

# Patientguide

Var och en av oss är ibland patient. Denna guide berättar om dina möjligheter att påverka säkerheten i din vård under hela din vårdperiod. Du får tips för att trygga en säker vård och information om patientens rättigheter och patientsäkerheten.



# Innehållsförteckning

1. **10 tips för en säkrare vård**, sida 3
2. **Som patient har du rättigheter**, sida 4
3. **När du uppsöker vård**, sida 6
4. **När du är i vård**, sida 9
5. **Hur fortsätter din vård?**, sida 17
6. **Närstående till en patient**, sida 19
7. **Bekräfta din donationsvilja**, sida 21
8. **Egna uppgifter**, sida 22
9. **Medicinlista**, sida 23

# 10 tips för en säkrare vård

## 1. Tillräckliga uppgifter

De personer som vårdar dig ska ha tillräckliga uppgifter om dina symptom och sjukdomar samt uppdaterade kontaktuppgifter. Om det skett ändringar, meddela om dessa.

## 2. Fastställande av identiteten

Om personalen glömmer att fråga dina personuppgifter, ska du inte vara rädd för att påminna personalen om detta när du t.ex. ska genomgå en undersökning, får mediciner eller då dina undersökningsresultat behandlas.

## 3. Anteckningar

Anteckna det du vill berätta eller fråga. Begär skriftlig information av vårdpersonalen för att minnas bättre.

## 4. Var inte rädd för att fråga

Ställ frågor om vårdalternativ och hur din vård framskrider. Ställ frågor också om mediciner och deras biverkningar. Säkerställ att du förstått saker rätt.

## 5. Medicinering

Det är viktigt att din medicinlista är uppdaterad på vårdplatsen och apoteket. Du kan begära en kontroll. Ändra inte medicineringen själv.

## 6. Följ anvisningarna

Följ de vårdanvisningar som du fått. Berätta om detta är svårt för dig.

## 7. Deltagande

Delta i planeringen av och beslutsfattandet om din vård. Ge respons på din vård.

## 8. Smärtor

Berätta om du har smärtor, var du har smärtor och beskriv dem.

## 9. Närvaro av en anhörig eller närstående

En närstående eller anhörig kan delta i din vård om du så önskar.

## 10. Om du funderar på något

Om du funderar på något, för genast ärendet på tal. Du kan vara i kontakt med din vårdplats också i efterhand. You have rights as a patient



# Som patient har du rättigheter

## Patientens ställning och rättigheter

Lagen om patientens ställning och rättigheter innehåller bestämmelser om patienträttigheter. Lagen gäller för hela hälso- och sjukvården. Lagen ger dig rätt till bl.a.

- tillgång till vård inom den tid som fastställts inom ramen för vårdgarantin
- gott bemötande och bra vård i samråd med dig
- att använda finska eller svenska och i mån av möjlighet ett annat modersmål
- information om ditt hälsotillstånd, vårdalternativ och deras effekter
- att granska din patientjournal och vid behov begära att den rättas
- sekretessbeläggning av uppgifter om din hälsa
- möjlighet till en diskussion om vårdalternativen
- att vägra att ta emot vård
- verkställande av din vårdvilja.

Du kan läsa mer om patientens ställning och rättigheter på regionförvaltningsverkets webbsidor [www.avi.fi](http://www.avi.fi) och Valvira webbsidor [www.valvira.fi/se](http://www.valvira.fi/se).

## Är det möjligt att framföra klagomål om vården?

Om något är oklart i din vård eller om du är missnöjd med din vård, lönar det sig att så fort som möjligt ta upp ärendet med den behandlande läkaren eller vårdpersonalen. Det är enklare att utreda ärendet medan du vårdas än efteråt. I det skedet kan många saker fortfarande rättas till eller ändras.

Vid behov kan du göra en skriftlig anmärkning till den chef som ansvarar för hälso- och sjukvården vid din vårdenhets. Chefen måste utreda det som framförts i anmärkningen. Chefen ska också alltid ge ett svar till den som framfört en anmärkning inom skälig tid, cirka inom en månad.

Du har också möjlighet att framföra ett klagomål till tillsynsmyndigheten, som är det regionförvaltningsverk som övervakar din vårdplats och Valvira (Tillstånds- och tillsynsverket inom social- och hälsovården). Valvira handlägger endast allvarliga negativa händelser, såsom gravt handikapp eller dödsfall på grund av ett vårdfel.



### **Vid en patientskada kan du göra en patientskadeanmälan**

Om du misstänker att en patientskada uppkommit i samband med vården kan du lämna in en ansökan till Patientförsäkringscentralen för att få eventuell ersättning. Ersättning ska vanligen sökas inom tre år efter att den ersättningsberättigade fick kännedom om skadan eller borde ha känt till skadan.

