

Potilaan opas

Jokainen meistä on joskus potilas. Tämä opas kertoo mahdollisuuksistasi vaikuttaa hoitosi turvallisuuteen koko hoitajaksosi ajan. Saat vinkkejä turvallisen hoidon takaamiseksi, tietoa potilaan oikeuksista ja potilasturvallisuudesta. Lisätietoja löydät osoitteesta www.potilasturvallisuus.fi.



Sisällysluettelo

1. **10 vinkkiä turvallisempaan hoitoon**, sivu 3
2. **Potilaana sinulla on oikeuksia**, sivu 4
3. **Kun hakeudut hoitoon**, sivu 6
4. **Kun olet hoidossa**, sivu 9
5. **Miten hoitosi jatkuu?**, sivu 17
6. **Potilaan läheiselle**, sivu 19
7. **Vahvista elinluovutustahtosi**, sivu 21
8. **Omat tiedot**, sivu 22
9. **Lääkelista**, sivu 23

10 vinkkiä turvallisempaan hoitoon

1. Riittävät tiedot

Sinua hoitavilla henkilöillä tulee olla riittävät tiedot oireistasi ja sairauksistasi sekä ajantasaiset yhteystietosi. Ilmoita, jos niissä on tapahtunut muutoksia.

2. Henkilöllisyyden varmistaminen

Muistuta rohkeasti, jos henkilökunta unohtaa kysyä henkilötietojasi mennessäsi esimerkiksi tutkimuksiin, antaessaan sinulle lääkkeitä tai käsitellessään tutkimustuloksiasi.

3. Muistiinpanot

Kirjoita muistiin, mitä haluat kertoa tai kysyä. Pyydä hoitohenkilökunnalta tietoa kirjallisesti muistisi tueksi.

4. Kysy rohkeasti

Kysy hoitovaihtoehtoista ja siitä, miten hoitosi etenee. Kysy myös lääkkeitä ja niiden haittavaikutuksista. Varmista ymmärsitkö asiat oikein.

5. Lääkitys

On tärkeää, että hoitopaikassa ja apteekissa lääkityslistasi on ajan tasalla. Voit pyytää tarkistusta. Omin päin ei pidä muuttaa lääkitystä.

6. Ohjeiden noudattaminen

Noudata saamiasi hoito-ohjeita. Kerro, jos se tuottaa sinulle vaikeuksia.

7. Osallistuminen

Osallistu oman hoitosi suunnitteluun ja päätöksentekoon. Anna palautetta saamastasi hoidosta.

8. Kivut

Kerro, jos sinulla on kipuja, missä ja miten ne tuntuvat?

9. Omaisen tai läheisen läsnäolo

Läheinen tai omainen voi halutessasi osallistua hoitoosi.

10. Jos jokin mietityttää

Jos jokin asia mietityttää, ota asia heti puheeksi. Voit myös jälkikäteen olla yhteydessä sinua hoitavaan tahoon.



Potilaana sinulla on oikeuksia

Potilaan asema ja oikeudet

Potilaan oikeuksista säädetään laissa potilaan asemasta ja oikeuksista. Laki koskee koko terveydenhuoltoa. Laki antaa sinulle oikeuden mm.

- hoitoon pääsyyn hoitotakuun mukaisessa ajassa
- hyvään kohteluun ja hoitoon yhteisymmärryksessä sinun kanssasi
- käyttää suomen tai ruotsin kieltä, ja mahdollisuuksien mukaan muuta äidinkieltäsi
- tietoon terveydentilastasi, hoitovaihtoehtoista ja niiden vaikutuksista
- tarkistaa omat potilaskertomustietosi ja tarvittaessa pyytää oikaisua niihin
- terveystietojesi salassapitoon
- mahdollisuuden keskusteluun hoitovaihtoehtoista
- hoidosta kieltäytymiseen
- hoitotahtosi toteutumiseen.

Voit lukea lisää potilaan asemasta ja oikeuksista aluehallintoviraston verkkosivuilta www.avi.fi ja Valviran verkkosivuilta www.valvira.fi.

Voiko hoidosta valittaa?

Mikäli hoidossasi ilmenee epäselvyyttä tai olet tyytymätön hoitoosi, asia kannattaa ottaa mahdollisimman pian puheeksi hoitavan lääkärin tai hoitohenkilökunnan kanssa. Asian selvittäminen hoidon kuluessa on helpompaa kuin jälkikäteen ja monia asioita voidaan vielä korjata tai muuttaa.

Tarvittaessa voit tehdä kirjallisen muistutuksen hoitoyksikkösi terveydenhuollosta vastaavalle johtajalle. Johtajan on selvitettävä muistutuksessa kerrottu asia. Hänen on myös aina vastattava muistutuksen tekijälle kohtuullisessa ajassa, noin kuukauden sisällä.

Sinun on mahdollista tehdä myös kantelu valvontaviranomaisille, joita ovat hoitopaikkaasi valvova aluehallintovirasto ja Valvira (Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto). Valvira käsittelee vain vakavia haittatapahtumia, kuten hoitovirheestä aiheutuneita vaikeita vammautumisia tai kuolemia.



