SWEDISH

ወደ ስውዲሽ እንኳን ደህና መጡ

Swedish

Welcome to Swedish - Amharic

የላቀ አገልግሎት ባህል

በ20ኛው ክፍለ ዘመን መጀመሪያ ውስጥ ፣ ዶክተር ኒልስ ጆንሰን፣ ሐኪም እና ከስውዲሽ ሀገር የመጡት፣ በሲያትል አካባቢ ዘመናዊ የሆነና ለትርፍ ያልቆመ የሕክምና ተቋም እንደሚያስፈልግ ተገነዘቡ – በዘመኑ አዲስ የሆኑትን ሕክምናዎችን ያቀረበውንና የታካሚ ጤና ጥበቃ ከፍተኛውን መመዘኛ ነጥቦችን የተከተለውን። ዶክተር ጆንሰን ለ 10 ስውዲሽ-አሜሪካውያን የንግድ ሰዎች ሃሳባቸውን አቀረቡ፣ ሁሉም ለሲያትል ማህበረተሰብ በጎ ነገር ለማድረግ የጓጉ ነበሩ። በሰኔ 1, 1910 ላይ፣ የጆንሰን ሃሳብ (ራዕይ) እውነት ሆነ።

ከዚያ ጀምሮ ስውዲሽ የኖርዝዌስት ትልቁ፣ ባጠቃላይ ሁሉንም የሕክምና፣ የበሽታ ምርመራና የቀዶ ጥገና ልዩ አገልግሎቶችን የሚወክል እጅግ በጣም መጠነ ሰፊ የጤና ጥበቃ ተቋም ሆኖ አድጓል። ነገር ግን እጅግ የላቀ የጤና ጥበቃ አገልግሎት ከመሣሪያዎችና ከአገልግሎት መስጫያዎች የበለጠ ነገር ነው። በተቋሙ ቆይታዎን ወይም ጉብኝትዎን በተቻለ መጠን ምቹና ለሕክምና አገልግሎት እጅግ የላቀ እንዲሆን የሚያደርጉት፣ ከእርሶ እርዳታ ጋር፣ ለእርሶ ያተኮረ መስተንግዶ የሚያደርጉት ሐኪሞች፣ ነርሶች፣ ቴክኒሽያኖችና ሌሎች ባለሙያ አስታማሚዎች ናቸው።

የስውዲሽ የሕክምና ባልደረቦችንና ሥራ አመራር አባላትን በመወከል፣ ሞቅ ያለ አቀባበል አደርግልዎታለሁ። እርሶና ሐኪምዎ ለጤና ጥበቃዎ ስውዲሽን ስለመረጣቸው ደስ ብሎናል። ከእኛ ጋር በሚቆዩበት ጊዜ፣ በጉብኝትዎ ወይም በቆይታዎ ማንኛውም አንጻር የላቀ ልምድ እንዲኖርዎት እንፈልጋለን። የሕክምና ባልደረቦቻችን ስውዲሽ ታዋቂ የሆነበትን የላቀ የጤና ጥበቃ አገልግሎት ለማቅረብ ታጥቀው የተነሱና ፍላጎቶችዎን ለማሟላት ማናቸውንም ጥረቶች ያደርጋሉ። ደህንነትዎ የምናስብበት ጉዳይ ሲሆን ጉብኝትዎ ወይም ቆይታዎ በተቻለ መጠን ምቹ እንዲሆንልዎት እንፈልጋለን።

የተረጋጋ ስሜት እንዲሰማዎት፣ ይህ መጽሔት የጤና ጥበቃ አገልግሎት የሚያቀርቡልዎትን ሰዎች ያስተዋውቅዎታል። ጥያቄዎች ሊኖሩዎት ይችላሉ። ለእርዳታ ማናቸውንም የሕክምና ባልደረቦቻችንን ለመጠየቅ እባክዎ አያመንቱ። በጤና ጥበቃዎ ላይ በተግባራዊነት ተካፋይ መሆንዎና በቆይታዎ ወቅት ስውዲሽ ፍላጎቶችዎን ማሟላቱ በጣም አስፈላጊ ጉዳይ ነው።

Rod Hochman ሜዲካል ዶክተር
ፕሬዝዳንት እና ሲ ኢ ኦ

እንኳን ደህና መጡ

ወደ ቡድናችን እንኳን ደህና መጡ! ጥሩ የጤና ጥበቃ በእርሶና በጤና ጥበቃ አገልግሎት አቅራቢዎ መካከል በሚኖር ባልደረባነት በኩል እንደሚሆን ስውዲሽ ያምናል። በጤና ጥበቃዎ ላይ ተካፋይ ሲሆኑ፣ በጉብኝትዎ ወይም በቆይታዎ ወቅት የተሻለ ልምድ ይኖርዎታል። ስለ ጤና ጥበቃቸው የሚያውቁና ስለሚወስዷቸው መድሐኒቶች ጥያቄዎችን የሚጠይቁ ታካሚዎች ከጤና ጥበቃ አገልግሎታቸውና ከሕክምናቸው የተሻሉ ውጤቶችን ያገኛሉ።