Patientförsäkringscentralen sköter ersättning av patientskador som uppkommit i Finland. Utifrån patientskadelagen avgör Patientförsäkringscentralen om en skada kan ersättas ur patientförsäkringen. Patientförsäkringscentralen är en försäkringsanstalt och den handlägger enbart försäkringsärenden.

Du får närmare uppgifter på Patientförsäkringscentralens webbsidor [www.pvk.fi/sv](http://www.pvk.fi/sv).

### **Patientombudsmannen ger information om dina rättigheter**

Varje vårdinrättning ska ha en patientombudsman. Vid behov ger patientombudsmannen dig eller dina närstående information om dina rättigheter. Han eller hon är också skyldig att hjälpa dig att göra anmärkningar, framföra klagomål eller göra ersättningsansökningar. Patientombudsmannen tar dock inte ställning till vårdkvaliteten. Du får kontaktuppgifter till patientombudsmannen av din vårdinrättning.

# När du uppsöker vård

## Hur påverkar du din egen patientsäkerhet när du uppsöker vård?

Vi har alla möjlighet och rätt att påverka framgången i vår vård och tillgodoseendet av patientsäkerheten. Vi är experter på vår egen hälsa, eftersom vi känner till vår egen sjukdomshistoria bäst. Därför är det viktigt att vården planeras i samarbete mellan dig och yrkespersonalen.

## Vad är patientsäkerhet?

Patientsäkerhet är grunden för bra vård. Patientsäkerhet är det gemensamma målet för vårdpersonalen, patienten och hans eller hennes närstående.

Ur patientens synvinkel handlar patientsäkerhet om att han eller hon får rätt vård, i rätt tid och på rätt sätt så att vården inte leder till olägenheter för honom eller henne. Patienterna och deras närstående kan bidra till att främja patientsäkerheten.



## Tjänster inom hälso- och sjukvården

Din hemkommun tillhandahåller primärvårdstjänster för dig, antingen i egen regi eller i samarbete med andra kommuner. På kommunens webbsidor och via kommunens telefoncentral får du information om hälso- och sjukvårdstjänster, på vilket sätt du kan boka konsultation och vilken som är din hälsostation.

Om du är i arbetslivet, sköter i allmänhet din arbetsgivare dina grundläggande hälso- och sjukvårdstjänster, dock inte tandvården. Kontrollera vilka hälsovårdstjänster din arbetsgivare erbjuder dig innan du inleder ett arbetsförhållande. Du har också möjlighet att anlita tjänster som tillhandahålls av privatläkare, om din ekonomiska situation ger möjlighet till detta.

Om du bor eller vistas regelbundet eller långa tider utanför din hemkommun på grund av t.ex. arbete, studier eller fritidsaktiviteter eller på grund av att en anhörig eller en annan närstående bor utanför din hemkommun, vårdas du i den kommun där du vistas utifrån den vårdplan som utarbetats vid hälsocentralen i din hemkommun. En överenskommelse om detta ska göras minst tre veckor på förhand.

Du får närmare uppgifter från din hälsocentral.

## Möjligheten att välja vårdplats

Du kan välja att anlita primärvårdstjänster (bl.a. läkar- eller sjukskötarmottagningar) vid vilken hälsocentral eller hälsostation som helst i din kommun. Från början av 2014 har du rätt att uppsöka vård vid vilken hälsostation eller sjukvårdsenhet som helst i Finland. Det finns skäl att välja vårdplats på så sätt att platsen på bästa sätt svarar mot de behov som din vård ställer.

Om du byter vårdplats, meddela om detta skriftligen såväl till den tidigare som till den nya platsen. Du får vård av den nya hälsostationen senast tre veckor efter att meddelandet anlänt.

## När du behöver tjänster inom den specialiserade sjukvården

I allmänhet är sjukhuset inom den specialiserade sjukvården i din region din vårdplats. Du kan välja ett annat sjukhus också för att tillgodose din rätt att använda finska, svenska eller samiska eller om detta i övrigt är nödvändigt för att få bästa möjliga vård.

Du väljer vårdplats i samråd med din behandlande läkare på så sätt att platsen svarar mot de behov som din vård medför.

Du styrs till fortsatt vård hos en läkare eller sjukskötare som vårdat dig tidigare alltid då det är möjligt för att ordna vården på ett ändamålsenligt sätt.

Du kan leta efter, jämföra och utvärdera social- och hälsovårdstjänster och serviceproducenter på adressen [www.palveluvaaka.fi](http://www.palveluvaaka.fi). En ny version av servicevägen (Palveluvaaka) tas i bruk 2015.

