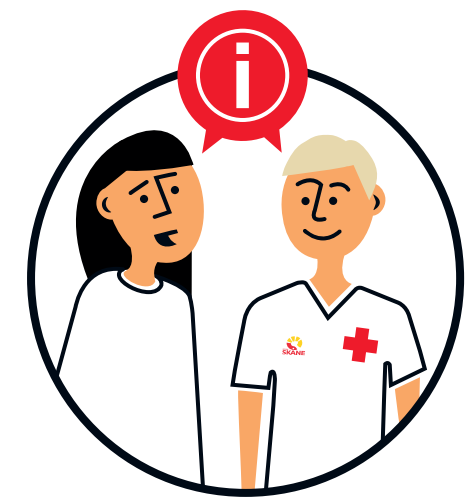




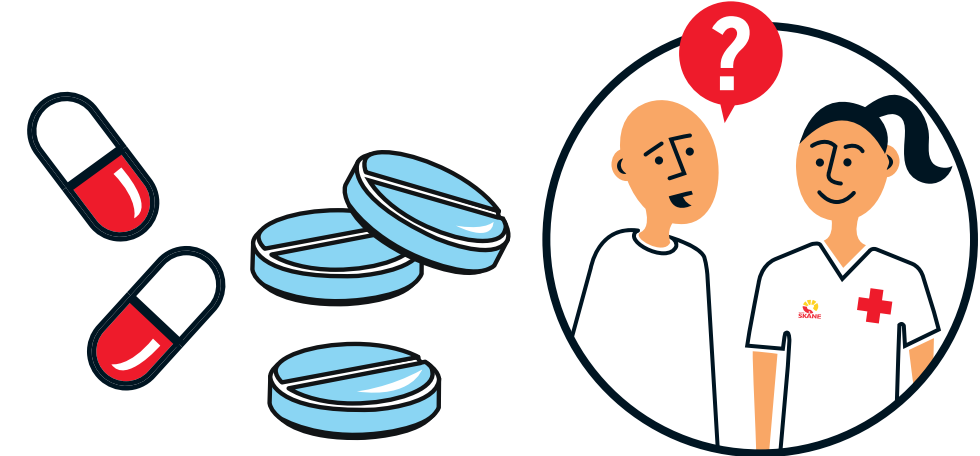
ข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิ

แจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบหากคุณมีภาวะภูมิแพ้หรือมีอาการแพ้อะไร
ติดต่อเจ้าหน้าที่ดูแลสุขภาพหากคุณมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการดูแลหรือการรักษาของคุณ



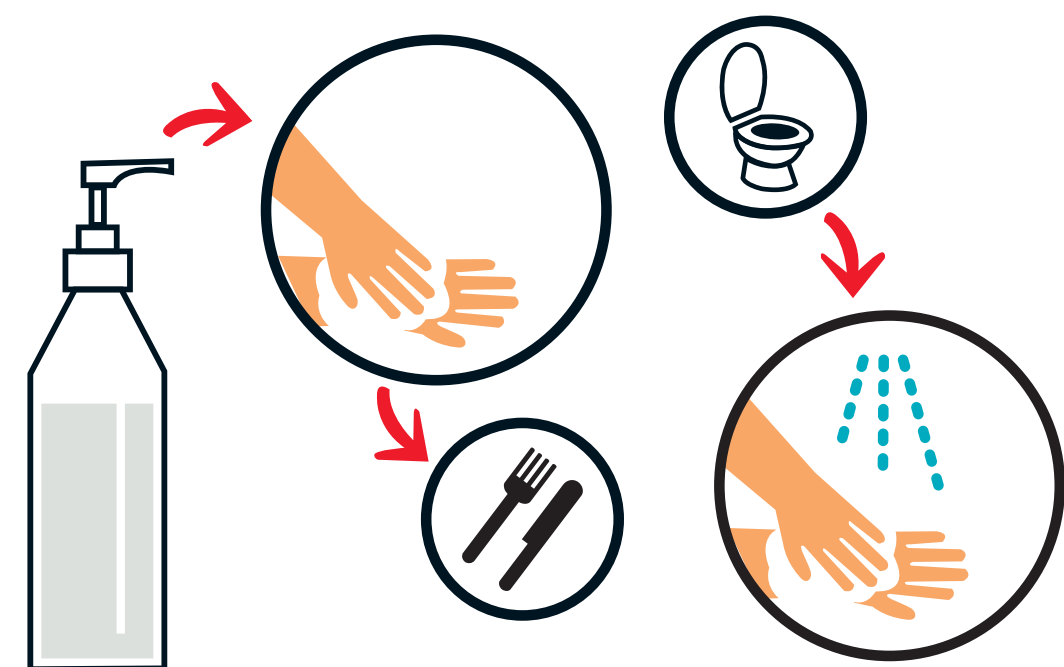
การรับประทานยา

แจ้งให้เราทราบว่า คุณกำลังใช้ยาอะไรและเหตุผล
ถือเป็นแนวคิดที่ดีที่จะจดรายชื่อยาทั้งหมดที่คุณกำลังใช้ในปัจจุบัน
แจ้งให้เราทราบหากคุณไม่แน่ใจว่าทำไมคุณถึงใช้ยาหรือเวชภัณฑ์บางอย่าง
แจ้งแพทย์หรือเภสัชกรหากคุณมีความกังวลเกี่ยวกับยาที่คุณกำลังใช้



