

الحفاظ على سلامتك عند تناول الدواء

معلومات مهمة للمرضى ومقدمي الرعاية لهم

وسيتحتاج موظفو المستشفى إلى طريقة ما للتأكد من معلومات أدويةك، وقد يتم هذا عن طريق تفحص علب أدويةك بحضورك أو طلب الإذن منك للتحدث إلى عائلتك أو طبيبك العام أو الصيدلي الذي تبتاع أدويةك منه.

ولا تقلق إذا تم سؤالك عن أدويةك أكثر من مرة واحدة أثناء مكوثك في المستشفى، فنحن غالباً ما نحتاج إلى التأكد فقط من أن المعلومات المسجلة لدينا صحيحة. يرجى إخطار أحد أطباء أو ممرضي أو صيادلة المستشفى إذا لم يسألك أي أحد عن أدويةك التي تأخذها عادة أو إذا شعرت بأن الأدوية التي نقوم بإعطائها لك ليست الأدوية الصحيحة.

أثناء فترة مكوثك في المستشفى:

قد نقوم بإجراء تغييرات على أدويةك، وسيقوم أطباء المستشفى دائماً باتخاذ هذه القرارات بالمشاركة معك فضلاً عن أنهم سيقومون بتزويدك بالمعلومات التي تتعلق بخياراتك العلاجية.

رغم أنه قد يكون موظفو المستشفى مشغولين جداً في



بعض الأحيان، إلا أننا لا نريد أن تفوتك النقاشات المهمة التي تتعلق بأدويةك. يمكنك مساعدتنا عن طريق طرح الأسئلة التي تتعلق بأدويةك بما في ذلك أسئلة عن الخطة الموضوعية لهذه الأدوية بعد مغادرتك المستشفى. اطلب التحدث إلى طبيب أو صيدلي بمساعدة مترجم شفوي إذا كنت تود الحصول على مزيد من المعلومات عن دواء معين.

أثناء وجودك في المستشفى، يجب عليك تناول أو استخدام الأدوية التي تُعطى لك من ممرضات المستشفى.

وفي حين أنه قد يبدو من السهل تناول أدويةك بنفسك، إلا أن هذا الأمر من شأنه أن يؤدي إلى وقوع أخطاء. إن السماح لنا بالاعتناء بأدويةك أثناء مكوثك في المستشفى يساعدنا على الحفاظ على سلامتك.

عند دخولك للمستشفى:

سيطرح عليك موظف واحد أو أكثر من موظفي المستشفى كجزء من إجراءات دخولك إلى المستشفى أسئلة عن أدويةك حيث أنه من المهم جداً أن يكون لدينا قائمة صحيحة وكاملة بجميع الأدوية التي تستخدمها.



حاول أن تتذكر عندما يتم سؤالك عن أدويةك مختلف الأنواع التي تستخدمها كالحبوب والمستحضرات والمراهم وأجهزة الاستنشاق وقطرات العيون واللصقات الجلدية والحُقن وأيّة أدوية أخرى يمكنك تذكرها. وينبغي أن تذكر أيضاً الفيتامينات والأدوية المصنوعة من الأعشاب بالإضافة إلى أيّة أدوية أخرى تشتريها من دون وصفة طبيّة أو الأدوية التي تستخدمها فقط من وقت لآخر. كما ويرجى إبلاغنا بأيّ تغيير قد طرأ على أدويةك مؤخراً وكن صريحاً بشأن مدى اتباعك لتعليمات تناول الدواء (وهذا يتضمن كم مرة من الممكن أن تفوت عليك تناول جرعة دواء).

إن أمر الحفاظ على قائمة فيها أحدث المعلومات عن أدويةك يعدّ أفضل طريقة يمكن من خلالها الحفاظ على سلامتك أثناء تناولك لأدويةك.

فكر بعدد المهنيين الصحيين المختلفين الذين تتعامل معهم من أطباء عامين وأطباء أخصائيين وأطباء المستشفيات والصيدلة وأطباء الأسنان والمسعفين الأولين وغيرهم من مقدمي الرعاية الصحية، حيث أن جميع هؤلاء يحتاجون إلى معرفة الأدوية التي تتناولها حالياً لكي يتمكنوا من مساعدتك على اتخاذ قرارات آمنة وجيدة بخصوص رعايتك الصحية.

