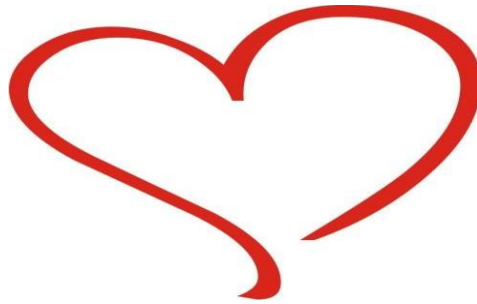


Mina frågor/anteckningar

Skriva ned frågor inför återbesök på hjärtmottagningen/hälsocentralen

Min vårdtid



Verksamhetsområde Hjärtsjukvård Sunderby sjukhus Avdelning 46 och 47

Avd 46 Blått vårdlag 0920-28 20 46

Avd 46 Rött vårdlag 0920-28 35 30

Besökstid kl: 13.00-20.00

Telefontider kl: 10.00-11.00 och kl: 18.00-19.00

Avd 47 Hjärtintensiven sjuksköterska 0920-28 20 47

Avd 47 Hjärtintensiven patienttelefon 0920-28 35 95

Sunderbysjukhus Trapphus I plan 4

En dag på avdelningen

- 06.00 Morgonkontroller ex blodtryck, temp osv och blodprovstagning.
- 07.00 Dagpersonal börjar
- 08.00 Frukost
- 09.00 Rond påbörjas, avvikande tider på helger
- 11.30 Lunch
- 13.00 Eftermiddagskontroller
- 13.30 Kvällspersonal börjar
- 16.30 Middag
- 18.00-20.00 Kvällskontroller
- 19.00-20.00 Kvällsfika och mediciner
- 21.15 Nattpersonal börjar

På våra avdelningar arbetar undersköterskor, sjuksköterskor och läkare i team. Fysioterapeut, arbetsterapeut, dietist och kurator är också knutna till vår avdelning.

Vi vill öka din kunskap om **hjärt- och kärlsjukdomar** och visa att du själv genom små förändringar i din vardag kan påverka **din** risk för återinsjuknande. För att du lätt ska hitta den information du behöver har vi nedan förslag på bra länkar:

<https://www.hjart-lung.se/diagnoser/hjarta/>

Den här webbplatsen handlar om hjärtkärlsjukdom och riskfaktorer.

https://www.heartfailurematters.org/sv_SE

Att förstå och leva med hjärtsvikt

<http://www.sundkurs.se/>

Fakta och inspiration för en sundare livsstil.

Gå igenom kursen! Börja med avsnittet ”Livsstilskurs”

<https://www.livsmedelsverket.se>

Matvanor, recept, hälsa och miljö

<https://www.slutaroka.se/>

För dig som vill ha hjälp med att sluta röka

<https://www.1177.se/Norrbotten/>

Läs om hälsa och sjukdomar och var du kan hitta vård. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

Inför hemgång

Är du i behov av sjukskrivning, hemtjänst, hjälpmedel eller delning av läkemedel innan hemgång, kontakta snarast vårdpersonalen.

Frågor du skall ha fått svar på vid utskrivning

- Var kan jag hitta mer information om min sjukdom?
- Vem kan jag kontakta om jag undrar över något?
- Vad ska jag göra om jag får liknande besvär igen?

Vid utskrivningen får du med dig

- Läkemedelslista
- Skriftlig patientinformation
- Besked om uppföljning av din hjärtsjukdom

Under vårdtiden

- Tänk på att röra dig och vara uppe, om inget annat är sagt. När man ligger still ökar risken för blodproppar och trycksår.
- Ofta får man en infart/plastslang i ett blodkärl på armen för att få läkemedel, säg till om den ger dig obehag.
- Se till att ha noggrann handhygien för att minska risken för smitta, använd gärna handsprit.
- Meddela vårdpersonalen innan du lämnar avdelningen.

Information om personcentrerad vård

På den här avdelningen arbetar vi med att utveckla arbetssättet Personcentrerad vård. Arbetssättet innebär att du är delaktig i din vård och de beslut som fattas.

Vi har ett nära samarbete med dig och dina anhöriga.

Fokus ligger på dig och dina behov men också på att ta tillvara på dina resurser och förmågor.

Ronden är till för dig

Under ronden diskuterar vi tillsammans med dig om dina symptom och din behandling. Det är ett bra tillfälle för dig och dina anhöriga att ställa frågor.

Förslag på frågor/tankar inför rondan

- Vad förväntar jag mig av vårdtillfället?
- Hur påverkar mitt hälsotillstånd mitt dagliga liv?
- Vilka behandlingsalternativ finns? Vilka är för- och nackdelarna?
- Finns det några biverkningar eller risker med behandlingen?
- Hur länge behöver jag ligga på sjukhus?
- Vad ska jag själv tänka på eller göra för att jag ska må så bra som möjligt?
- Vad är viktigast för mig att kunna göra när jag kommer hem?