የጤና ጥበቃ ቡድንዎ

ሐኪሞች

ሐኪምዎ የሕክምና ባልደረቦቻችን በበለጠ ብቃት ያላቸው አባልና ለእርሶ ጤና ጥበቃ ኃላፊ የሆኑት ግለሰብ ናቸው። የሕክምና ባለደረቦቻችን አብዛኞቹ አባላት በግላቸው የሕክምና አገልገሎት የሚያቀርቡ ሐኪሞች ናቸው፤ ሌሎች የስውዲሽ ተቀጣሪዎች ሊሆኑ ይችላሉ። በዚህም ቢሆን በዚያ፣ ስውዲሽ ሐኪሞቹን በሕክምና ባልደረቦቻችን ውስጥ አባል እንዲሆኑ ከመፍቀዱ በፊት የሥራና የስልጠና ልምዳቸውን በጥንቃቄ ይመረምራል። ሐኪሞቻችን ለአብዛኞቹ የጤና ምርመራዎች፣ መድሐኒቶችና ሕክምናዎች የሐኪም ትዛዞችን ይጽፋሉ።

ሆስፒታሊስት

አንዳንዴ በስውዲሽ የሆስፒታል ቆይታ ወቅት፣ "ሆስፒታሊስት" ተብለው ከሚጠሩ ሐኪም የጤና እንክብካቤ ያገኛሉ። ሆስፒታሊስት ለታካሚዎች በቀን የ 24 ሰዓት፣ በሳምንት የሰባት ቀን፣ እንክብካቤ ያደርጋሉ። ሐኪምዎ በሆስፒታሉ ሕንጻ ግቢ ለመሆን በማይችሉበት ጊዜ፣ አንድ ሆስፒታሊስት — እርሶንና ፍላጎቶችዎን የሚያውቁት ሰው — የጤና ጥበቃ ያደርጉልዎታል። እኚህ ሐኪም ከራስዎ ሐኪም፣ ከነርስዎና ከጉዳይ ኃላፊዎ ጋር በቅርብ ሆነው ይሠራሉ።

ነርሶች

ነርሶችዎ ለጤና ጥበቃዎ በሁሉም ጊዜዎች ላይ ኃላፊነት አላቸው። ነርሶች ፍላጎቶችዎን ገምግመው የሐኪምዎን ትዛዝ የሚጨምር የጤና ጥበቃ ዕቅድ ይነድፋሉ። ስለሕክምናዎ ውጤቶችን ይገመግሙና እንዳስፈላጊነቱ የሕክምና ዕቅድዎን ለማስተካከል ከሐኪምዎ ጋር በጋራ ይሠራሉ። ነርሶች ከጤና ጥበቃ ቡድንዎ ጋር ቅንብር ያድረጋሉ፣ ስለ እርሶ ሆነው ይከራከራሉ እንዲሁም በጤና ጥበቃዎ ላይ በተግባራዊ ተካፋይ እንዲሆኑ ያበረታቱዎታል። በሆስፒታል የቆይታ ልምድዎ ሊረዳዎት የሚችል መመሪያና ትምህርት ነርሶች ይሰጡዎታል። የነርስዎን ስም ማስታውስዎን ያረጋግጡ እንዲሁም ሊኖሩ ስለሚችሉ አሳሳቢ ጉዳዮች ወይም ጥያቄዎች ለእሱ ወይም ለእሷ ይንገሩ።

የጉዳይ ኃላፊዎች (ኬዝማናጀር)

ሆስፒታል ከተኙ፣ ለሚቆዩባቸው ለእያንዳንዶቹ ቀናት የጉዳይ ኃላፊ እንዲቀርቡልዎት ይሆናሉ። የጉዳይ ኃላፊው ከእርሶና ከሌሎች የሆስፒታሉ ቡድን አባላት ጋር በመሆን የጤና ጥበቃ ዕቅድዎን ለማቀነባበርና ከሆስፒታል ለቀው በሚወጡ ጊዜ ዕቅድ እንዲያወጡ ለመርዳት ከእርሶ ጋር ትብብር ያደርጋሉ። ደግሞም የጉዳይ ኃላፊዎ እዚህ በሚቆዩበት ጊዜ ላይ ስለ ኢንሹራንስ ክፍያ ሊኖርዎት ስለሚችሉ ጥያቄዎች መልስ በመስጠት ይረዱዎታል፣ እንዲሁም ከስውዲሽ ወደ ቤትዎ ወይም ወደ ሌላ የጤና ጥበቃ ደረጃ ዝውውርዎ በተቻለ መጠን የሰመረ መሆኑን ያረጋግጣሉ።

ሬዚደንትስ/ተማሪዎች

የስውዲሽ የሕክምና ባልደረቦች ሐኪሞችንና የክልኒክ ባልደረቦችን ለማሰልጠን ከኮሌሎጆችና ከዩኒቨርሲቲዎች ጋር በቅርብ ይሠራል። ሬዚደንትስ ልዩ ዓይነት ሥልጠና የሚያደርጉ ሐኪሞችና የጥርስ ሐኪሞች ሲሆኑ፣ በእርሶ ጤና ጥበቃ ላይ ተሳታፊ ሊሆኑ ይችላሉ። ሬዚደንትስ ከስውዲሽ የሥራ አመራር ሥር ሆነው ይሠራሉ። በሌሎች የጤና-ጥበቃ ዘርፎች የሚገኙ ተማሪዎችም ደግሞ በስውዲሽ የክልኒክ የሕክምና ተግባር ያከናውናሉ። እነሱ ሁልጊዜ በትምህርት ቤታቸው የክልኒክ ፋክልቲ ወይም የስውዲሽ የሕክምና ባልደረባ መሪ ቁጥጥር ሥር የሚሠማሩ ናቸው።

