



ASL Nuoro



Uniti per la sicurezza

Guida per i cittadini

“E’ LA MIA SALUTE E IO CI SONO”

Guida per i familiari

“PRENDERSI CURA INSIEME”

Guida per i volontari

**“COLLABORARE PER LA SICUREZZA DEI
PAZIENTI, DEI VISITATORI,
DEL PERSONALE”**

Guida per i pazienti degli studi odontoiatrici

**“IO E IL MIO DENTISTA COLLABORIAMO
PER LA MIA SICUREZZA”**

Guida per l’uso sicuro dei farmaci

“FARMACI E SICUREZZA DEI PAZIENTI”

Guida per i familiari

“PRENDERSI CURA INSIEME”

1 - In famiglia conservate le confezioni delle medicine assunte e i documenti sanitari

Non dimenticate di includere anche gli integratori e gli altri prodotti di erboristeria ed omeopatici.

Tenete anche tutti i documenti sanitari e quando qualcuno della famiglia va dal medico, in ospedale o al distretto, ricordategli di portare tutto con sé.

2 - Rendetevi utili se accompagnate un familiare ad un esame, una visita, un ricovero

Chiedete all'infermiere o al medico se potete essere utili, rispondendo a qualche domanda (più persone ricordano meglio di una).

Non trascurate nessuna malattia avuta in passato o intervento chirurgico subito dal vostro caro o da altri membri della famiglia. Segnalate le allergie e le incompatibilità a cibo, tessuti, metalli o altro.

3 - Attenzione alle medicine

Ricordate al vostro caro di chiedere al medico la lista delle medicine che deve prendere, con scritto anche quando e come. A casa, aiutatelo a ricordare di prenderle al momento giusto e state attenti alla giusta dose (leggete bene le prescrizioni ed eventualmente chiedete ancora). È molto importante che a casa le medicine siano conservate nel modo giusto (chiedete al medico o all'infermiere) e...occhio alla scadenza! Se vi sembra che la medicina produca effetti strani o reazioni negative, avvertite subito il medico o l'infermiere.

4 - Se fate assistenza in ospedale

Ricordate il nome del vostro caro a ciascun operatore che viene ad effettuare assistenza, in modo che non lo confonda con altri (qualche volta è successo e quindi è meglio prestare attenzione e richiamarne il nome ed i problemi). Chiedete al medico ed all'infermiere come potete aiutare il vostro caro e a che cosa dovete prestare attenzione. Non abbiate timore di chiedere informazioni sul come fare e perché. Se notate qualche cosa di strano o qualche reazione che non vi era stata preannunciata mentre assistete il vostro caro, non abbiate timore di riferirlo all'infermiere o al medico.

5 - Lavate e fate lavare le mani

Lavatevi sempre le mani in ospedale e, se non ci fosse il sapone, chiedetelo.

Non abbiate paura di ricordarlo ai vostri cari, ma anche ai medici, agli infermieri ed agli altri operatori prima della visita o di altre prestazioni assistenziali. È assolutamente necessario per evitare le infezioni.

6 - Attenzione all'abbigliamento del vostro caro

Per evitare le cadute (ad esempio, dal letto o dalle scale), il

vostro caro deve indossare pantofole chiuse, non ciabatte, sia in ospedale che a casa. Deve anche allacciare la cintura del pigiama e della vestaglia, al fine di non calpestarla involontariamente e cadere.

Segnalate all'infermiere se il vostro caro è già caduto in passato.

7 - Attenzione all'umore del vostro caro

Se il vostro caro ha cambiato umore nell'ultimo periodo ed ha pensieri ossessivi di morte o è particolarmente depresso per la diagnosi o i suoi dolori, segnalatelo al medico o all'infermiere.

8 - Attenzione agli effetti indesiderati

Tutti gli operatori hanno a cuore la salute del vostro caro, ma la medicina non ha tutte le soluzioni e non è senza rischi. Chiedete quindi sempre al medico quali siano i possibili effetti collaterali delle medicine, i rischi delle terapie e degli interventi.

Se avete trovato informazioni in Internet, accertatevi che il sito consultato sia attendibile, perché vi sono siti che forniscono notizie non scientifiche, chiedete al vostro medico o infermiere.

Se la situazione è molto complessa e non siete convinti fino in fondo delle scelte, potete chiedere il parere di un altro medico. Nel caso in cui durante la terapia o l'esame o l'intervento dovesse succedere qualche evento non desiderato, i responsabili della struttura sanitaria vi forniranno tutte le spiegazioni e vi aiuteranno nel trovare le possibili soluzioni. Potranno, inoltre, chiedervi di collaborare nella analisi di quanto accaduto per capire meglio i motivi e le responsabilità ed adottare strategie per evitare che tali situazioni si ripetano in futuro.