Potilasvahingon sattuessa voit tehdä potilasvahinkoilmoituksen

Mikäli epäilet, että hoidon yhteydessä on tapahtunut potilasvahinko, voit tehdä hakemuksen Potilasvakuutuskeskukseen mahdollisen korvauksen saamiseksi. Korvausta on yleensä haettava kolmen vuoden kuluessa siitä, kun korvaukseen oikeutettu sai tietää vahingosta tai hänen olisi pitänyt tietää sen sattumisesta.

Potilasvakuutuskeskus huolehtii Suomessa sattuneiden potilasvahinkojen korvaamisesta. Se ratkaisee potilasvahinkolain perusteella, onko vahinko potilasvakuutuksesta korvattava. Potilasvakuutuskeskus on vakuutuslaitos ja käsittelee vain vakuutusasioita.

Lisää tietoa saat Potilasvakuutuskeskuksen verkkosivuilta **www.pvk.fi**.

Potilasasiamies antaa tietoja oikeuksistasi

Jokaisella hoitolaitoksella on oltava potilasasiamies. Hän antaa tarvittaessa sinulle tai läheisellesi tietoa oikeuksistasi ja on velvollinen avustamaan muistutuksen, kantelun tai korvaushakemuksen teossa. Potilasasiamies ei kuitenkaan ota kantaa hoidon laatuun. Potilasasiamiehen yhteystiedot saat hoitolaitoksesta.

Kun hakeudut hoitoon

Miten vaikutat omaan potilasturvallisuuteesi, kun olet hakeutumassa hoitoon?

Kaikilla meillä on mahdollisuus ja oikeus vaikuttaa oman hoitomme onnistumiseen ja potilasturvallisuuteemme. Olemme oman terveytemme asiantuntijoita, koska tunnemme sairaushistoriamme parhaiten. Siksi on tärkeää, että hoito suunnitellaan sinun ja ammattilaisten yhteistyönä.

Mitä potilasturvallisuus on?

Potilasturvallisuus on hyvän hoidon perusta. Potilasturvallisuus on henkilökunnan, potilaan ja hänen läheistensä yhteinen päämäärä.

Potilaan näkökulmasta potilasturvallisuus on sitä, että potilas saa oikeaa hoitoa, oikeaan aikaan ja oikealla tavalla ja niin, ettei hoidosta aiheudu hänelle haittaa. Potilaat ja heidän läheisensä voivat osaltaan edistää potilasturvallisuutta.



Terveydenhuollon palvelut

Kotikuntasi järjestää sinulle perusterveydenhuollon palvelut joko itse tai yhteistyössä muiden kuntien kanssa. Kuntasi [www-sivuilta](#) ja puhelinkeskuksesta saat tietoa terveyspalveluista ja siitä, miten voit varata vastaanottoajan ja mikä on oma terveysasemasi.

Mikäli olet työelämässä, työnantajasi yleensä huolehtii terveydenhuollon peruspalveluistasi, ei kuitenkaan hammashoidostasi. Tarkista työnantajasi tarjoamat terveyspalvelut työsuhdetta aloittaessasi. Sinulla on myös mahdollisuus käyttää yksityislääkärin palveluita, jos taloudellinen tilanteesi antaa myöten.

Jos asut tai oleskelet säännöllisesti tai pitkäaikaisesti kotikuntasi ulkopuolella esimerkiksi työn, opiskelun, vapaa-ajanvieton, lähiomaisen tai muun läheisen asumisen vuoksi, sinua hoidetaan oleskelupaikkakunnallasi kotikuntasi terveyskeskuksessa laaditun hoitosuunnitelman mukaan. Asiasta on sovittava vähintään kolme viikkoa ennakoon. Lisätietoa saat omasta terveyskeskuksestasi.

Hoitopaikan valintamahdollisuudet

Voit valita mistä oman kuntasi terveyskeskuksesta tai terveysasemalta haluat perusterveydenhuollon palvelut (mm. lääkärin tai sairaanhoitajan vastaanotot). Vuoden 2014 alusta alkaen sinulla on ollut oikeus hakeutua hoitoon mihin tahansa terveysasemalle tai sairaanhoidon yksikköön Suomessa. Hoitopaikka on hyvä valita niin, että se vastaa parhaiten niitä tarpeita, joita hoitosi edellyttää.

Mikäli vaihdat hoitopaikkaa, ilmoita siitä kirjallisesti sekä vanhaan että uuteen paikkaan. Uudelle terveysasemalle pääset hoitoon viimeistään kolmen viikon kuluttua ilmoituksen saapumisesta.

Kun tarvitset erikoissairaanhoidon palveluita

Yleensä hoitopaikkasi on oman alueesi erikoissairaanhoidon sairaala. Voit valita myös muun sairaalaan suomen-, ruotsin- tai saamenkielisten oikeuksiesi turvaamiseksi tai jos se on muuten tarpeen parhaan mahdollisen hoidon saamiseksi.

Hoitopaikan valitset yhteisymmärryksessä hoitavan lääkärin kanssa niin, että se vastaa niitä tarpeita, joita hoitosi edellyttää.

Jatkohoitoon sinut ohjataan sinua aiemmin hoitaneelle lääkärille tai sairaanhoitajalle aina, kun se hoidon tarkoituksenmukaisen järjestämisen kannalta on mahdollista.

