

1

ΠΡΟΛΗΨΗ & ΜΕΙΩΣΗ ΚΙΝΔΥΝΟΥ



Συνήθης Πηγή Βλάβης

- Μη έγκαιρη λήψη μέτρων για την πρόληψη της νόσου



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Ενημερωθείτε για τους παράγοντες κινδύνου των μη μεταδοτικών νοσημάτων
- Υιοθετήστε έναν υγιεινό τρόπο ζωής
- Λάβετε έγκαιρα προληπτικά μέτρα
- Υποβληθείτε σε τακτικούς ελέγχους υγείας
- Αναζητήστε αξιόπιστες πληροφορίες για την υγεία



2

ΕΓΚΑΙΡΗ ΑΝΙΧΝΕΥΣΗ & ΔΙΑΓΝΩΣΗ



Συνήθης Πηγή Βλάβης

- Καθυστερημένη, παραλειφθείσα ή λανθασμένη διάγνωση



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Υποβληθείτε στις συνιστώμενες προληπτικές εξετάσεις
- Αναγνωρίστε τα πρώιμα συμπτώματα και αναζητήστε άμεσα ιατρική φροντίδα
- Παρακολουθείστε την πορεία των εξετάσεων και των παραπομπών σας
- Κατανοήστε τη διάγνωσή σας και λάβετε μέρος 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 τη φαρμακευτική αγωγή, τη χημειοθεραπεία και την ακτινοθεραπεία, τον ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό, την αναισθησία και τις χειρουργικές επεμβάσεις και λοιμώξεις που σχετίζονται με την παρεχόμενη φροντίδα υγείας



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Ενημερώστε για τις αλλεργίες, τη φαρμακευτική σας αγωγή και τα άλλα υποκείμενα νοσήματά σας
- Κατανοήστε την πάθησή σας, το θεραπευτικό σας πλάνο και τους κινδύνους για την ασφάλειά σας
- Μοιραστείτε τις ανάγκες, τις προτιμήσεις σας για τη θεραπεία και τυχόν αμφιβολίες
- Επιβεβαιώνετε την ταυτότητά σας πριν από εξετάσεις, επεμβατικές διαδικασίες ή χορήγηση θεραπείας
- Ενημερώστε αμέσως την ομάδα φροντίδας εάν παρατηρήσετε νέα συμπτώματα
- Ρωτήστε για πιθανές πηγές βλάβης που σχετίζονται με τη θεραπεία σας



4

ΑΥΤΟΦΡΟΝΤΙΔΑ & ΜΑΚΡΟΧΡΟΝΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ



Συνήθης Πηγή Βλάβης

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



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Μάθετε πώς να χρησιμοποιείτε τα φάρμακα και τα ιατροτεχνολογικά προϊόντα σας
- Ακολουθείτε πιστά το πλάνο φροντίδας σας.
- Παρακολουθείτε την κατάστασή σας και αναγνωρίστε τα προειδοποιητικά σημεία.
- Ενημερωθείτε με ποιον πρέπει 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 & ΜΕΤΑΒΑΣΕΙΣ ΣΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ



Συνήθης Πηγή Βλάβης

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



Τι μπορεί να βοηθήσει;

- Διατηρείτε ενημερωμένο κατάλογο των φαρμάκων που λαμβάνετε και γνωρίζετε πότε τα λάβατε για τελευταία φορά.
- Τηρείτε αρχείο των ιατρικών ραντεβού σας και των αποτελεσμάτων των εξετάσεών σας.
- Κατανοείτε το σχέδιο παρακολούθησής σας και τα επόμενα βήματα της φροντίδας σας.
- Βεβαιωθείτε ότι οι σημαντικές πληροφορίες έχουν διαβιβαστεί κατά τη μετάβασή σας από ένα πλαίσιο παροχής φροντίδας σε άλλο ή από έναν επαγγελματία υγείας σε άλλον
- Γνωρίζετε με ποιον πρέπει να επικοινωνήσετε μετά από παραπομπή, μεταφορά ή έξοδο από το νοσοκομείο/τη μονάδα υγείας.



**Η Ασφάλεια είναι
σημαντική σε κάθε στάδιο
της θεραπευτικής σας
πορείας**

Ασφαλής φροντίδα
για μια Ζωή!

Ασφαλής φροντίδα για
τα μη μεταδοτικά
νοσήματα