9 - Informazioni sulle visite in ospedale

Chiedete sempre all'infermiere cosa potete portare al vostro caro, per evitare cibi o altro che possano risultare dannosi. Se avete qualche malattia che potrebbe essere facilmente trasmessa (ad esempio influenza), prima di visitare parenti o amici in ospedale, chiedete al medico o all'infermiere, perché potrebbe essere pericoloso per i pazienti e per voi.

10 - Informazioni alle dimissioni del vostro caro

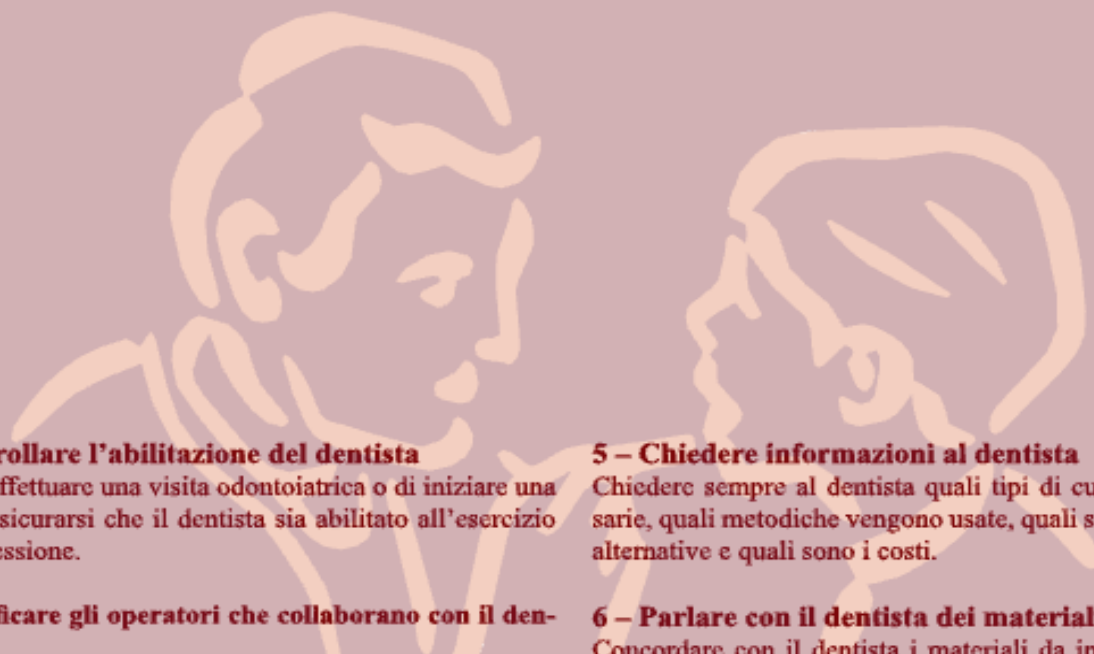
Assicuratevi che il vostro caro abbia ricevuto tutte le informazioni utili prima di lasciare l'ospedale: medicine da assumere (lista con tutte le istruzioni), cosa mangiare e quanto, eventuali altre indicazioni sulle cose da fare. Fatevi fare una nota scritta, per evitare dubbi.

Accertatevi che sia stato fornito:

- il nome della persona a cui rivolgersi in caso di necessità;
- quando (giorno, ora) e dove fare gli eventuali controlli.

Guida per i pazienti degli studi odontoiatrici

“IO E IL MIO DENTISTA COLLABORIAMO PER LA MIA SICUREZZA”



1 – Controllare l'abilitazione del dentista

Prima di effettuare una visita odontoiatrica o di iniziare una terapia, assicurarsi che il dentista sia abilitato all'esercizio della professione.

2 - Identificare gli operatori che collaborano con il dentista

Presso gli studi odontoiatrici ci sono altri operatori che collaborano con il dentista ma che non lo possono in alcun modo sostituire. Per identificarli leggere l'eventuale cartellino. Le figure professionali che collaborano con il dentista sono:

- Igienista dentale: può effettuare, su indicazione del dentista, la pulizia dei denti ed informare i pazienti sulle corrette modalità di igiene della bocca e dei denti e di prevenzione della carie.
- Assistente di studio: aiuta il dentista, ma non può effettuare alcuna prestazione in bocca.
- Odontotecnico: costruisce, su prescrizione del dentista, protesi mobili e fisse, apparecchi per il raddrizzamento dei denti, ma non può effettuare alcun tipo di manovra in bocca.