Voit etsiä, verrata ja arvioida sosiaali- ja terveystalvveluja ja palveluntuottajia osoitteessa www.palveluvaaka.fi. Uudistettu Palveluvaaka otetaan käyttöön vuonna 2015.

Ota selvää minne hakeudut kiireelliseen hoitoon

Selvitä etukäteen, missä sinua hoidetaan kiireellisissä, päivystysluonteista hoitoa vaativissa tilanteissa. Arkipäivisin voit kysyä asiaa esimerkiksi kuntasi terveyskeskuksesta, alueesi sairaalasta tai hätätapauksissa puhelinnumerosta 112.

Kiireellinen hoito on keskittynyt ilta-, yö- ja viikonloppuaikoina yhä harvempiin, mutta paremmin ja monipuolisemmin varustettuihin hoitopaikkoihin. Kiireellisissä tapauksissa voit käyttää lähintä päivystyspistettä.

Näin saat selville minne hakeudut kiireelliseen hoitoon:

- Soita kuntasi terveyskeskukseen, tai
- Soita alueesi sairaalaan, tai
- Soita kunnan paikalliseen palvelunumeroon, josta saat terveysneuvontaa (mikäli kunnalla on tällainen palvelunumero), tai
- Soita hätätapauksessa hätänumeroon 112.

Oma aktiivinen osallistumisesi turvaa hoitosi onnistumisen.

Kun olet hoidossa

Miten vaikutat omaan potilasturvallisuuteesi, kun olet hoidossa?

Voit edistää hoitosi turvallisuutta monella tavalla. Tärkeää on, että kerrot hoitohenkilökunnalle tarpeeksi omasta tilanteestasi, koska sinulla on paras tietämys omasta sairaushistoriastasi. Keskustele sairaudestasi ja oireistasi lääkärin ja muiden hoitoosi osallistuvien kanssa. Näin varmistat, että saat parasta mahdollista hoitoa.

Paranna osaltasi tiedonkulkua

Monet terveydenhuollossa sattuvat virheet johtuvat puutteellisesta tiedonkulusta potilaan siirtyessä osastolta toiselle, kuvantamis- tai muihin tutkimuksiin tai vaikkapa jatkohoitoon.

Kun olet hoidossa, varmista että henkilöstöllä on oikeat ja riittävät tiedot sinusta, esimerkiksi perussairautesi, lääkityksesi, mahdollinen raskautesi, imetyksesi tai allergiasi.

Voit itse vaikuttaa hyvään tulokseen kysymällä henkilökunnalta, hoitajilta ja lääkäriltä, mitä tutkitaan, miksi, milloin ja missä. Saat heiltä ohjeet tutkimuksiin valmistautumisesta. Noudata niitä.

Varmista, että henkilötietosi pitävät paikkansa

Samannimiset potilaat voivat sekoittua keskenään. Henkilökunta kysyy nimeäsi ja henkilötunnustasi varmistuakseen siitä, että he ovat käsittelemässä juuri sinun potilaskertomustasi, koevastauksiasi tai tutkimustuloksiasi.

Muistuta rohkeasti, jos henkilökunta unohtaa kysyä henkilötietojasi. Tämä on tärkeää varsinkin verinäytteiden otossa, erilaisissa toimenpiteissä tai kun saat lääkkeitä.

Huolehdi siitä, että yhteystietosi ovat ajan tasalla.

Keskustelu on sujuvan ja turvallisen hoidon perusta

Potilaan ja hoitohenkilökunnan välinen avoin keskustelu on turvallisen hoitosuhteen perusta. Hoidon tulee perustua itsemääräämisoikeutesi kunnioittamiseen.



Luottamuksellisesti keskustellen sinä ja henkilökunta pystytte yhdessä päättämään, kuinka saat parasta mahdollista hoitoa. Ei ole sellaista oiretta tai ongelmaa, josta et voisi kertoa.

Valmistaudu käyntiisi terveystieteiden keskuksessa tai sairaalassa. Mieti mistä asioista haluat keskustella ja tarvittaessa kirjoita ne muistiin, jotta mikään mielestäsi oleellinen ei unohtuisi. Voit myös pyytää omaistasi tai läheistäsi tueksi.

Kerro rohkeasti huolestasi ja ongelmistasi, jotka voivat vaikuttaa hoitosi onnistumiseen. Jos puhuminen tai kuuleminen tuottaa sinulle vaikeuksia tai et ymmärrä suomen kieltä, varmista etukäteen, että saat tarvitsemaasi apua.

Voit ottaa mukaan läheisen henkilön

Omaisien tai läheisten läsnäolo voi tuntua turvalliselta silloin, kun olet vastaanotolla. Voi olla hyvä, että keskustelulla on useampi kuulija silloin, kun saat tärkeää tietoa hoidosta ja toimenpiteistä. Näin sinulla on joku, jonka kanssa voit keskustella käynnin jälkeen ja jolta saat tukea.

Kerro vaivoistasi ja elintavoistasi

Se mitä kerrot terveydentilastasi ja elämäntavoistasi auttaa henkilökuntaa päättämään, mikä mahdollisesti aiheuttaa oireesi. Kuvaile siis tilanteesi mahdollisimman tarkasti. Elintapasi eivät saa vaikuttaa hoidon laatuun.

