

携手提升安全 (Safer Together)

携手共筑更安全的医疗护理

(Making your healthcare safer together)

Alberta Health Services 竭力提供安全且优质的护理，以促进您的健康与福祉。我们欢迎您本人及您选择的陪护人员成为护理伙伴。本文件包含一些重要建议，旨在帮助您在接受护理期间确保自身安全。

确认您的身份

(Confirm your identity)

与医疗护理团队确认您的身份，是安全优质医疗护理中的重要环节。以下是一些您可以配合的事项：

- 在医疗护理流程的不同阶段确认您的身份。例如挂号时、接受诊疗前。
- 与护理团队分享您的姓名、出生日期、出示医疗保健卡或其他身份证明文件。
- 工作人员也可扫描您的手环以确认您的身份。

清洁双手

(Clean your hands)

保持双手清洁是预防感染传播的最佳方法。

- 咳嗽或打喷嚏时用袖子遮挡或用纸巾捂住口鼻。
- 勤用肥皂与清水或消毒洗手液清洁双手。
- 您也可以提醒您的家人、朋友和医疗保健提供者清洁双手。



了解您的药物

(Know your medication)

以下是一些与护理团队共同管理药物的建议：

- 随身携带最新的药物清单。记录您的用药原因、药物剂量和用药时间。此文件称为用药清单。
- 记录非处方药、维生素、补充剂、草药、吸入剂、贴片、软膏、眼药水，以及医生向您提供的试用药。
- 如果您对任何药物或食物过敏或有不良反应，请告知我们。
- 如果药物有所调整，主动询问原因。

如需了解用药清单的更多相关信息，请访问 ahs.ca 并搜索“Medication List”（“药物清单”）。

询问、聆听、沟通

(Ask, listen, talk)

良好沟通是保障护理安全的关键。请做好以下四件事，加强我们之间的沟通：



分享您的目标，并主动询问您如何参与自身护理。



如果您拥有绿色资料袋（内含事前护理规划文件的文件夹），请随身携带。



如果您有任何不懂的问题或疑虑，请随时提问。您可以做笔记或邀请陪护人员一同前来。



如需沟通方面的帮助，请告知您的医疗护理团队。例如，如果您需要扩听器、翻译或口译服务。

降低跌倒风险

(Reduce your risk of falling)

跌倒可能会造成严重伤害。同心协力，我们可预防大多数跌倒状况。在接受护理期间，请遵循以下建议，并在必要时向医疗保健提供者寻求帮助。

- 如果您感到步履不稳或您曾经跌倒过，请告知您的护理团队。
- 在您起身之前，请放慢动作、环顾四周、抓握支撑物，寻求帮助并耐心等待。
- 必要时请使用手杖或助行器。
- 穿防滑鞋和合身的衣服。
- 将常用物品放在伸手可及的地方，或使用呼叫铃寻求帮助。
- 站立时若感到头晕，请立刻坐下。
- 如果地板潮湿，请告知医疗保健提供者或工作人员。



寻求健康建议

(Get health advice)

请注册 [MyChart](#) 账户，以查看并及时更新您的健康信息。如需可靠的健康建议与信息：

- 请拨打每周七天每天 24 小时服务的 Health Link 专线 811
- 请访问 myhealth.alberta.ca



分享您的反馈意见 (Share your feedback)

您的反馈意见至关重要，且能帮助我们持续改善护理与服务。如有反馈意见或疑虑，我们鼓励您直接向医疗护理团队反映，以便其立即处理问题。

在此之后，如果您仍有反馈意见或疑虑，您可以联系患者关系部 (Patient Relations)：

- 电话：1-855-550-2555
- 网站：ahs.ca/patientfeedback