## Ta reda på var du ska uppsöka akut vård

Utred på förhand var du vårdas i akuta situationer som kräver vård av jourkaraktär. På vardagar kan du fråga detta av t.ex. din kommuns hälsocentral, sjukhuset i din region eller i nödfall via telefonnumret 112.

Under kvällstid, nattetid och veckoslut koncentreras den akuta vården till allt färre, men bättre och mer mångsidigt utrustade vårdplatser. I akuta situationer kan du använda närmaste jourställe.

Du får veta var du ska uppsöka akut vård genom att:

- ringa till hälsocentralen i din kommun
- ringa till sjukhuset i din region
- ringa kommunens lokala servicenummer, som ger hälsorådgivning (om kommunen har ett sådant nummer), eller
- ringa nödnumret 112 i nödfall.

Genom att aktivt delta säkerställer du att din vård är framgångsrik.

# När du är i vård

## Hur påverkar du din patientsäkerhet när du är i vård?

Du kan främja säkerheten i din vård på många sätt. Det är viktigt att du berättar tillräckligt om din situation för vårdpersonalen, eftersom du känner till din sjukdomshistoria bäst. Diskutera din sjukdom och dina symptom med din läkare och övriga personer som deltar i din vård. På så sätt säkerställer du att du får bästa möjliga vård.

## Bidra till att förbättra informationsflödet

Många misstag i hälso- och sjukvården beror på bristfällig informationsöverföring då en patient flyttas från en avdelning till en annan, till t.ex. avbildning eller andra undersökningar eller till fortsatt vård.

När du vårdas ska du se till att personalen har korrekta och tillräckliga uppgifter om dig, t.ex. om primärsjukdomar, medicinering, eventuell graviditet, amning eller allergier.

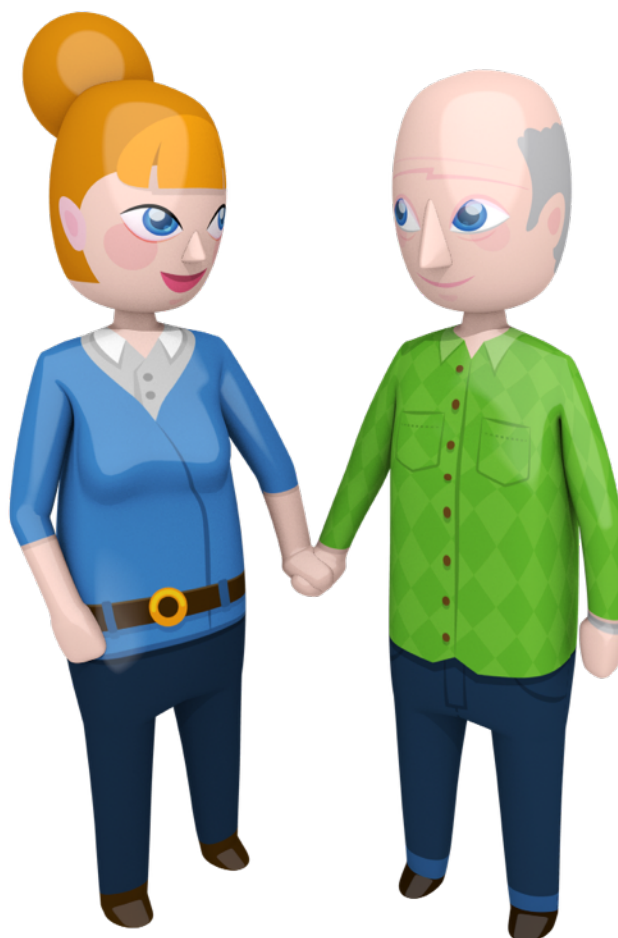
Du kan själv bidra till att ett bra resultat uppnås genom att fråga vad som undersöks, varför, när och var av personalen, skötarna och läkarna. De ger dig anvisningar om förberedelserna för en undersökning. Följ anvisningarna.

## Se till att dina personuppgifter är korrekta

Patienter med samma namn kan blandas ihop. Personalen frågar ditt namn och din personbeteckning för att säkerställa att de behandlar din patientjournal, dina provsvar eller dina undersökningsresultat.

Var inte rädd för att påminna personalen om att fråga dina personuppgifter, om detta glöms bort. Detta är särskilt viktigt vad gäller blodprov och olika ingrepp eller när du får medicin.

Se till att dina kontaktuppgifter är uppdaterade.





## **Diskussion är grunden för en smidig och säker vård**

En öppen diskussion mellan patienten och vårdpersonalen är grunden för en säker vårdrelation. Vården ska utgå från respekt för din självbestämmanderätt.

