

Η Ασφάλεια έχει σημασία σε κάθε βήμα της διαδρομής φροντίδας σας

Ασφαλής φροντίδα για όλη τη ζωή!

Ασφαλής φροντίδα για τα μη μεταδοτικά νοσήματα



1

**ΠΡΟΛΗΨΗ
ΚΑΙ ΜΕΙΩΣΗ
ΚΙΝΔΥΝΟΥ**



Συνήθης πηγή βλάβης

Μη έγκαιρη λήψη μέτρων για την πρόληψη της νόσου



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Αναγνωρίστε τους παράγοντες κινδύνου των μη μεταδοτικών νοσημάτων
- Υιοθετήστε έναν υγιεινό τρόπο ζωής
- Λάβετε έγκαιρα προληπτικά μέτρα
- Πραγματοποιήστε τακτικούς ελέγχους υγείας
- Αναζητάτε αξιόπιστες πληροφορίες για την υγεία



2

**ΕΓΚΑΙΡΗ
ΑΝΙΧΝΕΥΣΗ ΚΑΙ
ΔΙΑΓΝΩΣΗ**



Συνήθης πηγή βλάβης

Καθυστερημένη, μη πραγματοποιηθείσα ή λανθασμένη διάγνωση



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Πραγματοποιείτε τους συνιστώμενους προσυμπτωματικούς ελέγχους
- Αναγνωρίζετε τα πρώιμα συμπτώματα και αναζητάτε άμεσα φροντίδα
- Παρακολουθείτε την πορεία των εξετάσεων και των παραπομπών σας
- Κατανοείτε τη διάγνωσή σας και συμμετέχετε στις αποφάσεις για τη φροντίδα σας
- Κάντε ερωτήσεις και μη διστάζετε να ζητήσετε δεύτερη γνώμη



3

**ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΕ
ΜΟΝΑΔΕΣ
ΥΓΕΙΑΣ**



Συνήθης πηγή βλάβης

Προβλήματα που σχετίζονται με φάρμακα, χημειοθεραπεία και ακτινοθεραπεία, ιατροτεχνολογικά προϊόντα, λοιμώξεις που σχετίζονται με τη φροντίδα υγείας, αναισθησία και χειρουργικές επεμβάσεις



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Ενημερώνετε για τις αλλεργίες, τα φάρμακα και τις άλλες παθήσεις σας
- Κατανοήστε την πάθησή σας και το θεραπευτικό σας πλάνο
- Μοιραστείτε τις ανάγκες, τις προτιμήσεις σας για τη θεραπεία και τυχόν αμφιβολίες
- Επιβεβαιώνετε την ταυτότητά σας πριν από εξετάσεις, διαδικασίες ή θεραπεία
- Ενημερώνετε αμέσως την ομάδα φροντίδας εάν παρατηρήσετε νέα συμπτώματα
- Ρωτήστε για πιθανές πηγές βλάβης που σχετίζονται με τη θεραπεία σας



4

**ΑΥΤΟΦΡΟΝΤΙΔΑ
ΚΑΙ
ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΑ
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ**



Συνήθης πηγή βλάβης

Προβλήματα στην αυτοπαρακολούθηση, την τήρηση της θεραπείας και τη χρήση φαρμάκων και ιατροτεχνολογικών προϊόντων



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Γνωρίζετε πώς να χρησιμοποιείτε τα φάρμακα και τα ιατροτεχνολογικά προϊόντα σας
- Ακολουθείτε το πλάνο φροντίδας σας
- Παρακολουθείτε την κατάστασή σας και γνωρίζετε τα προειδοποιητικά σημεία
- Γνωρίζετε με ποιον να επικοινωνήσετε εάν έχετε ερωτήσεις ή σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης
- Χρησιμοποιείτε υπενθυμίσεις ή αξιόπιστα ψηφιακά εργαλεία, εφόσον είναι διαθέσιμα, για τη διαχείριση της φροντίδας σας



5

**ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ
ΚΑΙ ΜΕΤΑΒΑΣΕΙΣ
ΣΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ**



Συνήθης πηγή βλάβης

Ανεπαρκής επικοινωνία, ελλιπείς πληροφορίες και ανεπαρκής συντονισμός μεταξύ των επαγγελματιών υγείας



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Διατηρείτε επικαιροποιημένο κατάλογο των φαρμάκων σας και γνωρίζετε πότε τα λάβετε τελευταία φορά
- Τηρείτε αρχείο των ραντεβού και των αποτελεσμάτων των εξετάσεών σας
- Κατανοείτε το πλάνο παρακολούθησης και τα επόμενα βήματα
- Ελέγχετε ότι οι σημαντικές πληροφορίες έχουν κοινοποιηθεί κατά τη μετάβαση μεταξύ επαγγελματιών υγείας ή δομών φροντίδας
- Γνωρίζετε με ποιον να επικοινωνήσετε μετά από παραπομπή, μεταφορά ή εξιτήριο