Mieti etukäteen kysymyksiä, ja kirjoita ne asiat muistiin, joihin itse haluat vastauksia. Kysy rohkeasti, tyhmiä kysymyksiä ei ole. Jos et saa riittävästi selvyyttä, kysy uudelleen. Tee tarvittaessa muistiinpanoja, näin asiat palautuvat jälkikäteen helpommin mieleesi.

Valmistaudu vastaamaan lääkärin kysymyksiin. Kysymykset vaihtelevat oireidesi ja tilanteesi mukaan. Tämänhetkiseen terveydentilaasi liittyviä kysymyksiä voivat olla:

- Mitä vaivoja sinulla on?
- Kuinka kauan sinulla on ollut vaivoja?
- Pahentaako tai helpottaako jokin vaivojasi?
- Mitä itse arvelet vaivojen syyksi?
- Oletko allerginen jollekin? Kerro lääkeaine- ja muut allergiasi.
- Tupakoitko, käytätkö alkoholia, miten syöt ja liikut?
- Onko sinulla tasapainovaikeuksia tai oletko kaatunut viimeisen puolen vuoden aikana?
- Onko sinulla tällä hetkellä tulehduksia?
- Käytätkö apuvälineitä?
- Oletko raskaana tai oletatko olevasi raskaana, tai imetätkö?

Aikaisempiin sairauksiin ja niiden hoitoon liittyviä kysymyksiä voivat olla:

- Oletko ollut tai olet vakavasti sairas?
- Oletko ollut sairaalahoitossa?
- Onko sinut leikattu tai onko sinulle tehty muita toimenpiteitä?
- Onko sinulla tekoniveliä, verisuoniproteeseja, sydämen tahdistin tai onko sinulle tehty sydämen läppäleikkaus?
- Onko suvussasi perinnöllisiä sairauksia?

Pidä lääkelistasi ajan tasalla

Hoitohenkilökunnan tulee tietää lääkityksesi voidakseen antaa sinulle mahdollisimman turvallista hoitoa. Uusia lääkehoitoja aloitettaessa on tärkeää varmistaa lääkkeen yhteensopivuus muiden resepti- ja itsehoitolääkkeiden, luontaistuotteiden sekä ravintolisien kanssa. Yhteisvaikutukset voivat johtaa esimerkiksi lääkkeen tehon heikkenemiseen tai vahvistumiseen, mikä voi olla vaarallista. Kerrothan hoitohenkilökunnalle myös lääkeaineallergioistasi.

Tee ajan tasalla oleva listaus sekä säännöllisesti että tarvittaessa käyttämistäsi lääkkeitä. Kirjaa listaan myös itsehoitolääkkeet sekä luontaistuotteet, vitamiinit ja ravintolisät. Lääkitysturvallisuutesi varmistamiseksi ota listaus mukaan mennessäsi uuteen hoitopaikkaan tai asioidessasi apteekissa.

Hoitopaikassasi voit pyytää lääkäriäsi tulostamaan sinulle lääkelistan, josta näet siellä sinulle määrätyt lääkkeet. Muista päivittää oma listauksesi, kun lääkityksessäsi on tapahtunut muutoksia.

Sähköinen resepti

Sähköinen resepti on lääkemääräys, jonka lääkäri laatii ja allekirjoittaa sähköisesti ja tallentaa keskitettyyn, valtakunnalliseen tietokantaan, jota kutsutaan Reseptikeskukseksi. Sähköiset reseptit sekä apteekkien niihin tekemät toimitusmerkinnät löytyvät sieltä.

Sähköisen reseptin käyttöönoton jälkeen sinulla on edelleen oikeus saada paperiresepti, jos niin haluat. Myös puhelinresepti ja reseptien uusinta puhelimitse on mahdollista.

Internetissä toimivassa Omakanta-palvelussa voit tarkastella omia terveystietojasi sekä omien sähköisten reseptiesi tietoja. Paperi-, puhelin- ja faksireseptejä ei kuitenkaan tallenneta Reseptikeskukseen. Reseptin tiedoista näet kuinka kauan reseptisi on voimassa ja onko reseptissä vielä lääkettä jäljellä. Lisäksi voit tulostaa yhteenvedon sähköisistä resepteistä. Palveluun kirjaudutaan omilla pankkitunnuksilla tai sähköisellä henkilökortilla (HST-kortti).

Sähköinen resepti parantaa potilasturvallisuutta. Lääkäri ja apteekki voivat suostumuksellasi tarkistaa kokonaislääkityksesi ja ehkäistä lääkkeiden haitallisia yhteisvaikutuksia ja päällekkäisyyksiä.

Lisää tietoa sähköisestä reseptistä ja Omakannasta www.kanta.fi.

Pyydä tarvittaessa eurooppalainen resepti

Omalta lääkäriltä voit pyytää eurooppalaisen reseptin. Sillä saat lääkkeitä EU-maiden, Islannin, Norjan, Liechtensteinin ja Sveitsin apteekeista. Resepti kirjoitetaan yleensä vaikuttavan aineen, ei kauppanimikkeen perusteella. Potilas maksaa lääkkeet ensin itse ja hakee myöhemmin korvausta Kelasta.

