

klædt på som pårørende

1. Gå med og vær en støtte

Sammen kan I bedre huske og forstå

Som patient får man informationer, der kan være svære at huske og forstå. Derfor er det godt at være flere, som lytter til det, der bliver sagt.

Du kan hjælpe den, der står dig nær, så han/hun kommer til orde, bliver lyttet til og forstået.

Især er det vigtigt, at du er med til at sikre, at de vigtigste problemer, gener, symptomer og bekymringer bliver hørt og forstået af sundhedspersonen, I taler med.

I kan fx spørge:

- Forstår du vores bekymring?
- Hvordan opfatter du det, vi fortæller?
- Hvad kan der gøres?

Når du er med, kan du hjælpe ved at gentage, hvad I har hørt eller bede om at få informationerne sagt en gang til.

Sig til sundhedspersonen, I taler med:

- Vi har ikke helt forstået det, du sagde
- Vil du sige det en gang til
- Det undrer os, at ...

Skriv gerne stikord undervejs. Det gør det lettere at huske og følge op bag efter.

2. Spørg, hvis der er tvivl

Vær med til at stille spørgsmål

Som patient skal man tage beslutninger om vanskelige emner – især hvis man er alvorligt syg. Derfor er det godt at være flere, der kan spørge ind til fx medicin, undersøgelser eller behandlinger.

Spørg, når I:

- er i tvivl
- er bekymrede
- har brug for at vide mere

Som pårørende kan du have blik for, om aftaler er glemt, gået tabt eller misforstået ved fx at spørge ind til den næste konsultation eller samtale:

- Hvilken dato og tid?
- Hvor skal vi møde op?
- Hvem skal vi tale med?
- Hvornår skal vi ringe, hvis vi ikke hører noget?
- Hvordan kan vi søge viden, forberede os, møde andre, der fejler det samme?

Spørg, indtil I har fået svar, der giver ro og tryk.

3. Ha' tjek på medicinen

Kend det vigtigste

Som patient er det vigtigt at have tjek på medicinen. Det giver større sikkerhed. I kontakten med sundhedsvæsenet kan du som pårørende bidrage, når I sammen har tjek på:

- Hvad hedder medicinen, og hvilken styrke har den?
- Hvad skal medicinen bruges til, og hvordan virker den?
- Hvor meget medicin skal der tages og hvor mange gange om dagen?
- Hvordan skal medicinen tages og i hvor lang tid?
- Hvilke bivirkninger skal man være opmærksom på?
- Hvad skal man være forsigtig med, og er der særlige advarsler eller noget, man skal undgå?

Skriv gerne en liste over medicinen – husk også håndkøbsmedicin og naturlægemidler. Ret listen til, når der er ændringer. Tag altid medicinlisten med til lægen eller på sygehuset.

Kend det vigtigste, fx om der er medicin, som ikke må tages sammen med anden medicin. Tal med lægen eller spørg på apoteket, hvis I er i tvivl.

Reager, hvis medicinen ikke virker som den skal eller giver uventede bivirkninger.

Vi er alle pårørende

De fleste af os er på et eller andet tidspunkt i vores liv pårørende, når en af vores nærmeste bliver syg og dermed patient.

Som pårørende har du en særlig rolle – du kan støtte og hjælpe den, der står dig nær, i det omfang han/hun ønsker det.

Du kan være i baggrunden eller i front – alt efter situationen og behovet hos den, du støtter.

Som pårørende kan du også være med til at sikre, at der ikke går noget galt i mødet med sundhedsvæsenet.

Din viden og dine spørgsmål er med til at forebygge misforståelser, tab af informationer og forglemmelser. Det vil hjælpe sundhedspersonalet i at planlægge og handle patientsikkert.

Klædt på som pårørende

Uanset, hvem du er pårørende til og uanset, hvilken rolle du har, er det vigtigt at være klædt på, så du kan hjælpe.

I denne folder får du tre råd til, hvordan du kan være med til at gøre en forskel.

Sikker Patient

Sundhedsvæsenet har ansvaret for patientsikkerheden. Derfor er der overalt i sundhedsvæsenet systemer, der skal forhindre fejl. Desværre kan der alligevel ske fejl.

Sikkerheden bliver derfor endnu bedre, når du som pårørende sammen med den, som står dig nær, er aktiv og:

- siger til, så aftaler og beslutninger bliver fulgt til dørs.
- siger fra, hvis I er bange for, at der er ved at ske en fejl.

Det er vigtigt at sige til og fra, når det er nødvendigt. Især hvis I får fornemmelsen: 'Det her er ikke godt'. Sammen kan I være den stopklods, der forhindrer, at noget går galt.

Klædt på som pårørende er en del af Sikker Patient, der er et samarbejde mellem Dansk Selskab for Patientsikkerhed og TrygFonden.

Læs mere på www.sikkerpatient.dk