Genom en förtrolig diskussion kan du och personalen tillsammans besluta hur du får bästa möjliga vård. Det finns inte något sådant symptom eller problem som det inte går att berätta om.

Förbered dig på ditt besök vid hälsocentralen eller sjukhuset. Fundera på de ärenden som du vill föra på tal och anteckna dem vid behov, så att du inte glömmer något som du tycker att är viktigt. Du kan också begära att en anhörig eller närstående kommer med som stöd.

Våga berätta om bekymmer och problem som kan påverka vårdframgången.

Om det är svårt för dig att prata eller lyssna eller om du inte förstår finska eller svenska, ska du på förhand se till att du får den hjälp som du behöver.

## **Du kan ta med en nära person**

Närvaro av en anhörig eller närstående kan kännas tryggt då du är på mottagningen. Det kan vara bra att det finns flera personer som lyssnar på diskussionen då du får viktig information om vården och åtgärderna. På så sätt finns det någon att diskutera med efter besöket och någon som ger dig stöd.

## **Berätta om dina besvär och dina levnadsvanor**

Det som du berättar om ditt hälsotillstånd och dina levnadsvanor hjälper personalen att dra slutsatser om vad som eventuellt orsakar dina symptom. Med andra ord ska du beskriva din situation så noggrant som möjligt.

Dina levnadsvanor kan påverka vårdkvaliteten.

Fundera på förhand på vilka frågor du vill ställa och anteckna de frågor som du vill ha svar på. Var inte rädd för att fråga, det finns inga dumma frågor. Om du inte förstår tillräckligt bra, fråga på nytt. Gör anteckningar vid behov, de hjälper dig att komma ihåg saker efteråt.

Förbered dig på att svara på läkarens frågor. Frågorna varierar enligt dina symptom och din situation. Frågor om ditt hälsotillstånd för närvarande kan vara t.ex.:

- Hurdana besvär har du?
- Hur länge har du haft besvär?
- Finns det något som förvärrar eller lindrar dina besvär?
- Vad tror du att är orsaken till besvären?
- Har du allergier? Berätta om dina läkemedelsallergier eller andra allergier.
- Röker du, dricker du alkohol, hur äter du och hur motionerar du?
- Har du svårt att hålla balansen eller har du ramlat under de senaste sex månaderna?

- Har du för närvarande inflammationer?
- Använder du hjälpmedel?
- Är du gravid, tror du att du är gravid eller ammar du?

Frågor om tidigare sjukdomar och vården av dessa kan vara t.ex.:

- Är du eller har du varit allvarligt sjuk?
- Har du vårdats på sjukhus?
- Har du genomgått kirurgiska eller andra ingrepp?
- Har du ledproteser, blodkärlsproteser, pacemaker eller har du genomgått en hjärtklaffsoperation?
- Finns det ärftliga sjukdomar i din släkt?

### **Håll din medicinlista ajour**

Vårdpersonalen måste känna till din medicinering för att kunna ge dig så säker vård som möjligt. När du inleder en ny läkemedelsbehandling är det viktigt att säkerställa medicinens kompatibilitet med andra receptbelagda mediciner, egenvårdsläkemedel, naturpreparat och näringstillskott. Samverkan kan leda till t.ex. sänkt eller höjd effekt för medicinen, vilket kan vara farligt. Glöm inte att berätta också om dina läkemedelsallergier till vårdpersonalen.

Gör en uppdaterad lista över de mediciner som du tar regelbundet och enligt behov. Sätt också egenvårdsläkemedel, naturpreparat, vitaminer och näringstillskott på listan.

Ta med listan då du besöker en ny vårdplats eller apoteket för att trygga en säker medicinering.

På din vårdplats kan du be att din läkare skriver ut en medicinlista för dig, på vilken du ser de mediciner som läkaren skrivit ut för dig. Kom ihåg att uppdatera listan om din medicinering ändras.

### **Elektroniskt recept**

Ett e-recept är ett recept som en läkare skriver ut och undertecknar elektroniskt och sparas i en centraliserad riksomfattande databas, som kallas för Receptcentret. Den omfattar e-recept och expedieringsanteckningar som apoteken infört på recepten.

Efter ibruktagandet av e-recept, har du fortfarande möjlighet att få ett pappersrecept om du så önskar. Det är också möjligt att få telefonrecept eller förnya ett recept per telefon.

I webbtjänsten Mina Kanta-sidor kan du granska dina egna hälsouppgifter och uppgifter om dina e-recept. Pappers-, telefon- och faxrecept sparas dock inte i Receptcentret. Det framgår av receptuppgifterna hur länge ditt recept gäller och om det ännu finns mediciner att ta ut med receptet. Därtill kan du skriva ut en sammanfattning av ett e-recept. Du kan logga in i tjänsten med bankkoder eller med ett elektroniskt id-kort.