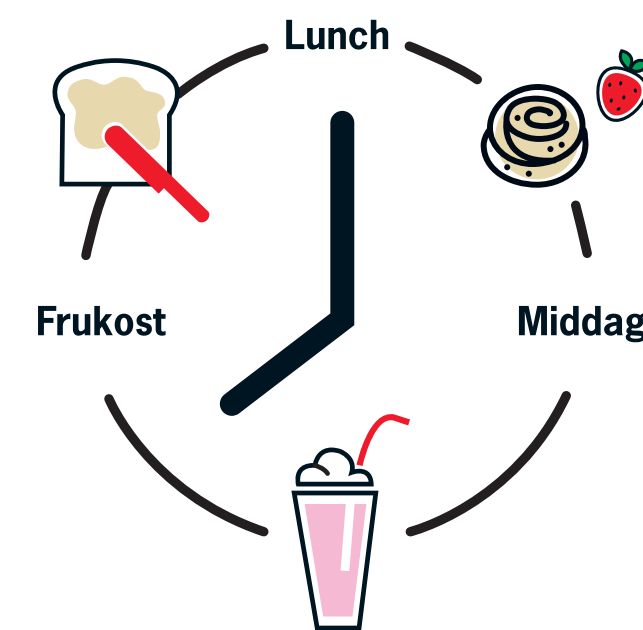
ป้องกันตัวเองและคนอื่นจากการติดเชื้อ

อย่าล้างมือที่ถามเจ้าหน้าที่ว่าพวกเขาล้างมือแล้วหรือยังก่อนที่จะรักษาคุณ
ใช้เจลทำความสะอาดมือก่อนรับประทานอาหาร
ใช้เฉพาะห้องน้ำที่กำหนดไว้สำหรับคุณเท่านั้น
ล้างมือทุกครั้งหลังจากเข้าห้องน้ำ
แจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบหากคุณอาเจียนหรือมีอาการท้องร่วง
จามหรือไอโดยใช้ข้อศอกปิดปาก
ล้างน้ำมูกลงในกระดาษชำระและใช้เจลทำความสะอาดมือหลังจากนั้น



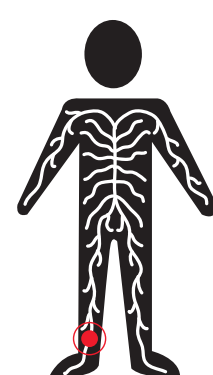
ป้องกันน้ำหนักลด

คุณอาจรู้สึกเบื่ออาหารเมื่อป่วย แจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบหากคุณรู้สึกว่าน้ำหนักลดลงโดยไม่ได้ตั้งใจ
น้ำหนักลดลงสามารถป้องกันได้โดยการเลือกอาหารและเครื่องดื่มที่เหมาะสม
- รับประทานอาหารบ่อย ๆ และรับ/ขออาหารว่าง
- เลือกผลิตภัณฑ์นมที่อุดมไปด้วยไขมันและเพิ่มผลิตภัณฑ์ไขมันในแซนวิชของคุณ รับประทานอาหารไข่เป็นอาหารเช้าและดื่มนมหลังจากมื้ออาหารของคุณ เพื่อเพิ่มโปรตีนพิเศษ
- แจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบหากคุณมีปัญหาในการเคี้ยวหรือการกลืน
โรคมบางอย่างอาจทำให้คุณต้องรับประทานอาหารที่พิเศษ สอบถามเจ้าหน้าที่เพื่อขอคำแนะนำ