ሌሎች ባለሙያ የሕክምና ባልደረቦች

ለእርሶ አገልግሎቶችን ሊያቀርቡ የሚችሉት ሌሎች ባለሙያዎችን የሚያጠቅልለው፣ የሰለጠኑ (ሰርቲፋይድ) የነርስ ረዳቶች፣ የነርስ ቴክኒሽያኖች እና – እንደ እርሶ የጤና ጥበቃ ፍላጎቶች መሠረትም – ፊዚካል ቴራፒስት፣ ረስፐራቶሪ (የመተንፈሻ አካል) ቴራፒስት፣ ኦኩፔሽናል ቴራፒስት (ከሥራ ጋር ለሚገናኝ)፣ ኢንተርቬንሽነስ ነርስ፣ የላቦራቶሪ ቴክኒሽያኖች፣ ዲያግኖስቲክ ኢሜጂንግ ባልደረቦች፣ ዳይቲሽያን (ስለ አመጋገብ አዋቂ)፣ ፋርማሲስት፣ ሶሺያል ወርከር (የሕብረተሰብ ጉዳይ ሠራተኛ)፣ እና ቄስን ነው። ሁሉም በከፍተኛ ደረጃ የሰለጠኑ ባለሙያዎች ሲሆኑ ዋናው ትኩረታቸው ለእርሶ እንክብካቤ ማድረግ ነው።

የቃል አስተርጓሚ ወይም የመገናኛ መርጃ ካስፈለገዎት

እንግሊዘኛ በጥቂቱ ለሚናገሩ ወይም ምንም እንግሊዘኛ ለማይናገሩ ታካሚዎቻችን፣ ወይም ጆሮ ደንቆሮ ለሆኑ፣ ለማስማት የሚያስቸግራቸው፣ ወይም የዓይነ ብርሐን አስቸጋሪ ሁኔታዎች ላሏቸው፣ የማስተዋል ኃይላቸው ለተጓደለ ወይም የመናገር ኃይላቸው ለታጎለ ታካሚዎች የቃል አስተርጓሚዎች ወይም የመገናኛ መርጃዎችን እንዲያገኙ ስውዲሽ ያደርጋል። እርዳታ ካስፈልገዎት፣ እባክዎን ለሕክምና ባልደረቦቻችን ያሳውቁና ለአገልግሎቶች ዝግጅት እናደርግልዎታለን። የቤተሰብ አባላትን፣ ጓደኞችን ወይም ልጆችን ለሕክምና የቃል አስተርጓሚነት እንዲጠቀሙ አንፈቅድም፣ ግን እነሱ አጠቃላይ ወይም ለሕብረሰባዊ ግንኙነቶች ለሆኑ ጉዳዮች በቃል ለማስተርጎም ይችላሉ። በመሥሪያ ቤት የተመደቡ (ኦፊሻል) የሕክምና የቃል አስተርጓሚዎች እንዲሆኑ እንጠይቃለን ምክንያቱም ለአገልግሎቱ በሰለጠኑ ባለሙያ እርሶ በሚስጥር የተጠበቀ፣ ትክክለኛ የሕክምና የቃል አስተርጓሚ አገልግሎት ማግኘትዎ ለኛ በጣም አስፈላጊ ጉዳይ ነው። ያለዚህ፣ በጤና ጥበቃዎ ሙሉ ባልደረባዎች ልንሆን አንችልም።

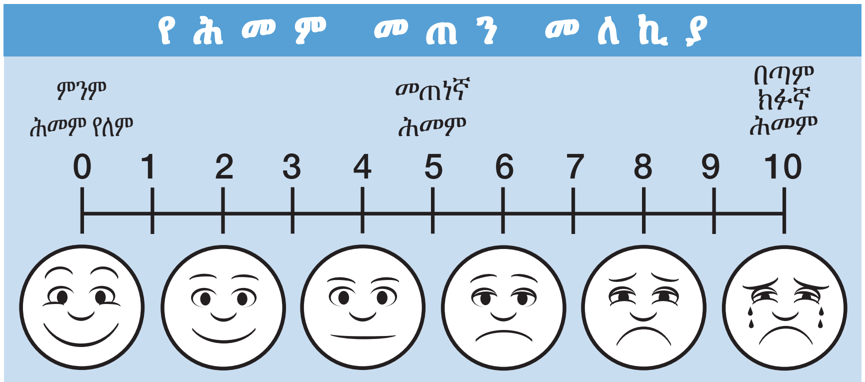
ምቾት

በጉብኝትዎ ወይም በሆስፒታል ቆይታዎ ወቅት የተመቸዎት እንዲሆኑ ስውዲሽ ይፈልጋል። ሕመም ግላዊ እንደሆነ እናውቃለን። የሚሰማዎት ሕመም የሌላ ሰው ዓይነት ሕመም ላይሆን ይችላል። የሕመም ስሜት በሚሰማዎት ጊዜ እባክዎን ያሳውቁን። ስለሚሰማዎት ስሜት ለማወቅ እንዲረዳን፣ ስለ ሕመምዎ ከዜሮ እስከ 10 በሆነው የመለኪያ መጠን ውስጥ የትኛው ላይ እንደሆነ እንዲመዝኑት እንጠይቅዎታለን፣ ዜሮ ማለት ምንም ሕመም የለም ማለትና 10 ማለት በጣም የከፋ ሕመም ማለት ነው። አንዴ ሕመምዎን ከተረዳነው በኋላ፣ በበለጠ ምቹ እንዲሆኑ ለማድረግ በምንወስደው የተሻለ ዕቅድ ላይ መስማማት እንድንችል ከእርሶ ጋር እንሠራለን። ያስታውሱ፣ ሊጠፋ ስለማይችል ማንኛውም ሕመም ለሕክምና ባልደረባችን ይንገሩ።