E-recept förbättrar patientsäkerheten. Läkaren och apoteket kan utifrån ett samtycke av dig granska hela din medicinering och förebygga skadliga samverkningar av mediciner och överlappningar.

Närmare uppgifter om e-recept och Mina Kanta-sidor finns på [www.kanta.fi/sv](http://www.kanta.fi/sv).

### **Begär vid behov ett europeiskt recept**

Du kan begära ett europeiskt recept av din läkare. Med ett europeiskt recept får du medicin från apotek i EU-länderna, Island, Norge, Liechtenstein och Schweiz. Receptet skrivs i allmänhet ut utifrån det verksamma ämnet, inte handelsnamnet. Du ska först själv betala din medicin och sedan ansöka om ersättning av FPA.

### **Var noga med handhygienen**

Sjukhusinfektioner är vanliga och orsakar en stor del av de olägenheter som uppkommer under sjukhusvård. Största delen av infektionerna sprids via händerna. Därför är det viktigt att personalen, dina gäster, du själv och övriga patienter är noga med handhygienen.

Tvätta alltid händerna noggrant efter att du gått på WC, varit i kontakt med andra personer och före måltider. Använd därtill handsprit enligt anvisningarna. Om du lägger märke till att personalen, besökare eller andra patienter inte tvättar händerna eller använder handsprit tillräckligt bra, har du rätt att anmärka om detta.

# HAND- HYGIEN

## Gemensam sak!

Inom hälso- och sjukvården förebyggs infektioner effektivast genom att alla - personalen, patienterna och de anhöriga - iakttar god handhygien.

- Kontaktsmitta är den vanligaste smittvägen för bakterier och virus. Bland annat influensavirus sprids lätt genom beröring.
- Många sjukdomar försämrar motståndskraften, vilket innebär att patienten kan vara extra infektiöskänslig.
- Användning av handsköljmedel är det effektivaste sättet att förhindra mikrospridning via händerna. Användning av handsköljmedel förebygger vårdrelaterade infektioner.
- Hemma och i vardagen förebyggs mikrospridning bäst genom omsorgsfull handtvätt med tvål och vatten.

## Använd handskölj- medel

När du stiger in i och lämnar avdelnings-, poliklinik- och patientutrymmen.

...

Före måltiderna.

...

När du har hostat, nyst eller snutit dig.

...

Innan du vidrör och efter att du vidrört sår eller sårförband.

...

Innan du vidrör och efter att du vidrört främmande föremål så som urinkatetrar och kärlkanyler.

...

Tvätta händerna med tvål och vatten och använd sedan handsköljmedel efter toalettbesök eller om händerna är smutsiga.

Använd  
handskölj-  
medlet  
rätt!

1

FINGERTOPPARNA



Portionera rikligt med handsköljmedel (2 satser) i din torra handflata. Doppa fingertopparna i lösningen. Upprepa manövern med den andra handens fingertoppar.

2

TUMMARNAS



Sprid ut handsköljmedlet på händernas över- och undersidor. Glöm inte tummarna eller huden mellan fingrarna.

3

HANDFLATORNA



Massera händerna tills de är torra.



Patientsäkerhet genom kunskap och färdighet -arbetsgrupp

## Förbered dig på undersökningar

Det krävs att du förbereder dig inför vissa prover och undersökningar. Du får anvisningar om förberedelserna på förhand.

Om du inte får tillräcklig information, kan du ställa följande frågor:

- Varför tas provet eller varför görs undersökningen?
- Vilka är riskerna?
- Finns det andra alternativ?
- När undersöks jag?
- Hur förbereder jag mig?
- Vad ska göra efter undersökningen?

Se till att du får undersökningsresultaten:

- Det kan ta tid att få undersökningssvar eller andra läkarutlåtanden.
- Om du inte får resultaten genast, kan du minska riskerna genom att t.ex. fråga:
- På vilket sätt och när får jag resultaten?
- Vem ska jag kontakta om jag inte får information eller om jag har något att fråga?
- Vad händer till näst?