يجب على المرضى الاحتفاظ بقائمة محدّثة بالأدوية التي يتناولونها. وينبغي أن تتضمن قائمة الأدوية الأساسية على اسم كل دواء من الأدوية وقوته وتعليمات جرّعه وتاريخ آخر مراجعة للقائمة. كما ومن الأجدى أن تذكر سبب تناولك لكل دواء ومتى بدأت بتناوله والمدة التي من المفترض أن تتناوله فيها.

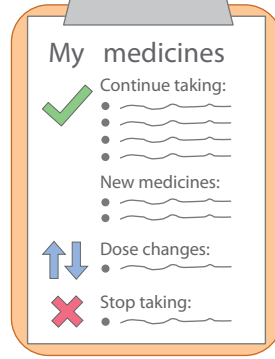
تطبيق The MedicineWise



يمكن لتطبيق The MedicineWise أن يساعدك على تسجيل أدويةك ومعلوماتك الصحية الأخرى إذا كان لديك أو لدى مقدم الرعاية لك هاتف أو جهاز لوحي ذكي. ورغم أن هذا التطبيق هو تطبيق باللغة الإنكليزية إلا أنه من السهل جداً استخدامه، فضلاً عن أنه قد يكون لديك مقدّم رعاية أو فرد من أفراد عائلتك يتحدث اللغة الإنكليزية يمكنه مساعدتك على الاحتفاظ بمعلومات محدّثة عنك. كما يمكنك إضافة أدويةك إلى قائمة الأدوية عن طريق القيام بمسح ضوئي لباركود الدواء وضبط منبهات التذكير بمواعيد تناول جرعة الدواء. يمكنك أيضاً إرسال نسخة عن قائمة الأدوية لنفسك أو لأحد أفراد عائلتك أو للمهنيين الصحيين عن طريق البريد الإلكتروني. وهذا التطبيق مجاني ولا يحتوي على إعلانات، ومن الممكن تحميله من Google Play أو the App Store.

الحفاظ على سلامتك عند تناولك للدواء (معلومات للمرضى ومقدمي الرعاية لهم)
لجنة SESLHD لجودة استخدام الدواء، شباط/فبراير 2018
© South Eastern Sydney Local Health District

قبل مغادرتك المستشفى:



ينبغي أن تحصل قبل مغادرتك المستشفى على شرح واضح عن أية تغييرات أجريت على أدويةك. ومن المفترض أيضاً أن يتم تزويد معظم المرضى بقائمة محدّثة لأدويةهم.

أبلغ من فضلك أحد موظفي المستشفى فوراً إذا لم تتلقَ أية معلومات عن أدويةك عند خروجك من المستشفى أو إذا لم تكن على يقين من كيفية تناول أدويةك عند مغادرتك.

تدبير أمر أدويةك في المنزل:

من الهام جداً بالنسبة لنا أن يشعر مرضانا بالثقة عند تعاملهم مع أدويةهم بعد مغادرتهم للمستشفى. وأفضل طريقة يمكن للمريض من خلالها التأكد من ثقته بنفسه هي التفكير بكل دواء وطرح الأسئلة التالية:

- ◀ هل أعرف اسم هذا الدواء؟
- ◀ هل أعرف الجرعة التي أتناولها؟
- ◀ هل أعرف الجرعة التي أتناولها وموعد تناولها؟
- ◀ هل أعرف لأي غرض أتناول هذا الدواء؟
- ◀ هل أعرف كم من الوقت سأتناول هذا الدواء؟
- ◀ هل أعرف الأعراض الجانبية لهذا الدواء؟

يمكنك طلب التحدّث إلى طبيبك المعالج أو الممرض (الممرضة) أو الصيدلي إذا احتجت إلى المساعدة في الإجابة على أيّ سؤال من هذه الأسئلة. أما إذا كنت قد غادرت المستشفى، فيمكنك استشارة طبيبك العام أو الصيدلي. ويمكنك أيضاً الاتصال على الرقم 1300 MEDICINE أي (1300 633 424) للحصول على معلومات عامة عن أي دواء. ستكون هذه المعلومات باللغة الإنكليزية، ولكن يمكنك الاتصال بخدمة الترجمة الشفوية والتحريرية (TIS National) على الرقم (131 450) للحصول على خدمات مترجم شفوي عبر الهاتف. وسيقوم المترجم بترجمة محادثتك مع موظف خدمة Health Direct على الرقم 1300 MEDICINE.