መውደቅን ማስወገድ

ሆስፒታል በሚቆዩበት ጊዜ፣ የመውደቅ አደጋ ሊኖርብዎት ይችላል። ይህ አካባቢዎን ባለመልመድ፣ በመድሐኒቶች፣ በተዛነፈ የእንቅልፍ ጊዜ፣ ወይም እንቅስቃሴን አስቸጋሪ በሚያደርጉ ገመዶች፣ ቱቦዎች፣ እና መዘውሮች ምክንያት ሊሆን ይችላል። ምክንያቱም መውደቅ አዲስ መቁሰል ወይም ሕመምዎ የሚሻልበትን ሁኔታ ለማዘግየት መነሾ ሊሆን ስለሚችል፣ አደጋዎቹ እንዳይከሰቱ የሚቻለውን ማንኛውንም ነገር ለማድረግ እንፈልጋለን። የሚከተሉትን ጥንቃቄዎች በመከተል ሊረዱ ይችላሉ፥

- ከአልጋ ለመነሳት እርዳት ይጠቁ
- ለመነሳት ቀስ ብለው ይነሱ
- የማያንሸራትት መጫሚያ ያጥልቁ
- የፈሰሰ ማንኛውን ነገር ካለ ያሳውቁ
- የምሽት-መብራት ይጠቀሙ
- በአልጋ አጠገብ ጠረጴዛ ወይም ቋሚ ላይ እንዲያግዝዎት መደገፍን ያስወግዱ
- በመታጠቢያ ቤት ወይም በአዳራሾች ውስጥ በእጅ መደገፊያ ይጠቀሙ
- እንደ “ዋከር” እና ምርኩዝ የመሰሉትን የሆስፒታል ዕቃዎችን ባግባብ ስለመጠቀም ይማሩ



የስውዲሽ የጤና ቴሌቭዥን መሥመር

በማንኛቸውም አምስቱ የስውዲሽ ሆስፒታል ግቢዎች ውስጥ የሚገኙ ታካሚዎች የስውዲሽ የጤና ቴሌቭዥን መሥመርን በቀን 24 ሰዓት ለመመልከት ይችላሉ። የሚቀርበው በዝግ-መሥመር የቴሌቭዥን መገናኛ ዘዴ ሲሆን፣ መሥመሩ ከልብ በሽታ እስከ ስለ ልጅ ጡት ማጥባት እስከ ሲጋራ ማጨስ ስለማቆም የመሳሰሉ አርስቶችን የሚይዙ ከ 100 በላይ የሆኑ የተለያዩ የጤና ትምህርት ቪዲዮዎችን ያጠቃልላል።

በአዲሱ መሥመር አንድን ፕሮግራም ለመመልከት፣ እነዚህን ቅደም ተከተሎች ይከተሉ፥

- ቴሌቭዥኑን ይክፈቱት
- በባላርድ ካምፓስ፣ ስልኩን አንስተው 16311 ይደውሉ፤ ለፈርስት ሒል ወይም ለቼሪ ሒል ካምፓሶች፣ ስልኩን አንስተው 66500 ይደውሉ
  - ከቴሌቭዥን የመሥመር ማውጫው ጋር የሚመሳሰለውን የድምጽ መመሪያ ይከተሉ
  - መመሪያው በሚነግርዎት ጊዜ፣ የታካሚ ክፍል አምስት አሃዝ የስልክ ቁጥሮችን ይጫኑ
  - ከተሌቭዥኑ ዝርዝር ላይ የሚፈልጉትን ቪዲዮ ይምረጡ
  - ቪዲዮው ሲጀምር፣ ስልኩን ይዝጉት
- በኢሳኳህ ካምፓስ፣ ከቴሌቭዥኑ የመኖሪያ ቤት ማውጫ ዝርዝር ላይ “ሔልዝ ቪዲዮ” የሚለውን ይምረጡ

ለበለጠ መረጃ ወይም ተጨማሪ የጤና ትምህርት መረጃ ለማግኘት፣ የዳግላስ ሔልዝ ኢዱኬሽን ሴንተርን በ 206-386-2502 ይጠይቁ።

ለመገናኘትና ለመማር ኢንትርኔትን መጠቀም

ነጻ የኢንተርኔት መሥመርና የትምህርት መርጃዎች

በኢንተርኔት እንዲገናኙ ለእርሶና ለቤተሰብዎ በዛ ያሉ መንገዶችን ስውዲሽ ያቀርብልዎታል። በጤና ጥበቃዎ ወቅት ግንኙነት ማድረግ እንዲችሉ፣ የግል ኮምፒተርዎን ወይም ዋየርለስ መገናኛ መሣሪያዎን(ሴልፎን) በመጠቀም እርሶና ቤተሰብዎ በስውዲሽ የሕዝብ መገናኛ ዘዴ ግንኙነት ልታደርጉ ትችላላችሁ። ስለሁኔታዎ ለጓደኞችዎና ለቤተሰብዎ ወቅታዊ ሁኔታ ከማሳውቅዎ በተጨማሪ፣ ስለ ጤና ጥበቃዎ ወይም ሌሎች ፍላጎት ስላሉዎት የጤና-ትምህርት አርስቶች የጤና መረጃ በኢንተርኔት ማግኘት ይችላሉ።

