Egenvård på korttids
– för barn och unga

1 Vad är korttids?

Korttids är ett ställe där du kan vara ibland. Du kan leka, vila och göra roliga saker.

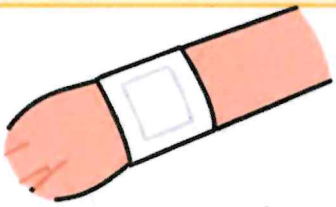


2 Vad är egenvård?

Egenvård betyder att du får hjälp med saker som är viktiga för din kropp, till exempel:



ta medicin



lägga om sår



använda hjälpmedel

Du gör det själv eller med hjälp av de vuxna som ansvarar för dig.

3 Vem bestämmer om egenvård?

En doktor, sjuksköterska eller annan vårdpersonal bestämmer om egenvård är tryggt och säkert för dig.



4 Vad gör personalen på korttids?

Personalen hjälper dig med:

- rätt medicin
- rätt hjälpmedel
- vid rätt tid

De får instruktioner från vården om hur de ska hjälpa dig.



Egenvård på korttids
– för barn och unga

5 Inför vistelsen – det här tar du med

Din vuxen som ansvarar för dig ska packa:

- dina mediciner
- dosett (om du har en)



6 Berätta om något ändras

Om du mår annorlunda eller får nya mediciner ska du säga det till din vuxen som ansvarar för dig eller till korttids direkt.



7 Om du har diabetes

Du har en egen plan som alla följer – i skolan, på korttids och hemma.



8 Vi gör det tillsammans

Du, din vuxen som ansvarar för dig, korttids och vården samarbetar för att du ska må bra och känna dig trygg.