Huolehdi käsihygieniasta

Sairaalainfektiot ovat yleisiä ja aiheuttavat suuren osan sairaalahoidon aikana koituvista haitoista. Suurin osa infektioista leviää käsien välityksellä. Siksi on tärkeää, että henkilöstö, vierailijasi, sinä ja muut potilaat huolehditte hyvästä käsihygieniasta.

Pese kädet huolellisesti aina WC-käynnin jälkeen, oltuasi kosketuksissa toiseen henkilöön ja ennen ruokailua. Käytä lisäksi käsihuuhdetta ohjeiden mukaan. Jos huomaat henkilökunnan, vierailijoiden tai muiden potilaiden käsien pesussa ja käsihuuhteen käytössä puutteita, sinulla on oikeus huomauttaa siitä.

KÄSI- HYGIENIA

Meidän yhteinen asiamme!

Terveysthuollossa infektioiden torjunta toteutuu parhaiten, kun me kaikki yhdessä - henkilökunta, potilaat ja omaiset - noudatamme hyvää käsihygieniää.

- Kosketustartunta on yleisin bakteerien ja virusten leviämistie. Jopa flunssan aiheuttajat leviävät herkästi käsien välityksellä.
- Monet sairaudet aiheuttavat vastustuskyvyn huononemisen, jolloin potilaat ovat alttiita saamaan infektoita herkemmin.
- Käsihuuhteen käyttö on paras keino estää mikrobien leviäminen käsien välityksellä. Näin vältetään hoitoon liittyvä infektioiden kehittyminen.
- Kotona ja tavallisessa arkielämässä käsien huolellinen pesu saippualla estää tehokkaasti mikrobien leviämisen.

Käytä käsihuuh- detta

Kun tulet osastolle,
poliklinikalle,
potilashuoneeseen - tai
kun poistut sieltä.

...

Ennen ruokailua.

...

Yskimisen ja nenän
niistämisen jälkeen.

...

Ennen ja jälkeen haavaan
tai haavasidokseen koskemista.

...

Ennen ja jälkeen virtsakatetreihin
ja verisuonikanyyleihin tai muihin
vastaaviin koskemista.

...

Pese kädet ensin saippualla ja
käytä sen jälkeen käsihuuhdetta
aina WC-käynnin jälkeen tai
jos kätesi ovat likaiset.

Miten käytät käsihuuh- detta?

1

SORMENPÄÄT



Annostele käsihuuhdetta runsaasti (2 annosta) kuiviin käsiin. Upota sormenpäät kämmenpohjaan otettuun huuhteliuokseen. Tee sama toisen käden sormenpäille.

2

PEUKALOT



Levitä huuhdetta joka puolelle käsiä. Muista myös sormien välit ja peukalot.

3

KÄMMENET



Hiero käsiä kunnes ne ovat kuivat.



Potilasturvallisuutta taidolla -työryhmä

Valmistaudu tutkimuksiin

Jotkut kokeet ja tutkimukset edellyttävät, että valmistaudut niihin. Valmistautumisesta saat ohjeet ennakkoon.

Jos et saa tietoa riittävästi, voit kysyä:

- Miksi koe otetaan tai tutkimus tehdään?
- Mitä riskejä on olemassa?
- Onko muita vaihtoehtoja?
- Milloin minut tutkitaan?
- Kuinka valmistaudun?
- Miten toimin tutkimuksen jälkeen?

Varmista, että saat tutkimustulokset:

- Tutkimustulosten vastausten tai muiden lääkäreiden lausuntojen saaminen voi viedä aikaa.
- Jos et saa tuloksia heti, voit vähentää riskejä kysymällä esimerkiksi:
- Miten ja milloin saan tietää tulokset?
- Kehen otan yhteyttä, jos tietoa ei tule tai jos minulla on kysyttävää?
- Mitä tapahtuu seuraavaksi?