የጤና-መረጃ ጽሑፎችና ቪዲዮዎች በ www.swedish.org ሊገኙ ይችላሉ እናም ለታካሚዎች በሐኪሞችና በሕክምና ባልደረቦች በስውዲሽ “ብሎግ” (ጡመራ) ላይ የተጻፉትን www.swedish.org/blog በመጎብኘት ማንበብና አስተያየት ሃሳብዎንም መስጠት ይችላሉ።

ኬሪንግብሪጅ

ስውዲሽ ከኬርብሪጅ ጋር መገናኛን ያቀርባል – እሱም ከሚያፈቅሯቸው ሰዎች ጋር ግንኙነት ማድረግዎን እንዲቀጥሉ እርሶንና ቤተሰብዎን የሚረዳ የነጻ፣ የግልና ለየግለሰብ የተዘጋጀ ዌብሳይት ነው። አብዛኛውን ጊዜ ድጋፍ የሚያደርጉልዎት ሰዎች በጣም ርቀው ስለሚኖሩ በሆስፒታል ቆይታዎ ወቅት ሊጎበኙዎት አይችሉም እዲሁም ሊጎበኙዎት የሚችሉ ቢሆኑ ኖሮም ሊያደርጉልዎት የሚችሉትን ድጋፍ ሊያቀርቡልዎት አይችሉም። ስለሚያደርጉት የጤና መሻሻል አስመልክቶ ለብዙ ሰዎች ወቅታዊ ሁኔታ ለማሳወቅ በጣም ጊዜ የሚወስድ ሊሆን ይችላል። በኬሪንግብሪጅ፣ እርሶና ቤተሰብዎ ምስጥሩ በተጠበቀ ዌብሳይት በኩል ግንኙነት ማድረግ ትችላላችሁ፣ እናም ጓደኞችዎና ቤተሰብዎ የስልክ ጥሪ ሳይጠብቁ ስለሁኔታው ማወቅ ይችላሉ።

ስለ ኬሪንግብሪጅ በይበልጥ ለማወቅና የእርሶን የነጻ፣ የግል ዌብፔጅ ለማዘጋጀት፣ www.caringbridge.org/swedish ይጎብኙ።

የሕዝብ መገናኛ ዘዴ (ሶሺያል ሚዲያ)

ተሳታፊ ለመሆንና በሶሺያል ሚዲያ በኩል ከስውዲሽ ስለ ወቅታዊ ሁኔታዎች ለማወቅ የሚፈልጉ ከሆነ፣ በ www.swedish.org/engage የተዘረዘሩትን ሁሉንም የሶሺያል ሚዲያዎች ማግኘት ይችላሉ። ሁሉም የሶሺያል ሚዲያ መገናኛ ቦታዎች (ሳይት) ለሕዝብ የሚገለጹ መሆናቸውን ልብ ያድርጉ፣ እናም ምን ያህል የግል የጤና መረጃ በኦንላየን እንደሚገልጹ በጥንቃቄ ምርጫ ያድርጉ። www.swedish.org/socialmediapolicy በመጎብኘት ስለ ስውዲሽ የሶሺያል ሚዲያ ፖሊሲ ተጨማሪ መመሪያ ሊያነቡ ይችላሉ።

በቆይታዎ ወቅት በኦንላይን ለመገናኘት ከመረጡ፣ እባክዎን የሌሎችን ግላዊ ሚስጥር ማክበር እንዳለብዎት ያስታውሱ። ከአንድ ግለሰብ የጽሑፍ ፈቃድ ሳይኖር የሌሎች ታካሚዎችን፣ ጎብኚዎችን ወይም ሠራተኞችን ፍቶግራፎች ወይም ቪዲዮዎች ማንሳት እና/ወይም በዌብሳይት ማኖር (ፖስቲንግ) የተከለከለ ነው።

በስውዲሽ ውስጥ ከአንድ ክፍል ወደ ሌላ ስለመዛወር

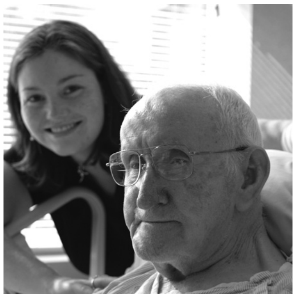
በአንድ የሆስፒታል ቆይታ ወቅት፣ ከአንድ ካምፓስ ወደ ሌላው መዛወር ሊያስፈልግዎት ይችላል። ይህ የሚሆነው ሐኪሞችዎ ለሕክምናዎ የላቁ ባለሙያዎችን (ኤክስፐርት) እና መርጃ ምንጮችን ማግኘት እንዳለብዎት ውሳኔ ከሰጡ ነው። እነኛ ባለሙያዎች በመጀመሪያ ገብተው በነበሩበት ካምፓስ ውስጥ አብዛኛውን ጊዜ ላይኖሩ ይችላሉ። የሚዛወሩ ከሆኑ፣ በስውዲሽ የሚገኙት የሕክምና ባልደረባ ስለ ዝውውሩ ቤተሰብዎ እንዲያውቁና እንዲያገኙዎትም ትክክለኛውን መረጃ ማግኘታቸውን ያረጋግጣሉ።