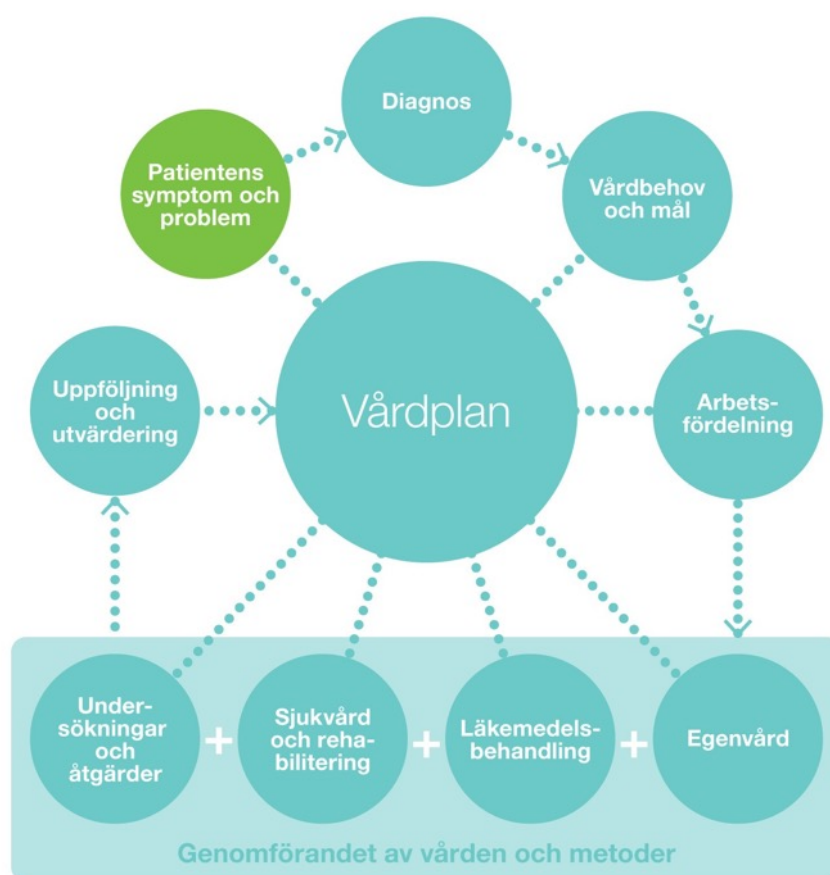
Om något är oklart, berätta det för vårdpersonalen. Du kan också begära att få informationen skriftligt.

## Vårdplanen ligger till grund för din vård

Som patient har du rätt till en vårdplan. Hälso- och sjukvårdslagen förutsätter en vårdplan vid icke-akut vård. Våga begära en vårdplan, även om du lider av enbart en kronisk sjukdom. Vårdplanen ger möjlighet att på ett säkert sätt samordna de olika formerna av vård för dina sjukdomar och att trygga att de olika vårdformerna passa ihop med varandra och att de genomförs. Vårdplanen utarbetas av yrkespersoner inom hälso- och sjukvården i samråd med patienten.

Uppgifter om alla dina hälsoproblem och den vård som planerats för dig sammanställs i din vårdplan. Vårdplanen innehåller anteckningar om diagnosen, vårdbehovet och målet med vården, arbetsfördelningen, genomförandet av vården, vårdmetoder, uppföljningen, utvärderingen och medicineringen. Också de saker som du själv ska sköta fastställs i vårdplanen.

Kontakta socialarbetaren på ditt sjukhus om du behöver information om sociala förmåner och din rätt till dessa. Socialarbetaren hjälper dig att t.ex. ansöka om stöd och utreda ekonomiska problem. Du får också närmare uppgifter av patientorganisationerna.



## Läkaren och patienten utarbetar vårdplanen tillsammans

Läkaren:

- Utarbetar en vårdplan tillsammans med dig.
- Fattar beslut om medicinska undersökningar, diagnosticeringen av en sjukdom och vården. Läkaren beaktar din åsikt.

Patienten:

- Som patient har du rätt att få tillräcklig information om vården och de relaterade riskerna, så att du kan vara med och fatta beslut om din vård.
- Du har rätt att framföra önskemål och berätta om dina behov vad gäller vården.
- Du har också rätt att vägra ta emot den vård som erbjuds. Då letar man efter en annan alternativ vårdform för dig.
- Du kan följa utvecklingen för din vårdplan. Du följer den och kontaktar vid behov din vårdplats.

### **Var inte rädd för att fråga**

Din sjukdom väcker säkert många frågor. Det är viktigt att du har kunskap om det som enligt dig själv är viktigt i din vård. Du kan ställa t.ex. följande frågor:

- Har vården biverkningar och finns det risker med den?
- Vilka är fördelarna och nackdelarna med vårdalternativen?
- Vad händer om jag inte får vård?
- Vilka är vårdalternativen?
- Hur vet jag att vården är effektiv?
- När inleds vården? Hur länge varar den?
- Vad ska jag själv göra eller beakta för att slutresultatet ska vara så bra som möjligt?
- Vem kan jag kontakta om jag är bekymrad över något?
- Var hittar jag närmare information om min sjukdom och dess vård?
- Om min vård överförs till t.ex. hälsocentralen, vad ska jag då göra?

