

## Planering inför din hemgång (polska på nästa sida)

Tillsammans med dig börjar vi tidigt att planera din utskrivning för att du tryggt ska kunna återvända hem efter avslutad sjukhusvistelse.

Beräknad utskrivningsdag: \_\_\_\_\_

Planeringen görs tillsammans med personal från kommun och vårdcentral/mottagning och sker vanligtvis i två steg:

- Först gör vi en *utskrivningsplanering* som gäller den närmaste tiden efter utskrivning och som syftar till en trygg hemgång.
- Nästa steg i planeringen kring din fortsatta vård och omsorg är att du erbjuds en *samordnad individuell planering (SIP)* när du kommit hem från sjukhuset.

**Utskrivningsplanering görs under din sjukhusvistelse** tillsammans med dig, eventuella närstående och berörda vård- och omsorgsgivare. Tillsammans går vi igenom ditt hälsotillstånd, den eventuella hjälp och stöd du har idag och vad du kan komma att behöva när du kommer hem. Det som planeras skrivs ned i en utskrivningsplan som du får med dig när du går hem. I utskrivningsplanen framgår det också vart du kan vända dig med eventuella frågor när du kommit hem. Utskrivningsplanen gäller tills vidare eller fram tills du har haft ett möte för SIP.

**SIP sker oftast hemma hos dig** eller på din vårdcentral/mottagning. Tillsammans med dig, eventuella närstående, och berörda vård- och omsorgsgivare planeras din fortsatta vård. Syftet med mötet är att komma överens om hur ni tillsammans ska täcka ditt behov av vård och omsorg på längre sikt. Resultatet blir en plan där det tydligt framgår vem som har ansvar för vad och när planen ska följas upp.

*Du kan själv förbereda dig genom att fundera på vad som är viktigt för dig i din vardag och hur du vill ha det framöver.*

### Det här ska du få med dig när du skrivs ut från sjukhuset

- Skriftlig information om den vård och behandling som du fått på sjukhuset.
- Skriftlig information om vart du ska vända dig om du har frågor eller om du försämras.
- Skriftlig information om vad du kan göra själv.
- En utskrivningsplan som sammanfattar vad som kommer ske då du lämnat sjukhuset och vilka insatser du ska få från kommunen och din vårdcentral/mottagning.
- Namn och kontaktuppgifter till din fasta vårdkontakt och andra du kommer ha kontakt med enligt plan.
- En lista på de läkemedel du ska ta.
- De eventuella hjälpmedel som du behöver ha direkt när du kommer hem.
- Tidpunkt för samordnad individuell plan (SIP) om den är beslutad.

*Tala med din läkare eller sjuksköterska innan du skrivs ut om du är osäker på hur du ska få hem dina läkemedel.*

### Fast vårdkontakt

Din fasta vårdkontakt på din vårdcentral/mottagning hjälper dig att planera din fortsatta vård och omsorg.

Min fasta vårdkontakts namn: \_\_\_\_\_

Vårdcentral/mottagning: \_\_\_\_\_

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

Polska

## Planowanie przed wypisaniem pacjenta ze szpitala

Wypisanie ze szpitala zaczynamy planować z wyprzedzeniem, byś po zakończonym pobycie w szpitalu mógł/mogła bezpiecznie wrócić do domu.

Przewidywany dzień wypisania: \_\_\_\_\_

Planowanie odbywa się razem z pracownikami gminy i przychodni i zazwyczaj składa się z dwóch etapów:

- Najpierw opracowujemy *plan wypisania*, który dotyczy czasu zaraz po wypisaniu, a jego celem jest zapewnienie Ci bezpiecznego powrotu do domu.
- Kolejnym etapem, jeśli chodzi o Twoją przyszłą opiekę zdrowotną, jest zaproponowanie *uzgodnionego planu indywidualnego* (szw. *SIP - samordnad individuell planering*), gdy wrócisz do domu po wyjściu ze szpitala.

**Plan wypisania jest opracowywany podczas pobytu w szpitalu** razem z Tobą oraz ewentualnie najbliższymi Ci osobami i zainteresowanymi opiekunami. Razem analizujemy stan zdrowia, ewentualną pomoc i wsparcie, które otrzymujesz teraz i to, czego możesz potrzebować po powrocie do domu. To, co zaplanujemy, zostanie zapisane w planie wypisania, który zabierzesz ze sobą, gdy będziesz wychodzić do domu. W planie tym zostanie również ustalone, do kogo możesz się zwrócić w razie ewentualnych pytań, które pojawią się w domu. Plan wypisania obowiązuje na czas nieokreślony bądź do dnia spotkania w sprawie *uzgodnionego planu indywidualnego (SIP)*.

**Spotkanie w sprawie planu SIP odbywa się u Ciebie w domu lub w przychodni.** Razem z Tobą, ewentualnie osobą najbliższą i zainteresowanym opiekunem planujemy dalszą opiekę zdrowotną. Celem spotkania jest uzgodnienie, jak razem możemy spełniać Twoje potrzeby w dłuższej perspektywie czasowej. Rezultatem spotkania będzie plan, z którego jasno będzie wynikać, kto za co ponosi odpowiedzialność i jak plan ten ma być wprowadzany w życie.

*Do spotkania możesz przygotować się w ten sposób, że zastanowisz się, co jest ważne dla Ciebie w życiu codziennym i jak chcesz, żeby wyglądało ono w przyszłości.*

### Przy wypisywaniu ze szpitala musisz mieć przy sobie:

- Pisemną informację o opiece i leczeniu, które otrzymałeś/aś w szpitalu.
- Pisemną informację o tym, do kogo możesz zwrócić się z pytaniami lub gdyby stan Twojego zdrowia się pogorszył.
- Pisemną informację o tym, co możesz zrobić sam/sama.
- Plan wypisania, który streszcza, co będzie miało miejsce po opuszczeniu przez Ciebie szpitala i co otrzymasz od gminy i od Twojej przychodni.
- Imię, nazwisko i dane kontaktowe asystenta stałej opieki i do innych osób, z którymi masz mieć kontakt zgodnie z planem.
- Listę leków, które musisz brać.
- Ewentualne środki pomocnicze, których będziesz potrzebować zaraz po powrocie do domu.
- Datę rozpoczęcia uzgodnionego planu indywidualnego (SIP), jeśli podjęto decyzję o jego zastosowaniu.

*Porozmawiaj ze swoim lekarzem lub pielęgniarką, zanim zostaniesz wypisany/a ze szpitala, jeśli nie jesteś pewien/pewna, jak otrzymasz swoje leki do domu.*

### Asystent stałej opieki

Twój asystent stałej opieki w przychodni pomoże Ci zaplanować przyszłą opiekę zdrowotną.

Imię i nazwisko asystenta stałej opieki: \_\_\_\_\_

Przychodnia: \_\_\_\_\_

Numer telefonu: \_\_\_\_\_