በስውዲሽ ጎብኚዎችን መቀበል

በስውዲሽ ጤንነትዎንና ከሕመምዎ የመዳንዎን ሁኔታ ከፍተኛ ቅድሚያ የምንሰጠው ጉዳይ ነው። አብዛኛውን ጊዜ፣ ጎብኞችን መቀበሉ ባፋጣኝ እንዲሻልዎትና በቆይታዎ ወቅት በበለጠ የሚያመችዎት እንዲሆን ሊረዳ ይቻላል። ስውዲሽ በዘር፣ በቆዳ ቀለም፣ በብሔር፣ በሃይማኖት፣ በጾታ፣ በጾታ መለያ፣ በጾታ አዝማሚያ ወይም በአካል መታጎል ሁኔታ መሠረት በማንኛውም ጎብኚ ላይ ልዩነት አያደርግም ወይም የጎብኚ መብቶችን አይነፍግም። እንዲጎበኙዎት የማይፈልጓቸው ሰው ካሉ፣ እነኛ ግለሰብ እንዳይጎበኙዎት ለማድረግ እናግዛለን።

እረፍት ሊያስፈልግዎት ስለሚችል ወይም ሕክምና ማከም የሚያስፈልገን በመሆኑ ምክንያት የሕክምና ባልደረቦች ጉብኝቶችን ሊወስኑ ይችሉ ይሆናል። በመኝታ ክፍልዎ ለደባል ታካሚዎ አስፈላጊ ለሆኑ ሁኔታዎች መሠረትም ጉብኝቶችን ልንወስን እንችላለን። እባክዎን ስለ ጉብኝት የተሻሉ ሰዓቶችና የሰዓት መጠን ከነርስዎ ጋር ይወያዩ – እናም ሁሉም ሰው ባንድ ጊዜ ለጉብኝት እንዳይመጣ ለጉብኝት ሰዓታቸው ዕቅድ እንዲያወጡ ቤተሰብዎንና ጓደኞችዎን ይጠይቁ። አስፈላጊ ከሆነ፣ እንደ እርሶ ሆነን ያንኑ እንጠይቃቸዋልን።

ለደሕንነት ምክንያቶች በማለት፣ ከሥራ ሰዓቶች-በኋላ ሆስፒታል የሚመጡ ጎብኝዎች ተለይተው መታወቅ የሚችሉበት ጊዜያዊ ባጅ ይሰጣቸዋል። እባክዎን ጎብኞችዎ እንዲቆዩ አስፈላጊ የሚሆን ከሆነ በክፍሉ የሚገኙትን ነርስ የጎብኚ መታወቂያ ባጅ እንዲጠይቁ ይንገሯቸው። የመታወቂያ ባጅ የሌላቸውን ጎብኝዎች በጸጥታ ጠባቂዎች ይጠይቃሉ። ከምሽት በኋላ ወደ ሆስፒታል የመግቢያ ነጥቦችን በመመልከት ከሥራ-ሰዓት- በኋላ ከጸጥታ ጠባቂ የጎብኝዎች መታወቂያ ባጅ ሊያገኙ ይችላሉ።



ለእርሶ፣ ለሕክምና ባልደረቦች፣ ለሌሎች ታካሚዎች፣ ወይም ለጎብኝዎች ደሕንነት የሚያሰጉ ናቸው ብለን የምናስባቸው ጎብኚ ካሉዎት፣ እነኛ ጎብኚ በሆስፒታሉ ክፍልዎ ሲገቡ ሲሉ ተገቢ ምርመራ እናደርግባቸዋለን። ለታካሚዎች የምንከተለውን ምርመራ ሂደት ዓይነት ለጎብኝዎችም እናደርጋለን። ይህ ሂደት መጀመሪያ ሆስፒታል በደረሱበት ጊዜ ላይ እርሶ በፈረሙበት ሆስፒታል የመግቢያ ሁኔታዎች ቅጽ ላይ ተዘርዝሯል።

ጓደኞችዎ ወይም የቤተሰብዎ አባላት በቀላሉ ወደ ሌሎች ሊተላለፍ የሚችል ሕመም (ጎንፋን ወይም ማሳል፣ ፍሉ፣ ጉድፍ፣ ኩፍኝ፣ ጆሮ ደግፍ)፣ ካለባቸው እባክዎን እንዳይጎበኙዎትና እቤት ሆነው እንዲሻላቸው ይንገሯቸው።

የእጅ ንጽህና (ሃይጅን)

ማንኛውም ሰው፣ ጎብኝዎችዎና የጤና-ጥበቃ ቡድንዎም ጨምሮ፣ የአልኮሆል ቅባት መጠቀም ወይም ወደ ክፍልዎ በሚገቡበት ጊዜና በሚወጡበት ጊዜ እጃቸውን መታጠብ አለባቸው። የሕክምና ባልደረቦች ለቤተሰቦችዎ “ጄል ኢን እና ጄል አውት፣” እያሉ ሲነግሯቸው ሊሰሙ ይችሉ ይሆናል፣ እሱም ማለት ከክፍልዎ በር ውጭ የአልኮሆል ቅባት እንዳለ ለማመልከት ነው። ደግሞም የጤና-ጥበቃ አገልግሎት አቅራቢዎ የጤና ጥበቃ አገልግሎት ከማቅረባቸው በፊት፣ እነሱን “የአልኮሆል ቅባት ተጠቅመዋል ወይም እጅዎን ታጥበዋል?” ብለው ጥያቄ እንደሚጠይቋቸው እንገምታለን።