### **Ge respons och framför önskemål**

Våga ge respons på din vård. Du kan också ge beröm om du så vill. Kom ihåg att vårdpersonalen inte kan läsa dina tankar. Om du vill kan du ställa frågor till vårdpersonalen om patientorganisationernas verksamhet och möjligheten till stöd av personer i samma situation. Din patientorganisation ger dig värdefull tilläggsinformation och stöder dig.

Du säkerställer bästa möjliga vård för dig själv genom att samarbeta med yrkespersonalen.

# Hur fortsätter din vård?

## Hur ordnas din fortsatta vård?

När du behöver fortsatt vård utarbetas en plan för fortsatt vård och vid behov en rehabiliteringsplan för dig. De utarbetas alltid i samråd med dig. På så sätt säkerställs att din fortsatta vård är framgångsrik. Delta aktivt i utarbetandet av din plan för den fortsatta vården och var inte rädd för att ställa frågor om något bekymrar dig. Framför dina önskemål om hur den fortsatta vården ska ordnas.



## Viktigt att beakta efter vården

- Om du så önskar kan du inkludera en anhörig eller närstående i planeringen av den fortsatta vården.
- Spara din epikris och dina recept. En epikris är ett referat av sjukdomsförloppet och vården och utarbetas efter att vården avslutats.
- Följ alla medicinerings-, vård-, hygien- och kostanvisningar som du får.
- Vid behov kan du begära skriftliga anvisningar.
- Fråga vem du vid behov kan kontakta.
- Berätta om du inte förstår anvisningarna om den fortsatta vården.
- Om du inte förstår en term, fråga tills du förstår.
- Berätta om du misstänker att du kan ha problem att genomgå vården, sköta medicineringen eller att du inte klarar dig.
- Diskutera behovet av hjälpmedel eller ändringsarbeten i hemmet.
- Du ska få instruktioner och handledning för hur du själv vårdar din sjukdom.
- Begär anvisningar om din vård överförs till ett annat ställe, t.ex. till hälsocentralen.

## Vid behov utarbetas en plan om fortsatt vård eller en rehabiliteringsplan för dig

När en plan om fortsatt vård eller en rehabiliteringsplan utarbetas funderar man på t.ex. fysikalisk vård, aktivitetsträning, handledning som gäller yrkesval, handledning i



användning av hjälpmedel, den psyko-sociala rehabiliteringen, och kostrådgivning. Därtill bedöms din arbetsförmåga och återgången till arbetet.

En rehabiliteringsplan utarbetas tillsammans med dig inom den offentliga hälso- och sjukvården. Din behandlande läkare ansvarar tillsammans med en arbetsgrupp för arbetet med planen. Arbetsgruppen kan omfatta bl.a. en fysioterapeut, en ergoterapeut och en socialarbetare. Om du så önskar kan en anhörig eller närstående delta.

Utifrån en rehabiliteringsplan har du möjlighet att få ersättning för t.ex. stödåtgärder enligt lagen om handikappservice, såsom ändringsarbeten i bostaden, färdtjänster och personlig hjälp.

Delta aktivt i arbetet med din plan för fortsatt vård – den görs upp tillsammans med dig.

# Närstående till en patient

## **På vilket sätt kan du ge stöd för att din anhöriga ska få så bra och säker vård som möjligt?**

Anhöriga och närstående är ett viktigt stöd för patienten och vårdpersonalen, särskilt då patienten inte själv kan delta i vården. När patienten är ett barn eller en dement äldre person, är ett nära samarbete mellan vårdpersonalen och patientens närstående särskilt viktigt.

Du kan vara till stor hjälp för att trygga en säker vård av din närstående. Diskutera aktivt med vårdpersonalen och framför dina synpunkter om din närståendes tillstånd och vårdframgången.



## **Begär ett samtycke av patienten**

Försäkra dig om att din närstående vill att du får information om hans eller hennes sjukdom. Vårdpersonalen ska vanligen ha ett samtycke av patienten för att kunna ge information om hans eller hennes hälsotillstånd.

Vårdnadshavare till barn har i allmänhet rätt att få information om deras barns hälsotillstånd. Om barnet är tillräckligt moget för att besluta om den egna vården, får inte vårdpersonalen utan samtycke av barnet överlåta uppgifter om hans eller hennes hälsotillstånd, inte ens till en vårdnadshavare.

Läkaren eller en annan yrkesperson bedömer barnets mognadsgrad. Barnets vårdnadshavare har inte rätt att vägra vård som behövs för att rädda livet på en minderårig eller undanröja en fara som äventyrar hälsan hos en minderårig.

