



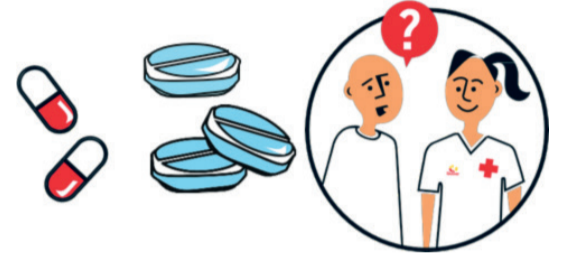
## Rätt information

- Är du överkänslig eller allergisk är det viktigt att du berättar det för personalen.
- Du kan alltid fråga personalen om din vård eller din behandling.



## Dina läkemedel

- Under vårdtiden får du alla läkemedel du behöver av personalen. Vi ber dig därför att inte ta av egna medhavda läkemedel om inte annat överenskommits.
- Är det något läkemedel du inte vet varför du tar? Du kan alltid tala med läkare eller sjuksköterska om du har frågor om dina läkemedel.



## Hur kan du skydda dig och andra från smitta?

- Det är viktigt att tvätta händerna före måltid och efter toalettbesök.
- Om du har kräkning eller diarré ska du tala om det för personalen.
- Vi ber dig använda endast den toalett som anvisats dig.
- Nys eller hosta i armvecket eller i näsduk så undviker du att sprida smitta.
- Om du har en kateter i ett blodkärl eller urinblåsan, fråga gärna personalen hur länge den ska sitta kvar.



## Maten är viktig för din hälsa och tillfrisknande

- Har du svårt att äta och dricka är det viktigt att du berättar det för personalen.
- Är du allergisk eller överkänslig mot något livsmedel är det viktigt att du berättar det för personalen.
- Om du kan, gå gärna till avdelningens matsal och inta din måltid.
- Du kan alltid fråga personalen om mat och dryck och du kan alltid komma med önskemål.



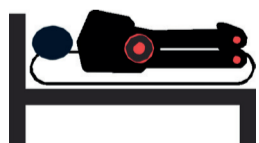
## Hur kan du undvika fallolyckor?

- Det är bra om dina skor är stadiga.
- Om du behöver kan du få låna särskilda anti-halksockor och gånghjälpmedel här på avdelningen.
- Om du känner dig yr eller ostadig, kontakta personalen innan du reser dig upp.
- Sitt gärna en stund på sängkanten, trampa med fötterna och drick lite innan du reser dig.



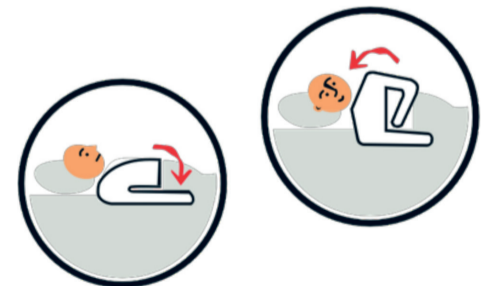
## Hur kan du undvika blodproppar?

- Det är bra om du är uppe och rör dig så ofta du kan.
- Att använda stödstrumpor minskar risken för blodpropp.
- Försök att röra på benen och fötterna även om du är sängliggande.



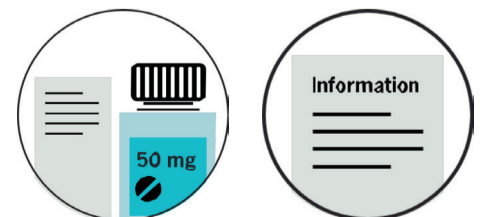
## Hur kan du förebygga trycksår?

- Om du kan, försök att röra på dig i sängen och ändra läge ofta. Även små lägesändringar gör nytta.
- Säg till personalen om du ligger obekvämt eller om det gör ont, till exempel på hämlarna.
- Personalen hjälper dig gärna att vända dig i sängen eller ändra läge i stolen.



## När det är dags att lämna sjukhuset

- När du lämnar sjukhuset ska du få med dig:
- Din vård- och läkemedelsberättelse som beskriver vad som hänt under din sjukhusvistelse.
  - Information om vem du ska kontakta om du har frågor.
  - Information om din fortsatta vård och behandling.



Du kan alltid fråga personalen om du inte fått denna information.