Se tali ruoli non vengono rispettati, non si è tenuti al pagamento dell'onorario del dentista e si può fare la segnalazione alle autorità competenti.

3 – Informare il dentista sulle malattie avute e le medicine prese

Avvisare il dentista e portare la documentazione relativa a: malattie di cui si è sofferto o di cui si soffre attualmente, allergie o intolleranze, cure effettuate e medicine che si sono prese o si stanno prendendo.

4 – Portare la documentazione

Se si è stati in cura presso altri dentisti, portare, se disponibile, tutta la precedente documentazione, comprese le eventuali radiografie.

5 – Chiedere informazioni al dentista

Chiedere sempre al dentista quali tipi di cure sono necessarie, quali metodiche vengono usate, quali sono le possibili alternative e quali sono i costi.

6 – Parlare con il dentista dei materiali da usare

Concordare con il dentista i materiali da impiegare per le otturazioni, le ricostruzioni e le protesi, in riferimento agli aspetti sanitari, funzionali ed estetici, in base alle proprie esigenze e preferenze. Segnalare le eventuali intolleranze a metalli, resine ed altre sostanze.

7 – Fare attenzione alla pulizia

Verificare che il dentista, l'igienista e l'assistente di studio indossino sempre guanti e mascherine, che utilizzino materiale monouso (bicchieri, salviette, aspira-saliva), che vengano cambiate le barriere di protezione della strumentazione (rivestimento con pellicole trasparenti del poggiatesta, della lampada, dei trapani) e che gli strumenti siano stati sterilizzati.

8 – Lavarsi le mani

Lavarsi sempre le mani e chiedere a tutti, senza alcun timore, di fare la stessa cosa.

9 – Chiedere istruzioni per il ritorno a casa

Al termine delle cure, chiedere al dentista: un riepilogo scritto sulle cure effettuate e/o sul tipo di protesi che è stata realizzata; informazioni sui controlli da effettuare, sulla terapia di mantenimento e sulla prevenzione da fare a casa; la ricevuta relativa al pagamento effettuato.

10 - Fare attenzione quando si torna a casa

Rispettare scrupolosamente le indicazioni del dentista e i consigli dell'igienista dentale.

"FARMACI E SICUREZZA DEI PAZIENTI"



1 – Assumo solo i farmaci indicati dal medico

Uso i farmaci solo se prescritti dal medico e non perché consigliati da un parente o da un amico oppure perché ne ho sentito parlare alla televisione o letto informazioni su riviste o su Internet. Quando assumo farmaci acquistabili senza ricetta chiedo comunque consiglio al medico o al farmacista.

2 – Voglio essere informato e consapevole della cura che sto facendo

Non esito a chiedere al medico o al farmacista tutte le informazioni sui farmaci che devo prendere, inclusi gli effetti collaterali e le eventuali interazioni con altri medicinali, prodotti erboristici e fitoterapici, bevande o alimenti. Se non ho capito bene chiedo di ripetere con parole più semplici.

3 – Parlo apertamente con il medico

Quando vado dal medico porto sempre la lista dei farmaci che sto prendendo (eventualmente con i foglietti illustrativi), anche quelli prescritti da altri medici. Riferisco se sto facendo uso di prodotti omeopatici, erboristici, fitoterapici, integratori o altri preparati acquistati in negozi specializzati; lo informo se sono in allattamento, in stato di gravidanza o se ho in progetto di esserlo.

4 – Informo il medico se sono allergico ai farmaci

Anche durante il ricovero devo SEMPRE riferire ai medici e agli infermieri se sono allergico ad alcuni farmaci o altri prodotti e/o materiali e se ho manifestato intolleranza ad alcuni alimenti.

5 – Riferisco al medico i disturbi apparsi durante la cura

Se durante la cura compaiono disturbi di cui il medico non mi aveva avvertito, lo avviso subito: il medico mi dirà come comportarmi.

6 – Rispetto le indicazioni fornite dal medico "Farmaco giusto, al paziente giusto, nella dose giusta, nel momento giusto"

Controllo sempre che il farmaco da assumere sia quello prescrittomi e che la quantità sia quella indicata dal medico. Se sbaglio medicina o quantità, prima di prendere iniziative, consulto il medico. Se mi dimentico di prendere un farmaco non ne prendo due successivamente per colmare la dose saltata. Aumento o diminuisco la dose solo quando me lo dice il medico.

7 – Presto attenzione se devo assumere più farmaci

Se mi sono stati prescritti più farmaci per diverse malattie riferisco al medico o al farmacista la difficoltà a ricordare tutti i nomi e gli orari di assunzione ed eventualmente chiedo di scrivere sulle confezioni di ciascun farmaco a cosa serve e l'orario in cui va preso o di farmi un promemoria delle medicine che devo assumere con tutte le indicazioni per me necessarie.

8 – Non sostituisco i farmaci né modifico la cura prescritta di mia iniziativa

Quando sono ricoverato riferisco al medico e all'infermiere quali medicine sto prendendo e, per evitare interazioni, non prendo i farmaci che eventualmente ho portato da casa: è il medico che decide se confermare, sostituire o integrare la cura domiciliare.

9 – Conservo i farmaci in modo sicuro

In casa conservo i farmaci in un luogo asciutto, al riparo dalla luce o, se indicato, in frigorifero e lontano dalla portata dei bambini. Separo i farmaci che hanno la confezione o il nome simili e che possono trarmi in inganno, e separo quelli per i bambini da quelli per gli adulti. Non lascio i blister (gli involucri) o i flaconi aperti a portata di tutti: è buona abitudine conservare i farmaci nelle proprie confezioni originarie con il foglietto illustrativo. Per i colliri, gli sciroppi e le soluzioni in flaconi multidose, è utile annotare sulla confezione la data della prima apertura e la data dell'ultima utilizzazione. Prima di prendere un farmaco controllo la scadenza e la corretta conservazione osservando eventuali cambiamenti di colore e/o odore.

Non lascio i farmaci in auto, specie nel periodo estivo o se è esposta al sole. Durante l'estate se sono in viaggio, anche per brevi spostamenti, trasporto i medicinali, che richiedono una determinata temperatura di conservazione, in busta termica e/o con ghiaccio sintetico; se viaggio in aereo porto sempre i farmaci con me.

10 – Se assisto qualcuno, non esito a chiedere aiuto

Se assisto a casa una persona malata, presto attenzione ai farmaci che deve assumere, attenendomi scrupolosamente alle indicazioni fornite dal medico: se ho difficoltà o dubbi devo avvertire subito i familiari dell'assistito, se possibile, o il medico.

Guida per i volontari

“COLLABORARE PER LA SICUREZZA DEI PAZIENTI, DEI VISITATORI, DEL PERSONALE”

1 - Cosa puoi fare a casa dell'assistito

Segnala all'infermiere:

- tappeti o pavimenti scivolosi, prolunghe che intralciano o barriere (ad esempio nel tragitto tra la stanza ed il bagno), illuminazione insufficiente o non collocata adeguatamente;
- se il paziente assume bevande o cibi pericolosi;
- se le medicine non sono conservate correttamente o sono scadute;
- se gli ausili o le attrezzature danno segnali di non funzionamento (dispositivi, pompe di infusione, erogatore dell'ossigeno, monitor);
- se attrezzature od ausili meccanici non sono in perfette condizioni (girelli, deambulatori, carrozzine).

2 - Fai attenzione alle medicine

Se noti che il paziente assume farmaci diversi da quelli prescritti o prodotti di erboristeria o integratori o omeopatici, segnalalo all'infermiere. Aiuta a ricordare all'assistito di prendere le medicine negli orari e nella dose prescritti. Se ti sembra che le medicine producano reazioni strane, avverti subito il medico o l'infermiere

3 - Cosa puoi fare in ospedale

Accertati sempre dall'infermiere:

- di quello che il paziente non può fare;
- di come può aiutarlo al meglio in sintonia con il piano di cura.

Segnala subito se gli ausili o le attrezzature non funzionano bene (campanelli e dispositivi). Non aver timore di chiedere informazioni sul come fare e perché. Se noti qualche reazione che non ti era stata preannunciata, riferiscila all'infermiere o al medico. Segnala all'infermiere qualunque situazione che ti sembra anomala o che possa mettere a rischio i pazienti.

4 - Dai informazioni e fai da tramite col medico

Se l'assistito o i suoi cari si rivolgono a te per informazioni o spiegazioni di carattere organizzativo che conosci, forniscile pure, magari accompagnandole con un foglio informativo (chiedi all'infermiere che fogli informativi ci sono a disposizione). Se l'informazione richiesta riguarda la malattia o l'assistenza, fai da tramite e chiama un infermiere o un medico. Presentati ad ogni nuovo operatore e chiedi di presentarsi, in modo da poter instaurare una proficua collaborazione. Se l'assistito se ne dimentica, assicurati che anche lui si presenti al nuovo operatore, in modo da essere più facilmente identificabile.

5 - Lavati le mani

In ospedale lavati sempre le mani e se non ci fosse il sapone, chiedilo. Non aver timore di ricordare a pazienti, visitatori ed operatori sanitari di lavarsi le mani affinché lo facciano sempre prima di effettuare prestazioni assistenziali. Lavarsi le mani è assolutamente necessario per evitare le infezioni.

6 - Fai attenzione all'abbigliamento dell'assistito

Per evitare le cadute (ad esempio, dal letto o dalle scale), accertati che gli assistiti calzino pantofole chiuse e non ciabatte, sia in ospedale che a domicilio, e che non indossino cinture, perché possono far inciampare. Presta inoltre attenzione che l'abbigliamento sia adeguato alla temperatura ambientale e che sia pulito. Se noti che l'assistito fa uso di protesi, ad esempio la dentiera, l'apparecchio acustico, gli occhiali, accertati che li riponga in una scatoletta con il suo nome e che segnali che ne fa uso al personale sanitario.

7 - Fai attenzione all'umore dell'assistito

Se noti che il paziente ha cambiato umore nell'ultimo periodo ed ha pensieri ossessivi di morte o è particolarmente depresso per la diagnosi o i suoi dolori, segnalalo al medico o all'infermiere.

8 - Fai attenzione alle visite in ospedale

Segnala se vi sono visitatori con qualche malattia trasmissibile (ad esempio influenza), perché è pericoloso per se stessi e per i pazienti.

9 - Fai attenzione agli effetti indesiderati

Tutti gli operatori hanno a cuore la salute dei pazienti, ma la medicina non ha tutte le soluzioni e non è senza rischi. Nel caso in cui durante la terapia, l'esame o l'intervento un paziente dovesse subire un danno, i responsabili dell'ospedale o della cura avvieranno una indagine per comprendere quanto successo ed adottare soluzioni per evitare che quanto accaduto possa ripetersi in futuro. Ti potrà essere chiesto di riferire quanto visto o sentito.

10 - Dai suggerimenti per migliorare la sicurezza

Qualunque suggerimento per migliorare la sicurezza dell'assistito, dei visitatori, del personale, dei volontari potrà essere molto utile: non esitare a fornire indicazioni all'infermiere.

Numeri verdi	
CUP call center	1533
da telefono mobile	070 276624
PUA Punto Unico d'Accesso	800 077341
Consulenza nutrizionale	800 590905
Centro screening	800 208084

Numeri aziendali			
Direzione Generale	0784 240626	SERD Servizi per le Dipendenze	0784 240976
Ospedale San Francesco Nuoro	0784 240237	Distretto di Nuoro	0784 240015
Ospedale C. Zonchello Nuoro	0784 240237	Distretto di Macomer	0785 222300
Ospedale San Camillo Sorgono	0784 623100	Distretto di Siniscola	0784 871330
Pronto Soccorso Nuoro	0784 240249	Distretto di Sorgono	0784 623100

Associazione	Indirizzo	Telefono / fax / e-mail
A.M.O. Associazione Malato Oncologico	Via Ballero 87 Nuoro	328 6256593 goconglu@tiscali.it
RISVEGLI onlus	Via F. Cucca,22 Nuoro	334 8301783 risvegl.prisma@tiscali.it
AGDIA onlus Ass. Diabete Infantile Giovanile Adulto	Via L. Da Vinci 5 Oroseli	335 7547639 agdia@agdia.it
AISM Ass. Italiana Sclerosi Multipla	Via Deffenu 7 Nuoro	347 4868107 alismnu@tiscali.it
"Il Grifone" onlus Ass. studio e cura neoplasie	Oncologia Medica c/o Distretto Sanitario Macomer	0785 222453 - fax 0785 222449 oncologia.macomer@aslnuoro.it
Cittadinanzattiva Onlus Tribunale per i Diritti del Malato	Via Deffenu 56 Nuoro	328 4776325 cittadinanzattivanu@tiscali.it
UNITALSI Unione Naz. Italiana Trasporto Ammalati a Lourdes e Santuari Internaz.	c/o Chiesa delle Grazie Via Gramsci Nuoro	349 5746695 sarda.nord@unitalsi.it
CASADOMO - Ass. di volontariato assistenza sanitaria domiciliare	Via Livorno 18 La Caletta - Siniscola	3290907768 giordana.colli@tiscali.it
A.S.N.E.T. Ass. Sarda Nefropatici Emodializzati Trapiantati	Via Zuddas 17 Nuoro	349 7354886
A.I.L. Associazione Italiana Leucemie	Via Mannironi 52 Nuoro	0784 34103 allnuoro@tiscali.it
ASS.I.ST.O Ass. Incontinenti Stomizzati Oncologici	Via Cedrino, 23 Nuoro	0784 1821383