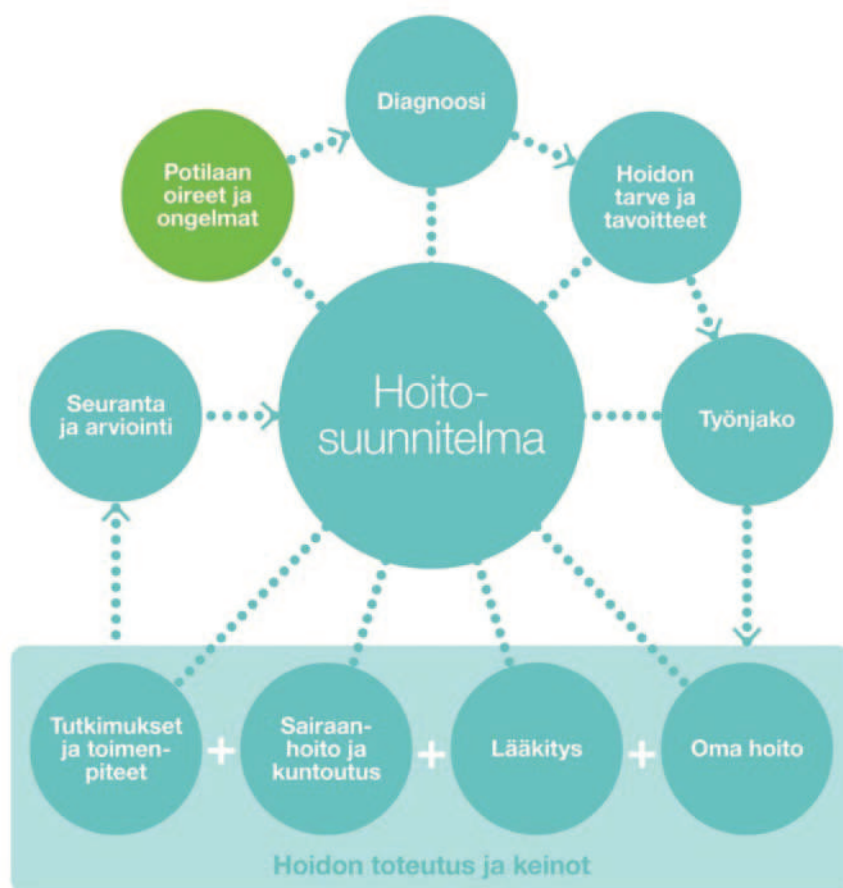
Kerro hoitohenkilökunnalle, jos jokin asia jäi epäselväksi. Voit pyytää tiedot myös kirjallisena.

Hoitosuunnitelma on hoitosi perusta

Sinulla on potilaana oikeus hoitosuunnitelmaan. Terveystieteiden laki edellyttää sitä kiireettömässä hoidossa. Pyydä rohkeasti hoitosuunnitelmaa, mikäli sinulla on yksikin pitkäaikaissairaus. Hoitosuunnitelman avulla voidaan koordinoida eri sairauksiesi hoidot turvallisesti ja varmistaa hoitojesi yhteensopivuus ja toteutus. Potilas ja terveydenhuollon ammattihenkilöt laativat hoitosuunnitelman yhdessä.

Hoitosuunnitelmaasi kootaan tiedot kaikista terveysongelmistasi sekä sinulle suunniteltu hoito. Hoitosuunnitelmaan kirjataan: diagnoosi, hoidon tarve ja tavoite, työnjako, hoidon toteutus ja keinot, seuranta ja arviointi sekä lääkitys. Hoitosuunnitelmassa sovitaan myös niistä asioista, joista itse huolehdit.

Ota yhteyttä sairaalasi sosiaalityöntekijään, jos tarvitset tietoa sosiaalietuuksistasi ja oikeudestasi niihin. Hän opastaa sinua esimerkiksi tukien hakemisessa ja auttaa taloudellisten ongelmien selvittämisessä. Lisätietoja saat myös potilasjärjestöiltä.



Lääkäri ja potilas laativat hoitosuunnitelman yhdessä

Lääkäri:

- Laatii hoitosuunnitelman yhdessä sinun kanssasi.
- Päättää lääketieteellisistä tutkimuksista, taudin määräytyksestä ja hoidosta. Lääkäri ottaa mielipiteesi huomioon.

Potilas:

- Potilaana sinulla on oikeus saada riittävästi tietoa hoidosta ja siihen liittyvistä riskeistä, jotta voit osallistua hoitoasi koskeviin päätöksiin.
- Sinulla on oikeus esittää omat toiveesi ja kertoa tarpeesi hoidon suhteen.
- Sinulla on myös oikeus kieltäytyä tarjotusta hoidosta. Tällöin sinulle etsitään jokin muu vaihtoehtoinen hoitomuoto.
- Voit seurata hoitosuunnitelmasi etenemistä. Noudata sitä ja ota tarvittaessa yhteyttä hoitopaikkaasi.

Kysy rohkeasti

Sairautesi herättää varmaan monia kysymyksiä. On tärkeää, että tiedät hoidostasi tärkeäksi kokemasi asiat. Voit kysyä esimerkiksi seuraavia asioita:

- Onko hoidosta sivuvaikutuksia tai riskejä?
- Mitkä ovat hoitovaihtoehtojen edut ja haitat?
- Mitä tapahtuu, jos en saa hoitoa?
- Mitä hoitovaihtoehtoja on olemassa?
- Mistä tiedän, että hoito tehoaa?
- Milloin hoito alkaa? Kauanko se kestää?
- Mitä minun itseni on tehtävä tai otettava huomioon, jotta lopputulos olisi paras mahdollinen?
- Kehen voin ottaa yhteyttä, jos jokin asia askarruttaa minua?
- Mistä voin löytää lisätietoa sairaudestani ja sen hoidosta?
- Jos hoitoni siirretään vaikkapa terveyskeskukseen, miten minun tulee toimia?

Anna palautetta ja kerro toiveistasi

Anna rohkeasti palautetta saamastasi hoidosta. Voit myös kiittää halutessasi. Muista, että hoitohenkilökunta ei osaa lukea ajatuksiasi. Halutessasi kysy potilasjärjestöjen toiminnasta ja vertaistuesta hoitohenkilökunnalta. Potilasjärjestösi tarjoaa arvokasta lisätietoa ja tukee sinua.