የቤት እነሰሳና አገልግሎት ሰጪ እንሰሳ ፖሊሲ

የቤት እንሰሳዎች የቤተሰብዎ አካል ሊሆኑ እንደሚችሉ እናውቃለን። ነገር ግን ባጠቃላይ የጤና ጉዳዮች ምክንያት፣ ፈቃድ (ላይሰንስ) ያላቸውና ለሕክምና (ቴራፒ) የሚያገለግሉ እንሰሳት ብቻ ለጉብኝት መምጣት ይችላሉ። ባካባቢያችንና በሕክምና ባልደረቦቻችን አካባቢ የሚገኙትን የቤት እንሰሳት ጤንነትና ደሕንነት እናጣራለን።

ፎቶግራፍ ወይም ቪዲዮ ማንሳት

እባክዎን የሌሎችን ምስጥር ያክብሩ። ከአንድ ግለሰብ የጽሑፍ ፈቃድ ሳይኖር፣ የሌሎች ታካሚዎችን፣ ጎብኝዎችን ወይም ሠራተኞችን ፎቶግራፍ ወይም ቪዲዮ ማንሳት የተከለከለ ነው።

የምሽት መግቢያዎችና መውጫዎች

ታካሚዎችን፣ ሐኪሞችንና ሌሎች በስውዲሽ ሥራ የሚሠሩት ሰዎችን ለመጠበቅ በምሽት ሰዓት ወቅት የሆስፒታል በሮች ይቆለፋሉ። በሚከተሉት ሰዓቶች ወቅት፣ ወደ ሆስፒታሉ እንዲገቡ ጎብኚዎችዎ የድንገተኛ ክፍል መግቢያውን እንዲጠቀሙ ያድርጉ፥

ባላርድ፣ ቼሪ ሒል እና ፈርስት ሒል፥
ከምሽቱ 9 ከሰዓት እና ጠዋቱ 7 ሰዓቶች መካከል

ኢሳኳህ፥
ከምሽቱ 8 ከሰዓት እና ጠዋት 5:30 ሰዓቶች መካከል

የግል ዕቃዎች

ስውዲሽ ሥራ ለመሥራትና የጤና እንክብካቤን የማግኛ ደሕንነት የተሞላበትና ጸጥታው የተጠበቀ ቦታ መሆኑን ለማረጋገጥ ታጥቆ የተነሳ ነው። ለአስፈላጊ የግል ዕቃዎች አንድ የሴት ቦርሳና አንድ ቦርሳ፣ እና እንደ "የወሊድ ቦርሳ" የመሰለውን ለሕክምናዎ ሊያገለግል ለሚችል አንድ ሻንጣ ይዘው ሊመጡ ይችላሉ። ሆስፒታል ለመግቢያ ማሚያ-ነጥብ እንደሆነው ሁሉ፣ እንደ የጦር መሣሪያ፣ የተከለከለ ወይም ሕገ ወጥ መድሐኒቶችን ወይም ኮትሮባንድ፣ እና ሌሎች አደገኛ ዕቃዎች ወይም ነገሮች የመሰሉትን የተከለከሉ ነገሮች ወደ ሆፒታል እንዳይገቡ ለሚደረገው ጥረት፣ ስውዲሽ የግል ዕቃዎችዎን ሊፈትሽ ይችላል።

ሲጋራ የሚያጨሱ ከሆነ

በስውዲሽ ተልኳችን፣ የምናገለግላቸውን የእያንዳንዱን ሰው ጤንነትና ደሕንነት ለማሻሻል ነው፣ ታካሚዎችን፣ ቤተሰቦችን፣ ጎብኚዎችን፣ የሕክምና ባልደረቦችን፣ ሐኪሞችን፣ ፈቃደኞችንና ሌሎችንም ጨምሮ። የዚያ ተልኮ አካል የሆነውም ከአደጋ የተጠበቀና ጤናማ አካባቢ እንዲኖር ማድረግ ነው። ጤናማ አካባቢ ከሲጋራ ጭስና ከትንባሆ-ነጻ የሆነ አገልግሎት መስጪያን ይጨምራል፣ ይህ እኛ ነን በማለት ስውዲሽ የሚኮራበት አንዱ ነገር ነው። ስውዲሽ ከውስጥና ከውጭም ጨምሮ፣ በሁሉም ካምፓሶችና በሁሉም ክልኒኮች፣ ከሲጋራ ጭስና ከትንባሆ ነጻ የሆነ ነው። ይህ የኤሌትሪክ ሲጋራዎችን (ኢ-ሲጋሬት) ወይም ሌላ ተመሳሳይ መሣሪያን መጠቀምን፣ እንዲሁም የትንባሆ ውጤቶች ማኘክንም ይጨምራል።

በሆስፒታሉ ቆይታዎ ወቅት፣ ሲጋራ ለማጨስ ከሕንጻው ለቆ መውጣት አይፈቀድልዎትም። የኒኮቲን ውጤቶች ሱሰኛ ከሆኑ፣ ለኒኮቲን-መተኪያ ሕክምናዎችን እናቀርባለን፤ እነዚህ ተዘጋጅተው ያሉና የኢንሹራንስ አገልግሎቶችዎ አካል ሆነው ሂሳቡ ይከፈልላቸዋል።