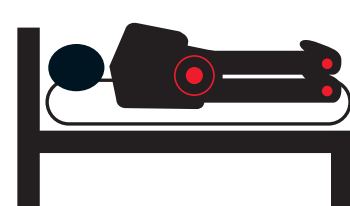
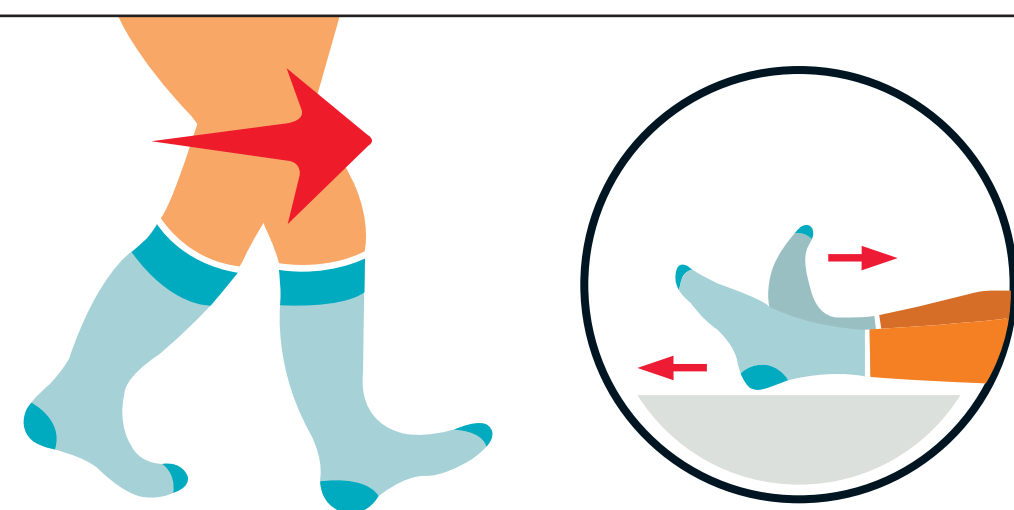
ป้องกันการล้ม

สวมรองเท้าที่มั่นคงมีขนาดพอดีหรือสวมถุงเท้ากันลื่น
ขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่หากคุณมีอาการเวียนหรืออ่อนแอเมื่อลุกขึ้นเดิน
ถ้าคุณมักจะมีอาการเวียน นิ่งที่ปลายเตียงสักครู่ เหยียบเท้าของคุณและตีมน้ำก่อนที่จะลุกขึ้น



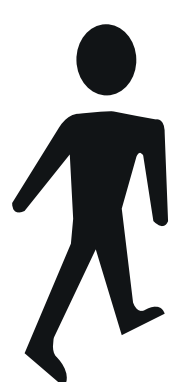
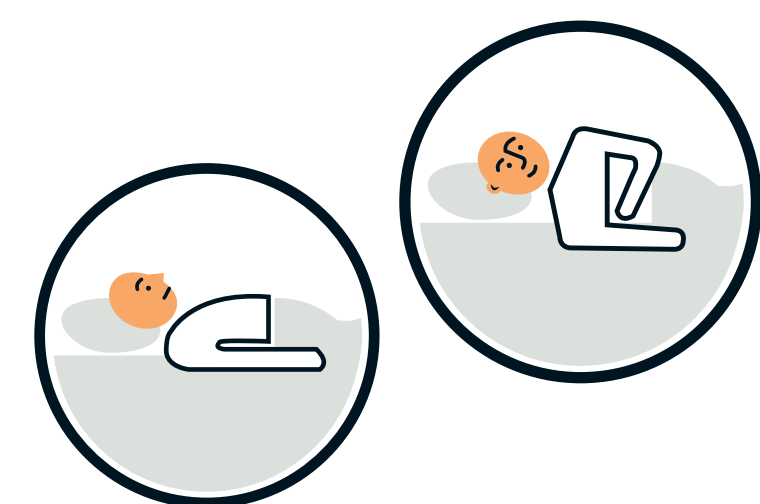
ป้องกันภาวะเลือดอุดตัน

เคลื่อนไหวไปรอบ ๆ ให้น้อยที่สุดเท่าที่คุณสามารถทำได้
สวมถุงน่องแรงกด
ลองและฝึกการออกกำลังกายแบบง่าย ๆ ทั้งขาและข้อเท้า



ป้องกันแผลกดทับ

หากคุณสามารถทำได้ ให้เคลื่อนไหวไปรอบ ๆ เพียง และเปลี่ยนท่าบ่อย ๆ
แม้การเปลี่ยนท่าอาจดูเล็กน้อยแต่สามารถช่วยได้มาก
แจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบหากคุณรู้สึกไม่สบายหรือมีอาการปวด เช่น ปวดสันท้าย
เจ้าหน้าที่ยินดีช่วยคุณพลิกตัวหรือเปลี่ยนท่านั่งของคุณ



ช่วงเวลาที่จะออกจากโรงพยาบาล

ก่อนที่จะออกจากโรงพยาบาล ต้องให้แน่ใจว่าคุณ:

- ได้รับข้อมูลการอนุญาตให้กลับบ้าน รวมถึงรายชื่อยาและข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการใช้และเหตุผลที่คุณต้องใช้ยาเหล่านี้
- ได้รับแจ้งรายชื่อบุคคลติดต่อหากคุณมีข้อสงสัย
- ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการติดตามการดูแลและการรักษาของคุณ