Yhteistyössä ammattilaisten kanssa varmistat itsellesi parhaan mahdollisen hoidon.

Miten hoitosi jatkuu?

Miten jatkohoitosi järjestyy?

Kun tarvitset jatkohoitoa, sinulle tehdään jatkohoito- ja tarvittaessa kuntoutussuunnitelma. Ne laaditaan aina yhteistyössä sinun kanssasi. Näin varmistetaan jatkohoitosi sujuminen. Ole aktiivisesti mukana jatkohoitosuunnitelmasi tekemisessä ja kysy rohkeasti, jos jokin asia askarruttaa mieltäsi. Kerro omat toiveesi jatkohoidon järjestämisestä.



Tärkeää hoidon jälkeen

- Voit halutessasi ottaa omaisen tai läheisen mukaan jatkohoidon suunnitteluun.
- Säilytä hoitoselosteesi (epikriisi) ja reseptisi. Epikriisi on hoidon päätyttyä laadittu selostus taudin kulusta ja hoidosta.
- Noudata kaikkia saamiasi lääkitys-, hoito-, hygienia- ja ravitsemusohjeita.
- Pyydä tarvittaessa kaikki ohjeet kirjallisina.
- Kysy, mihin voit ottaa tarvittaessa yhteyttä.
- Kerro, jos et ymmärrä jatkohoito-ohjeita.
- Jos et ymmärrä termejä, kysy niin monta kertaa, että ymmärrät.
- Kerro, jos epäilet, että hoidon tai lääkityksen toteutuksessa tai pärjäämisessä tulee ongelmia.
- Neuvottele apuvälineiden ja kodin muutostöiden tarpeesta.
- Sinun tulee saada opetusta ja ohjausta siitä, kuinka itse hoidat sairauttasi.
- Pyydä ohjeet, jos hoitosi siirretään toiseen paikkaan, esimerkiksi terveyskeskukseen.

Sinulle tehdään tarvittaessa jatkohoito- ja tarvittaessa kuntoutussuunnitelma

Jatkohoito- ja kuntoutussuunnitelmaa tehtäessä mietitään esimerkiksi fysikaalista kuntoutusta, sopeutumisvalmennusta, ammatinvalintaan liittyvää ohjausta, apuvälineiden

käytön ohjausta, psyko-sosiaalista kuntoutusta, ravitsemusneuvontaa sekä arvioidaan työkykyäsi ja työhön paluutasi.

Kuntoutussuunnitelma laaditaan julkisessa terveydenhuollossa yhteistyössä kanssasi. Suunnitelman laadinnasta vastaa hoitava lääkärisi työryhmän kanssa. Siihen voivat kuulua mm. fysioterapeutti, toimintaterapeutti ja sosiaalityöntekijä. Halutessasi mukana voi olla omaisesi tai läheisesi.

Kuntoutussuunnitelman perusteella sinun on mahdollista saada korvausta esimerkiksi vammaispalvelulain mukaisiin tukitoimiin kuten asunnon muutostöihin, kuljetuspalveluihin ja henkilökohtaiseen apuun.

Ole aktiivisesti mukana jatkohoitosuunnitelmasi tekemisessä
– se laaditaan yhteistyössä sinun kanssasi.

Potilaan läheiselle

Miten tuet omaisesi hyvää ja turvallisinta hoitoa?

Omaiset ja läheiset ovat tärkeä tuki potilaalle ja hoitohenkilöstölle, varsinkin silloin, kun potilas ei itse pysty osallistumaan hoitoonsa. Kun potilaana on lapsi tai muistisairas vanhus, hoitohenkilöstön ja potilaan läheisten yhteistyö on erityisen tärkeää.

Voit olla suurena apuna läheisesi turvallisen hoidon varmistamisessa. Keskustele aktiivisesti hoitohenkilökunnan kanssa ja kerro näkemyksesi läheisesi tilasta ja hoidon onnistumisesta.



Pyydä potilaan suostumus

Varmista läheiseltäsi, toivooko hän sinun saavan tietoa sairaudestaan. Hoitohenkilöstöllä täytyy yleensä olla potilaan suostumus, jotta sinulle voidaan antaa tietoa hänen terveydentilastaan.

Lapsen huoltajilla on yleensä oikeus saada tietoa lapsen terveydentilasta. Jos lapsi on riittävän kypsä päättämään omasta hoidostaan, hoitohenkilöstö ei saa ilman tämän lupaa hänen lupaansa luovuttaa hänen terveydentilaansa koskevia tietoja edes huoltajalle. Potilaan kypsyystason arvioi lääkäri tai muu ammattihenkilö. Lapsen huoltajalla ei ole oikeutta kieltää hoitoa, jota tarvitaan alaikäisen henkeä tai terveyttä uhkaavan vaaran torjumiseksi.

