En god behandling begynder med en god dialog

På www.hejsundhedsvæsen.dk kan du finde flere eksempler på, hvad du kan spørge om. Du kan også finde inspiration, videoer, redskaber og gode råd fra fra læger, sygeplejersker og andre ansatte i sundhedsvæsenet til hvordan du får en tryg og sikker behandling.

Fire gode råd at huske på

Stil spørgsmål

Godt du spør'

Ta en pårørende med

Hav tjek på din medicin

Kend det næste skridt

HEJ SUNDHEDSVÆSEN

TrygFonden

Dansk Selskab for Patientsikkerhed

Hej Sundhedsvæsen er et samarbejde mellem TrygFonden og Dansk Selskab for Patientsikkerhed

Godt du spør'

En god behandling begynder med en god dialog

HEJ SUNDHEDSVÆSEN

TrygFonden

Dansk Selskab for Patientsikkerhed

En god behandling begynder med en god dialog

De fleste af os kender den situation, hvor vi efter en samtale med lægen kommer i tanke om alt det, vi ikke fik spurgt om, enten fordi vi glemte det undervejs eller fordi vi ikke brød os om at spørge. Det er en skam, for spørgsmål er vigtige.

Når du stiller spørgsmål, bliver du bedre rustet til at tage de beslutninger, der er rigtige for dig – på et kvalificeret grundlag. Det sikrer også, at du bliver hørt, og at lægen får indblik i din situation, i dine ønsker og i de ting, der bekymrer dig.

En god behandling er et partnerskab. Lægen er den faglige ekspert. Men du er ekspert i dig. Ingen ved mere om dig end dig, og din viden er afgørende for lægen. Derfor er det godt, at du spørger.

Vi har her samlet en række spørgsmål, som andre patienter og pårørende har fundet værdifulde at stille i forskellige faser af behandlingsforløbet. Du kan bruge spørgsmålene som inspiration og skrive dine egne spørgsmål ned på de følgende sider.

Du kan f.eks. spørge om:

- Kan du forklare det med andre ord?
- Det her er nyt for mig. Vil du sige det igen?
- Skal jeg til kontrol efter jeg er udskrevet?
- Der er noget der bekymrer mig, skal jeg sige det nu?
- Hvem kan jeg ringe til, hvis jeg får smerter?
- Kan min kone komme med til stuegangen?

Mine spørgsmål

- _____
- _____
- _____

Når du skal undersøges

Du skal som regel igennem en række undersøgelser eller have taget forskellige prøver, før lægerne kan sige, hvad du fejler. Der er ofte flere måder at undersøge de samme symptomer på. Du beslutter sammen med lægen, hvad der er rigtigt for dig. Vær sikker på, at du ved hvad undersøgelsen giver af ny viden om din sygdom, og hvad næste skridt er.

Tre ting du selv kan gøre

1.

Forbered dig

Nogle undersøgelser kræver forberedelse, f.eks. at du ikke spiser inden. Læs det materiale du har fået fra afdelingen og spørg, hvis du er i tvivl om hvad du skal gøre.

2.

Tjek dit navn og personnummer

For at undgå at der sker misforståelser, bliver du ofte spurgt om dit navn og personnummer, også selv om personalet kender dig. Bliver du ikke spurgt, kan du selv sige dit navn og personnummer, så er du på den sikre side.

3.

Kend det næste skridt

Når du kender det næste skridt i din behandling, kan du lettere invitere dine pårørende med, når der skal træffes beslutninger. Når I ved hvilke prøver I venter svar på, kan I nemmere følge med og forberede Jer.

Du kan f.eks. spørge om:

- Er der andre måder jeg kan blive undersøgt for de samme symptomer?
- Hvad giver undersøgelsen svar på?
- Hvordan kan jeg forberede mig?
- Er der risici eller ubehag forbundet med undersøgelsen?
- Hvornår får jeg svar, og hvem skal jeg ringe til, hvis svaret ikke kommer?

Mine spørgsmål

- _____
- _____
- _____

Når du er i behandling

I dag er der ofte flere måder at behandle den samme sygdom på. Nogle passer bedre til dig og din måde at leve på, så det er vigtigt, at du kender de forskellige muligheder og tager stilling. Spørg ind til dine muligheder, så du i samråd med lægen kan tage stilling til, hvilken behandling, der passer bedst til dig.

Tre ting du selv kan gøre

1.

Undersøg mulighederne

Spørg til forskellige behandlingsformer og bed om informationsmateriale. Eller hør, hvor du kan få mere at vide.

2.

Kend din medicin

Lav en liste over al den medicin, du tager – også naturmedicin. Skriv ned hvad medicinen hedder, hvordan den virker, hvilke bivirkninger den har og hvor længe du har taget den.

3.

Orienter personalet

Fortæl hvis du tidligere har haft dårlige oplevelser med bedøvelse, eller hvis medicinen ser anderledes ud, end den plejer. Så hjælper du til at undgå fejl.

Du kan f.eks. spørge om:

- Hvilke muligheder er der for bedøvelse, hvis jeg skal opereres?
- Hvilke bivirkninger kan jeg forvente?
- Er der andre muligheder end operation?
- Bliver jeg helt rask af behandlingen?
- Hvordan kan jeg forvente at have det efter operationen?

Mine spørgsmål

- _____
- _____
- _____

Når du er indlagt

Når du er indlagt, er der faste rutiner for f.eks. stuegang, undersøgelser, måltider og besøg. Stuegangen er den daglige konsultation mellem dig, lægen og plejepersonalet, hvor der ofte bliver taget beslutninger om din behandling. Spørg personalet og læs sygehusets velkomstpjece, så du ved hvad der skal foregå hvornår. Så kan du invitere dine pårørende med, når det er vigtigt for dig.

Tre ting du selv kan gøre

1.

Inviter dine pårørende

Inviter dine pårørende med til stuegang, udskrivelsessamtaler og andre samtaler, hvor der bliver taget beslutninger og hvor du får vigtig information.

2.

Kend det næste skridt

Før du bliver udskrevet, har du sikkert en samtale med en sygeplejerske om, hvad du skal være opmærksom på når du kommer hjem. Det er også en god idé, at tage en pårørende med til den samtale.

3.

Bed om hjælp

Kald, hvis du har brug for hjælp f.eks. til at komme på toilettet. Det er bedre, end hvis du falder og slår dig.

Du kan f.eks. spørge om:

- Hvilke prøver eller undersøgelser skal være i orden, før jeg kan blive udskrevet?
- Hvem kontakter mine pårørende efter operationen, hvis jeg ikke selv kan?
- Kan jeg få besøg uden for besøgstiden?
- Hvad er næste skridt i mit forløb?
- Hvem giver kommunen eller hjemmeplejen besked om min situation?

Mine spørgsmål

-
-
-

Når du er hjemme igen

I de fleste tilfælde skal du til kontrol eller opfølgende undersøgelser, efter du er blevet udskrevet. Måske fortsætter din behandling via sygehuset eller din egen læge. Det er derfor vigtigt, at du ved, hvad behandlingen betyder for din hverdag. F.eks. om du skal have genoptræning, om din medicin forhindrer dig i at drikke alkohol eller køre bil, og hvornår du må dyrke motion efter din operation.

Du kan f.eks. spørge om:

- Hvad skal jeg være opmærksom på, når jeg er hjemme igen?
- Skal jeg til kontrol eller flere undersøgelser, efter jeg er udskrevet?
- Er der noget jeg ikke må gøre?
- Kan behandlingen påvirke mit sexliv?
- Hvem skal jeg kontakte, hvis jeg får smerter eller problemer derhjemme?
- Hvem har ansvaret for min behandling?

Tre ting du selv kan gøre

1. Kend de næste skridt

Skriv de vigtigste informationer ned – f.eks. hvem der har ansvaret for din behandling og hvem du skal kontakte, hvis du får smerter eller er i tvivl om noget.

2. Skriv ned undervejs

Kommer du mellem de opfølgende undersøgelser i tanke om noget, du vil spørge lægen om, så skriv det ned. Det gør det nemmere at huske til næste konsultation eller kontrol.

3. Kend din journal

På hjemmesiden sundhed.dk kan du se din egen journal og finde alle de informationer, som sundhedsvæsenet har registreret om dig. Det kan give et godt overblik.

Mine spørgsmål