## **När en närstående inte själv kan delta i planeringen av vården**

Säkerställ att läkarna och skötarna vet vilka mediciner din närstående använt regelbundet innan han eller hon togs in för vård. Berätta också vilka receptfria egenvårdsläkemedel, vitaminer eller naturpreparat din närstående använt. Om din närstående använder flera mediciner samtidigt, ska du begära en helhetsbedömning av medicineringen av läkaren. Vad gäller gamla patienter som använder många mediciner ska ändamålsenligheten i medicineringen bedömas minst en gång per år. Berätta om allergier och andra sjukdomar hos din närstående för läkaren och skötaren.

## **Var till hjälp**

Begär vid behov tillfälle att diskutera vården av din närstående med läkaren.

Om din närståendes funktions- eller uttrycksförmåga är nedsatt på grund av t.ex. demens, ska du berätta för personalen hur det bäst går att diskutera och sköta ärenden med honom eller henne.

Se till att vårdpersonalen har rätt kontaktuppgifter till dig. Ur vårdpersonalens synvinkel är det bra om en av de närstående fungerar som kontaktperson mellan de anhöriga och personalen.

## **Sprid inte sjukdomar**

Tvätta dina händer omsorgsfullt med tvål och vatten före och efter du besöker sjukhuset. Använd handsprit före och efter fysisk kontakt med patienten. Om du vet att du har en sjukdom som sprider sig lätt, såsom influensa, ska du undvika sjukhusbesök.

## **Säkerställ att den fortsatta vården är framgångsrik**

När din närstående skrivs ut från vården, förvissa dig om vilka mediciner han eller hon ska använda i fortsättningen, hur den fortsatta vården ordnas och vem du kan kontakta om problem uppstår.

Fördela vid behov personens medicin i en dosett. I vissa apotek kan du begära att medicinerna fördelas färdigt i dospåsar. Du känner din närståendes behov bättre än vårdpersonalen, du är en viktig oersättlig hjälp, då medicinernas effekt och lämplighet bedöms.

Om du lägger märke till förändringar i din anhörigas välbefinnande, ska du informera om dessa, eftersom du känner personen bättre än vad personalen gör.

## Bekräfta din donationsvilja

Tidigare behövdes tillstånd av en anhörig för att donera organ, om den avlidne inte hade ett organdonationskort. Nu är utgångspunkten att en avliden som är lämplig donator gett sitt samtycke till organdonation, om man inte känner till att den avlidne motsatt sig detta under sin livstid. Innan donationen görs ska läkaren i mån av möjlighet klargöra den avlidnes donationsvilja. Om den avlidne till exempel inte har ett donationskort frågar man de anhöriga om den avlidnes inställning till organdonation. Om donationsviljan inte kan bekräftas inom tillgänglig tid kan donationen ändå göras.

I Finland råder det brist på organ som kan transplanteras. Målet med lagändringen är att öka antalet transplantationer. Det finns inte något officiellt eller rätt sätt att uttrycka sin donationsvilja. Det viktigaste är att det är känt att en sådan finns. Du kan uttrycka din donationsvilja till exempel enligt modellen nedan. Om det inte finns uppgifter om din donationsvilja, antar man att du inte motsätter dig organdonation.

Ha med dig pappret och berätta om det för dina anhöriga.

# JA

**Jag donerar mina organ och vävnader till transplantation efter min död.**

Datum:

Namn:

\_\_\_\_\_

Jag berättar också mina anhöriga om mitt beslut.

# NEJ

**Jag donerar inte mina organ eller vävnader till transplantation efter min död.**

Datum:

Namn:

\_\_\_\_\_

Jag berättar också mina anhöriga om mitt beslut.

# Egna uppgifter

## Patientuppgifter

Namn: \_\_\_\_\_

Personbeteckning: \_\_\_\_\_

Adress: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

E-post: \_\_\_\_\_

## Kontaktuppgifter till en anhörig/närstående

Namn: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

Information om min hälsa och sjukdom får ges till min närstående

**Allergier** (läkemedels-, mat- och andra allergier samt överkänsligheter):

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Eventuella hjälpmedel

\_\_\_\_\_

**Använder du hemhjälp eller hemsjukvård?**

Ja       Nej

## Vårdpersonalen

Den behandlade läkaren och hans eller hennes kontaktuppgifter:

\_\_\_\_\_

Andra yrkespersoner inom hälso- och sjukvården som vårdar dig:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Läkemedelslista

Mediciner som används regelbundet:

Medicinens namn	Styrka	Dosering	Ändamål

Mediciner som används vid behov:

Medicinens namn	Styrka	Dosering	Ändamål

Egenvårdsläkemedel:

Medicinens namn	Styrka	Dosering	Ändamål

Vitaminer:

---

Kosttillskott:

---