

# PATIENTINFORMATION

## Vad är egenvård?

Egenvård är den vård som du kan utföra själv eller som du kan få hjälp av någon annan att utföra. Någon annan kan till exempel vara en närstående, skolpersonal eller hemtjänstpersonal. Egenvård kan vara medicinering, omläggning av sår eller att du känner till och vet hur du ska behandla lindrigare sjukdomsbesvär. Egenvård räknas inte som sjukvård.

### Vad är ett egenvårdsbeslut?

Ett egenvårdsbeslut innebär att du själv bedöms kunna ta ansvar för de åtgärder som behöver göras för din hälsa. En individuell bedömning görs utifrån dina behov och förutsättningar och säkerhet. Egenvårdsbeslutet fattas av legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal till exempel läkare, sjuksköterska, arbetsterapeut eller fysioterapeut.

### Har du frågor angående hur egenvården ska utföras?

Har du eller dina närstående frågor om just din egenvård? Vänd dig till den person som tagit beslutat om din egenvård.

### Behöver du hjälp med din egenvård?

Vänd dig till den person som tagit beslutat om din egenvård så får ni gemensamt kontakta din biståndsenhet som utreder och beslutar om du kan få hjälp från kommunens socialtjänst. Biståndsenheten når du via din kommuns telefonväxel.

### Vad kostar det att få hjälp med egenvård?

Kommunerna har olika taxor för vad hjälp med egenvård kostar. Vänd dig till din kommun för mer information.

### Vad gör jag om jag behöver mer eller annan hjälp?

Om din hälsa förändras och du behöver mer hjälp, annan hjälp eller inte längre behöver hjälp, då ska du kontakta den vårdgivare som beslutat om egenvård. På kvällar och helger kan du kontakta 1177 Vårdguiden på telefon.