Planering inför din hemgång (sorani 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:____

Sorani

پلانـدانـان بـەر لە گەڕانەوەت بۆ مـاڵـێ

ئێـمە پێکەوە لەگەڵ تۆ هەر زوو پلانی گەڕانەوت لە نەخۆشخانەوە بۆ ماڵێ دادەنێین بۆ ئەوەی کاتێک مانەوەت لە نەخۆشخـانە کۆتایی هات بە شێوەیەکی دڵـنـیـا بگەڕێـیتەوە ماڵێ.

ڕۆژی چاوەڕوانکراو بۆ بەجیهێشتنی نەخۆشخانە:____

پـلاندانانەکە بە هاوکاری لەگەڵ فەرمانبەرانی کۆمۆن و بنکەی تەندروستی یان پێشوازگەی دوکتۆر پێکدێ و بە شێوەیەکی ئاسایی دوو قۆناخی هەیە:

- سەرەتا ئێمە پلانێک دەستنیشاندەکەین بۆ ڕۆژەکانی یەکەمی دووای بەجیهێشتنی نەخۆشخانە. مەبەست ئەوەیە کە چوونە ماڵەوە بە شێوەیەکی دڵـنـیـا پێکبـێ.
- قۆناخی دووەهەم بریتییە لە پلاندانان سەبارەت بە بەردەوامبوونی چـاودێـری و ئاگالێبوون بە جۆرێک کە پلاندانانێکی هاوئاهەنگی تاکەکەسی واتە *(SIP)* پێشکەشی تۆ بکرێت کاتێ کە لە نەخۆشخانە گەڕایتەوە.

پـلانـدانـان بـۆ بەجێهێشـتـنی نـەخـۆشـخـانـە و چـوونە ماڵەوە کاتێک پێکدێ کە تۆ هێشتا لە نەخۆشخانەیت. ئەم پلاندانانە بە هاوکاری خۆت و کەسوکاری نزیک، ئەگەر هەبن و هەروەها دامەزراوەی چاودێری و ئاگاداریی پێوەندیدار پێکدێت. پێکەوە باسی باری تەندروستیی تۆ دەکەین و هەروەها باسی ئەو یارمەتی و پاڵپشـتیـیـە دەکەین ئەگەر بێتوو لە ماڵەوە پێداویستیت هەبێ. ئەو پلانەی کە دادەنرێ بە نووسراوەیی دەدرێتە خۆت کاتێ دەچیتەوە ماڵێ. لەو پلانە نووسراوەیەدا هەر وەها ئاماژە بەو شوێنە دەکرێ کە لە کاتی پێویستدا دەتوانی پرسیارەکانی خۆتیان ئاراستە بکەی. ئەم پلانی بەجێهێشتنی نەخۆشخانە و چوونە ماڵەوە بۆ ماوەیەک بەردەوام دەبێ یان تا ئەو کاتە بەردەوام دەبێ کە تۆ بەشداری دەکەی لە کۆبوونەوەی SIP.

SIP بە زۆری هەر لە ماڵی خۆت یان لە بنکەی تەندروستی و یان لە پێشوازگەی دوکتۆر پێکدێت. بە هاوکاری خۆت و کەسوکاری نزیک ئەگەر هەبن و هەروەها دامەزراوەی چاودێری و ئاگاداری بەرنامەی داهاتووی چادێری لە تۆ بڕیاری لەسەر دەدرێ. مەبەست لەم کۆبوونەوەیە ئەوەیە کە پێکەوە بڕیار بدەین کە بۆ داهاتوو پێداوستی تۆ لە بوواری چاودێری و ئاگاداریدا چۆن دابین بکرێ. سەرەنجام بەرنامەیەک دێتە ئاراوە کە بە ڕوونی دەستنیشانی دکا کـێ بـەرپـرسـی چیـە و پلانەکە دەبێ چـۆن بەدوواداچوونی بۆ بکرێ.

کـاتـێ لە نەخۆشخانە دەگەڕێـیـتـەوە مـاڵـێ دەبـێ ئەم شتـانـەت لەگەڵ خۆت بەرێتەوە

- زانیاری بە نووسراوە سەبارەت بە ئەو چاودێری و چارەسەرییەی کە لە نەخۆشخانە بۆت کراوە.
- زانیاری بە نووسراوە سەبارەت بەوە کە ئەگەر پرسیارێکت هەبوو یان باری تەندروستیت تێکچوو دەبێ ڕووی بکەیتە کوێ.
- زانیاری بە نووسراوە سەبارەت بەوە کە تۆ خۆت دەتوانی چی بکەی.
- پلانێک بۆ چوونەوە ماڵ، کە لەو پلانەدا باسی ئەوەی تێدابێ کە لە پاش چوونەدەر لە نەخۆشخانە چی ڕوودەدا، چ جۆرە یارمەتییەک لە کۆمۆنەکەی خۆت و بنکەی تەندروستی یان پێشوازگەی دوکتۆر وەردەگریت.
- نـاو و زانیاری بۆ پێوەندیگرتن لەگەڵ پێوەندیی چاودێریی بەردەوام و هەروەها ئەو کەسانەی دیکە کە بە پێی پلانەکە لەگەڵیان تووشی پێوەندی دەبی.
- لیستەی دەرمانەکانت.

- ئامرازی یارمەتیدەر کە لەوانەیە تۆ یەکسەر لە دووای هاتنەوە ماڵەوە پێویستت بێ.
- دیاریکردنی کات بۆ پلانی هاوئاهەنگی تاکەکەسی واتە (SIP)، ئەگەر بێتوو بڕیاری لەسەردرابێ.

ئەگەر دڵنیا نەبووی کە دەرمانەکان چۆن لە ماڵەوە دەگەنە دەستت، لە پێش بەجێهێشتنی نەخۆشخانە لەگەڵ دوکتۆرەکەی خۆت یان لەگەڵ پەرستارەکە قسەبکە.

پێـوەنـدیی بــەردەوام لـەگـەڵ بەشی چـاودێــری

پـێوەندیی بەردەوام لەگەڵ بـنــکـەی تەندروستی خۆت یان لەگەڵ پێشوازگەی دوکتۆرەکەی خۆت بۆ بەردەوامبوون لە چاودێری و پشتگیریدا یارمەتیدەرت دەبێ.

نــاوی شـــوێنی پێوەندیی چــاودێــریی بەردەوامی من:____

بـنـــکـەی تـەنـدروستی یان پێــشوازگەی دوکتۆر:____

ژمـــارەی تــەلــەفـۆن:____