Kun läheisesi ei pysty itse osallistumaan hoitonsa suunnitteluun

Varmista, että lääkärit ja hoitajat tietävät, mitä lääkkeitä läheisesi on käyttänyt säännöllisesti ennen hoitoon tuloaan. Kerro myös läheisesi käyttämistä ilman reseptiä hankituista itsehoitolääkkeistä sekä vitamiini- ja luontaistuotevalmisteista. Jos läheisesi käyttää useita lääkkeitä samanaikaisesti, pyydä lääkäriltä lääkityksen kokonaisarviointia. Useita lääkkeitä käyttävien iäkkäiden potilaiden lääkehoidon asianmukaisuus pitää arvioida vähintään kerran vuodessa. Kerro lääkärille tai hoitajalle läheisesi allergioista ja hänen muista sairauksistaan.

Ole apuna

Pyydä tarvittaessa tilaisuutta keskustella läheisesi hoidosta lääkärin kanssa.

Jos läheisesi toiminta- tai ilmaisukyky on heikentynyt esimerkiksi muistisairauden vuoksi, kerro henkilökunnalle, miten keskustelu ja toimiminen hänen kanssaan onnistuvat parhaiten.

Varmista, että hoitohenkilöstöllä on oikeat yhteystietosi. Hoitohenkilökunnan kannalta olisi hyvä, jos läheisistä yksi olisi yhteyshenkilö läheisten ja henkilökunnan välillä.

Älä levitä sairauksia

Pese kätesi huolellisesti vedellä ja saippualla ennen ja jälkeen sairaalassa vierailuasi.

Käytä käsihuhdetta ennen ja jälkeen potilaaseen koskettamisen. Jos tiedät sairastavasi helposti tarttuvaa sairautta, kuten flunssaa, vältä vierailua sairaalassa.

Varmista jatkohoidon onnistuminen

Kun läheisesi pääsee pois hoidosta, varmista mitä lääkkeitä hänen tulee jatkossa käyttää, miten hänen jatkohoitonsa järjestetään ja mihin ottaa yhteyttä, jos ongelmia ilmenee.

Jaa tarvittaessa läheisesi lääkkeet lääkeannostelijaan eli dosettiin. Joissakin apteekeissa voit pyytää lääkkeet jaettuna valmiiksi annospusseihin. Tunnet läheisesi tarpeet hoitohenkilökuntaa paremmin, olet tärkeä korvaamaton apu, kun arvioidaan lääkkeiden vaikutusta ja sopivuutta.

Kerro havaitsemasi muutokset läheisesi voinnissa, sillä tunnet hänet paremmin kuin henkilökunta.

Vahvista elinluovutustahtosi

Aiemmin elinten luovuttamiseen tarvittiin lupa omaiselta, ellei vainajalla ollut elinluovutuskorttia. Nyt oletetaan, että elinsiirtoon sopiva vainaja on suostunut elintensä luovutukseen, ellei hänen tiedetä sitä elinaikanaan kieltäneen. Ennen kuin elinsiirtoon ryhdytään, lääkärin pitää mahdollisuuksien mukaan selvittää, mikä vainajan tahto oli. Jos vainajalla ei ole esimerkiksi elinluovutuskorttia, kysytään tietoja vainajan mielipiteestä hänen omaisiltaan. Jos varmuutta ei saada käytettävissä olevassa ajassa, elinsiirto voidaan tehdä.

Suomessa on pula elinsiirtoon sopivista elimistä. Lakimuutoksen tavoitteena on lisätä elinsiirtoja. Yhtä ainoaa virallista tai oikeaa tapaa elinluovutustahdon ilmaisemiseen ei ole. Tärkeintä on, että se on tiedossa. Voit kirjata elinluovutustahtosi esimerkiksi alla olevan mallin mukaisesti. Jos tahtoasi ei tiedetä, sinun oletetaan suostuvan elintesi luovutukseen. Pidä paperia mukana ja kerro siitä läheisillesi.

KYLLÄ

Luovutan elimeni ja kudokseni elinsiirtoon kuolemani jälkeen.

Päivämäärä:

Nimi:

Kerron päätöksestä myös läheisilleni.

EI

En luovuta elimiäni tai kudoksiani elinsiirtoon kuolemani jälkeen.

Päivämäärä:

Nimi:

Kerron päätöksestä myös läheisilleni.

Omat tiedot

Potilaan tiedot

Nimi: _____

Sosiaaliturvatunnus: _____

Osoite: _____

Puhelinnumero: _____

Sähköposti: _____

Omaisien / läheisen yhteystiedot

Nimi: _____

Puhelinnumero: _____

Läheiselleni saa antaa tietoja terveyden ja sairauden tilastani

Allergiat (lääkeaine-, ruoka- ja muut allergiat sekä yliherkkyydet):

Mahdolliset apuvälineet

Onko käytössäsi kotiapua tai kotisairaanhoidoa?

Kyllä Ei

Hoitohenkilökunta

Hoitava lääkäri ja hänen yhteystietonsa:

Muut sinua hoitavat terveydenhuollon ammattilaiset:

Lääkelista

Vakituisesti käytettävät lääkkeet:

Lääkkeen nimi	Vahvuus	Annostus	Mihin hoidoksi

Tarvittaessa käytettävät lääkkeet:

Lääkkeen nimi	Vahvuus	Annostus	Mihin hoidoksi

Itsehoitolääkkeet:

Lääkkeen nimi	Vahvuus	Annostus	Mihin hoidoksi

Vitamiinit:

Ravintolisät:
