo gen “pwogram asistans pou pasyan” ki ka founi ou medikaman bon mache oswa gratis.
- Si famasi w la pa gen medikaman yo preskri w la, rele klinik doktè a. Pèsonèl la ap jwenn yon famasi ki genyen l, oswa yap preskri yon lòt medikaman “ekivalan” ke famasi w la genyen.

Pran epi respekte randevou yo

Pifò moun ki gen maladi kwonik wè doktè yo omwen chak twa mwa. Mande doktè ou chak konbyen fwa pou ou ta vini pou konsiltasyon. Epi asire w ke w ale. Si pou yon rezon kèlkonk, ou paka respekte randevou a nan lè ki te planifye a, rele klinik la pou w pran yon lòt randevou.

Pa neglije sentòm yo

Si sentòm maladi w la ogmante oswa nwizib, rele pou yon randevou pou w al wè doktè w la. Pa rete tann twò lontan pou w wè si sentòm ou yo prale. Sentòm yo se yon jan ke kò w ap fè w konnen ke gen yon bagay ki pa sa epi ki merite atansyon.

Eseye rete aktif fizikman epi mantalman

Pasyan ki gen maladi kwonik yo jeneralman benefisye lè yo rete aktif. Pale ak doktè ou sou kantite aktivite fizik ki pi bon pou ou. Si ou gen difikilte pou w mache, ou ka bouje bra ou ak janm ou pandan w chita pou w ka rete aktif. Eseye rete aktif sosyalman ak zanmi w ak fanmi w, epi lè w poukont ou, fè lekti oswa aktivite kastèt pou kenbe lespri w aktif.

Sonje ke Sal Dijans lan se pou ijans

Sal dijans lopital yo founi swen pou sove lavi. Yo gen pèsonèl ak ekipman espesyalize ki pare pou trete nenpòt moun ki gen yon pwoblèm oswa aksidan medikal sanzatann ki ka mete lavi yo andanje oswa ki nesosite yo jwenn swen san pèdi tan.

Si ou gen yon pwoblèm kwonik kap anpire, oswa ou gen yon nouvo sentòm, li pi bon ke w wè pwòp doktè ou. Li konnen ou kidonk li nan pi bon pozisyon pou l evalye ou. Si w ale nan Sal Dijans lan, ou pral wè ak doktè ak enfimyè ki pa konnen anyen sou istorik ou.

Reflechchi alavans pou evite yo re-entène w nan lopital la

Si ou ospitalize epi li lè pou w al lakay ou, nòmalman yon manm pèsònèl lopital la pral chita avè w pou pale sou sa ou dwe fè lè ou fin ale. Malerezman, plizyè pasyan rankontre difikilte lè yo fin retounen lakay yo, epi nan yon mwa, yo retounen lopital la pou tretman pou menm pwoblèm yo te trete anvan an. Li posib pou evite plizyè nan re-admisyon sa yo.

Si ou gen pwoblèm pou konprann enfòmasyon ke yo ba ou lè yap egzèyate w nan lopital la, oswa gen pwoblèm ou panse ou ka rankontre, li enpòtan pou pale sou sa epi diskite sou yo anvan ou ale.

- Poze kesyon sou nenpòt bagay ou pa konprann.
- Si posib, fè yon manm fanmi ou oswa yon zanmi pwòch ou patisipe nan konvèsasyon avèk doktè oswa enfimiyè a nan lopital la epi aprann enfòmasyon sou pwoblèm ou genyen an.
- Si yo ba w materyèl alekri lè egzèyat la, eseye li yo touswit epi poze kesyon si ou gen pwoblèm pou konprann yo.

- Asire w ke ou konprann kijan pou w pran medikaman w yo.
- Si w konnen ou pral bezwen èd ak aktivite senp ou fè lakay ou, mande si w ka gen yon oksilyè swen sante adomisil pou ede w achte epi kwit manje, benyen, abiye ak fè lòt aktivite.

Bagay pou ou sonje lè w fin lakay ou

- Pa sispann pran medikaman yo preskri w yo. Sa ka lakòz pwoblèm ou an vin pi grav epi li ka pase inapèsi epi yo ka pa trete l.
- Si, lè w fin lakay ou, ou reyalize ke yon preskripsyon pou yon medikaman ou resevwa lè wap kite lopital la twò chè, rele doktè ou epi mande yon preskripsyon pou yon vèsyon menm kalite medikaman an ki mwen chè.
- Si medikaman an gen yon efè segondè sou ou ki fò epi ki pa abityèl, rele klinik doktè w la san pèdi tan.
- Chèche konnen kilè doktè w la vle wè w epi pran yon randevou touswit.

Pòte w byen epi rete an sante!

Seri Edikasyon Pasyan an**Kijan pou ou Pa Ale Lopital*****Lè ou jere sentòm ou yo, wap:***

- Jwi aktivite yo epi wap gen plis enèji
- Jwi fanmi ak zanmi
- Santi mwens presyon ak anksyete
- Dòmi pi byen nan nwit
- Gen yon pi bon kalite lavi

Materyèl edikasyonèl sa a se Palliative Care Project (Pwojè Swen Palyatif), yon patenarya ant Community Care of Brooklyn (Swen Kominotè Brooklyn) ak MJHS Institute for Innovation in Palliative Care (Enstiti MJHS pou Inovasyon nan Swen Palyatif) ki prepare li.