

O normă,  
câteva recomandări  
și un angajament,  
pentru siguranța pacienților.

por la  
seguridad  
de los pacientes

[www.saludinforma.es/temasdesalud](http://www.saludinforma.es/temasdesalud)

# O normă

Siguranța pacienților înseamnă înlăturarea daunelor evitabile din sistemul de asistență sanitară. Creșterea siguranței este o sarcină a tuturor, pentru a cărei îndeplinire este indispensabilă colaborarea pacienților și pentru care există o normă generală cu eficiență demonstrată:

## Întrebați dacă nu ați înțeles.

Următoarele recomandări, adresate pacienților care se prezintă zilnic la dispensare și spitale, sunt rezultatul cunoștințelor și experienței personalului medical din Serviciul Sanitar din Aragon, a reprezentanților asociațiilor de pacienți și utilizatori care au participat la diverse grupuri de lucru în cadrul Primei Întâlniri a Pacienților pentru Siguranța Pacienților din Aragon, care a avut loc în Zaragoza, la data de 7 iunie 2007.

## Câteva recomandări adresate pacienților

**1)** Cereți informații cu privire la personalul sanitar care se ocupă de dumneavoastră. Trebuie să știți cine sunt și cum se numesc medicul și infirmierele dv.

**2)** Toți avem neclarități și uităm lucruri. Înainte de a merge la consultație sau la spital, notați-vă tot ce doriți să întrebați și să discutați, pentru a nu uita.

Obișnuiți-vă să păstrați în același loc toate fișele sau rapoartele medicale de la consultațiile sau internările anterioare.

**3)** Informați medicul despre medicamentele pe care le luați, mai ales despre cele la care știți că aveți alergie sau care v-au făcut rău când le-ați luat vreodată.

**4)** Dacă, în afară de medicamente, luați și alte produse (de la Plafar, vitamine...), întrebați medicul dacă puteți să le luați în același timp. Spuneți-i și dacă urmați vreun regim sau dacă de obicei consumați alcool, tutun sau alte substanțe toxice.

**5)** Dacă luați medicamente prescrise de mai mulți medici, întrebați medicul de familie dacă nu sunt incompatibile sau dacă nu au compoziție asemănătoare.

**6)** Asigurați-vă că ați înțeles bine toate informațiile cu privire la tratament și posibilele efecte secundare sau nedorite ale acestuia.

Luați medicamentele așa cum v-au fost prescrise și nu întrerupeți tratamentul fără să consultați medicul.

Asigurați-vă că medicamentele nu vă afectează abilitatea de a conduce sau capacitatea de muncă și, dacă aveți nelămuriri, consultați medicul sau farmacistul.

**7)** Fiți atenți întotdeauna când cumpărați și luați medicamente, deoarece unele dintre ele au nume și ambalaje foarte asemănătoare. De aceea, atât acasă, cât și la spital, asigurați-vă că luați medicamentul corect.

**8)** Mai multe analize și explorări nu înseamnă întotdeauna o mai bună consultație. Pentru a evita repetări și deranjuri inutile, notați probele diagnostice care v-au fost cerute, cum sunt analize, radiografiile, etc. Asigurați-vă că știți data la care trebuie să le faceți și cum trebuie să vă prezentați la spital sau la dispensar (pe stomacul gol, cu o pregătire specială, etc.).

Dacă credeți că puteți fi însărcinată, trebuie să-i spuneți medicului, deoarece anumite probe și tratamente sunt contraindicate.

**9)** Dacă este nevoie, cereți informații personalului sanitar cu privire la regulile de autoîngrijire, resurse asistențiale și sociale, grupuri de sprijin și asociații de pacienți cu aceeași problemă ca și dv.

**10)** Infecțiile spitalicești reprezintă unul dintre principalele riscuri pentru sănătate care apar în timpul spitalizării, fiind mâinile cea mai frecventă cale de transmitere. La fel ca și personalul medical care vă tratează, asigurați-vă vă atâtați și rudele dv. respectați măsurile de igienă a mâinilor și toate celelalte reguli de igienă indicate de personalul din spital.

**11)** În momentele critice încercați să fiți însoțit de o rudă sau un prieten. Dacă este cazul, invocați-vă dreptul la confidențialitate și un tratament demn.

**12)** Nu există întrebări nepotrivite, dar există momente inadecvate. Acordați cu personalul sanitar cel mai bun moment pentru a discuta și întrebați întotdeauna tot ce nu înțelegeți.

Când semnați un consimțământ pentru un tratament, participare la un studiu sau orice probă diagnostică, citiți-l în prealabil, asigurați-vă că ați înțeles riscurile, iar dacă nu, întrebați. Aveți dreptul și obligația să știți ce riscuri prezintă înainte de a vă hotărî să participați.

**13)** Înainte de a ieși din spital, citiți fișa de externare și asigurați-vă că ați înțeles ce scrie.

Asigurați-vă că înțelegeți întotdeauna ce medicamente trebuie să luați, doza acestora și modul de a le lua, dacă puteți să mâncați și să beți de toate, ce trebuie să evitați, când și cum trebuie să reveniți pentru control sau când puteți reîncepe să practicați sport, să conduceți mașina sau să vă reluați ritmul de viață normal.

**14)** Dacă credeți că există lucruri care pot fi îmbunătățite, folosiți mijloacele de sugestii și reclamații. Ne-ar place să fim mai buni, iar colaborarea dv. este indispensabilă.

**15)** Deși nu toți pacienții sunt la fel, poate ar fi bine să vorbiți cu alte persoane care au suferit probleme asemănătoare cu cea pe care o aveți dv. Dacă vi se dau informații contradictorii față de indicațiile pe care le-ați primit de la medicul sau infirmiera dv. sau dacă găsiți informații paradoxale sau surprinzătoare în Internet, consultați medicul sau infirmiera dv.

## Un angajament

### Toți facem greșeli, iar organizațiile greșesc și ele.

Ajutați-ne, ținând cont de toate recomandările anterioare, să reușim ca greșelile noastre să devină cât mai rare și mai minore.

Fiți siguri că noi, personalul sanitar, ne-am luat angajamentul să facem tot posibilul pentru a le evita.