

❖ **مراجعه کننده گرامی در خصوص حفظ ایمنی خود یا بیمار**

❖ در صورت نیاز به کمک، پرستار را صدا کنید. در صورت داشتن مشکل دید و داشتن عینک، قبل از خارج شدن از تخت عینک خود را بزنید. هنگام راه رفتن بخصوص در شب، مطمئن شوید نور کافی در اتاق شما وجود دارد. جهت جلوگیری از لیز خوردن از کفش یا دمپایی مناسب استفاده کنید. برای راه رفتن در صورت نیاز از وسایل کمکی مانند عصا، واکر یا صندلی چرخدار استفاده کنید. در حمام و توالت میله محافظ را بگیرید.

❖ **ایمنی محیط:** هشدارهای ایمنی را در زمان اقامت خود در بیمارستان جدی بگیرید. به راهنمای خروج اضطراری در بخش توجه شود و در صورت نیاز از آنها استفاده کنید. از جابه جا نمودن هر نوع وسیله یا تجهیزات ایمنی و آتش نشانی بدون هماهنگی مسئول مربوطه خودداری کنید. (استفاده از وسایل و تجهیزات ایمنی و آتش نشانی صرفاً در زمان حادثه یا حریق می باشد). اطلاعات هویت خود را بر روی دستبند شامل نام و نام خانوادگی، تاریخ تولد و نام پدر را بررسی کنید تا مطمئن شوید اطلاعات ثبت شده صحیح می باشد.

❖ تاریخچه دارویی خود را با پزشک معالج در میان بگذارید.

❖ **ایمنی دارویی:** در صورتی که باردار یا در زمان شیردهی می باشید، با پزشک معالج در میان بگذارید.

❖ در صورت مصرف چندین دارو و بیماری های زمینه ای، به منظور پیش گیری از تداخل دارو ها زمان و نحوه مصرف داروهای خود را از پزشک یا داروساز سوال نموده و مطابق با آن مصرف نمایید. به نحوه نگهداری داروهای مصرفی خود توجه نموده و مطابق با دستورالعمل پزشک و کادر درمانی خود آن ها را نگهداری نمایید (مانند : نگهداری در یخچال، دور از نور و یا رطوبت و...). به تاریخ تولید و انقضای داروها دقت کنید. توجه داشته باشید. بعضی داروها بعد از باز شدن مدت زمان محدودی برای استفاده دارند (مانند بعضی قطره های چشمی و سوسپانسیون های غیر آماده). بروشور داروها را مطالعه نمایید، اگر فکر می کنید به عوارض جانبی ناشی از مصرف داروها دچار شده اید با پزشک خود در میان بگذارید. بدون مشورت پزشک از مصرف بی رویه ویتامین ها، داروهای گیاهی و مسکن ها خودداری نمایید. طول دوره درمانی را کامل کنید و داروی خود را بدون مشورت با پزشک قطع نکنید یا مقدار و نوع آنها را تغییر ندهید.

❖ **موارد زیر را مطالعه فرمایید:**

❖ **شنا سایی بیمار: ارائه مراقبت های صحیح نیازمند شنا سایی دقیق هر بیمار در کلیه مراحل ارائه خدمات است و نیازمند مشارکت**

بیمار و همراه وی است.

❖ اطلاعات هویت خود را بر روی دستبند شامل نام و نام خانوادگی، تاریخ تولد و نام پدر را بررسی کنید تا مطمئن شوید اطلاعات ثبت شده صحیح می باشد و دستبند شناسایی خود را در تمام مدت بستری در بیمارستان بر روی مچ دست، بسته نگه دارید و آن را باز نکنید همچنین اگر به هر دلیلی دستبند شما گم شد یا مشکلی داشت به پرستار اطلاع دهید

❖ **پیشگیری سقوط از تخت:** اگر سابقه افتادن و سقوط دارید یا نمی توانید روی پاهای خود بایستید حتماً به پرستار اطلاع دهید.

❖ هنگامیکه بر روی تخت بستری هستید محافظ تخت را بالا ببرید. اگر به تنهایی نمی توانید از تخت بالا یا پایین بروید از پرسنل بخش یا همراه خود کمک بخواهید. هنگام بالا یا پایین رفتن از پله ها از دستگیره های کنار پله ها استفاده کنید