ሲጋራ ለማጨስ የሚፈልጉ ጎብኚዎች በስውዲሽ ንብረት ላይ ወይም መኪና ማቆሚያ ጋራጆች ውስጥ፣ መሆን የለባቸውም፣ እናም ከሕንጻ መግቢያዎች፣ መውጫዎች፣ ሊከፈቱ ከሚችሉ መስኮቶች፣ ከአየር ኮንዲሽነሮች፣ ከአየር ማናፈሻዎች ወይም ከሌሎች የአየር ማስገቢያ ዘዴ መሣሪያዎች በሕግ እንደተጠቀሰው ቢያንስ 25 ጫማ የራቁ መሆን አለባቸው።

እርሶ ወይም ማናቸውም ጓደኞችዎ፣ ቤተሰብዎ፣ ወይም ጎብኞችዎ ሲጋራ ማጨስ ለማቆም የሚረዳቸው ፕሮግራምን ስውዲሽ ይደግፋል። ስለ ፕሮግራሙ መረጃ ከፈለጉ፣ እባክዎን 1-800-QUIT-NOW ይደውሉ።

ሻማዎች፣ ሰንደልና ያልተከለለ የእሳት ነበልባል

በማንኛውም የስውዲሽ ሕንጻ ውስጥ ሻማዎችን ማብራት ወይም ሰንደል ማጨስ አይችሉም። የእነዚህ አብዛኞቹ ነገሮች ባህላዊ/የሃይማኖት ትርጉም እንዳላቸው እንረዳለን፣ ነገር ግን የእሳት አደጋና የአየር-ጥራት ጉዳዮች በመኖራቸው በሁሉም ሕንጻዎች ውስጥ ጥቅም ላይ እንዳይውሉ ይሆናል። ከእሳት አደጋ ክፍል ልዩ ፈቃድ በማግኘት ሻማዎች በተለየ የጸሎት ቦታ ውስጥ ይፈቀዳሉ።

ሽቶዎች

እባክዎን ወደ ሆስፒታል ሲመጡ ሽቶ፣ ኮሎን ወይም ሎሽን አይቀቡ። ብዙ ሰዎች እነዚህ ሽቶዎች አይስማሟቸውም። የሕክምና ባልደረቦቻንና ሐኪሞቻችንን እንዲሁም ጎብኚዎችዎንም ይህንኑ እንጠይቃቸዋለን።

የግል የኤሌክትሮኒክ መሣሪያዎች

በሆስፒታሉ ውስጥ፣ ማናቸውንም የኤሌክትሮኒክ መሣሪያዎችን – ሴል ፎን፣ ፐርሰናል ድጂታል አሲስታንስ (ፒ ዲ ኤ)፣ ፔጀር፣ ላፕቶፕ ኮምፒተር፣ አይፓድ፣ የቪዲዮ መጫዎቻዎች ወይም ማንኛውም ማብሪያና ማጥፊያ ያለውን – መጠቀም ለእርሶና ለጎብኞችዎ የተወሰነ ነው። እነዚህን መሣሪዎች መጠቀም ካሉብዎት፣ እርሶ እና/ወይም ጎብኞችዎ ከማንኛውም የሕክምና መሣሪያ ቢያንስ 10 ጫማ መራቅ አለባችሁ። ይህ ማለት የኤሌክትሮኒክ መሣሪዎችን ባብዛኞቹ የሆስፒታል ክፍሎች ውስጥ መጠቀም የተከለከለ ነው፤ በእነዚህ መሣሪያዎች ለመጠቀም ኮሪደሮችና የእንግዳ ማረፊያ ቦታዎች በጣም የተሻሉት ቦታዎች ናቸው።

የታካሚ መብቶች

ስውዲሽ ስለ ታካሚ መብቶችዎ እንዲገነዘቡ ይፈልጋል። የታካሚ መብቶችዎ ዋጋ ያላቸው እንደሆኑ እናምናለን፣ እናም ስለዚህ እርሶና ቤተሰብዎ ወይም የሚያፈቅሯቸው ሰው እንድትመለከቷቸው እዚህ ላይ እንገልጻቸዋለን። መብቶችዎ የተከበሩ መሆናቸውን እርግጠኛ ለማድረግ የሚያችለውን ሁሉንም ነገር እናደርጋለን።

በስውዲሽ ታካሚ እንደመሆንዎ፣ መብት ያለዎት፣

- በትህትና፣ በክብርና በአክብሮት በሁሉም የሆስፒታል ባልደረቦች የመስተናገድ።
- ግላዊ፣ ባህላዊና መንፈሳዊ ቁም ነገሮችዎና እምነቶችዎ ለሕክምናዎ ውሳኔ በሚደረግ ጊዜ ድጋፍ እንዲደረግላቸው የማድረግ።
- ለመረጧቸው ሰውና ለሐኪዎ ሆስፒታል ስለመግባትዎ በሰዓቱ እንዲያውቁ የማድረግ።
- ዝቅ ያለ ህክምና አገኝ ይሆናል ብለው ሳይፈሩ ስለ ጤና ጥበቃዎ ማናቸውንም አቤቱታዎችን የመናገር። እንዳስፈላጊነቱ አሳሳቢ ጉዳዮችዎ በአጋዥ ወይም ለእርሶ በሚከራከሩ ሰው በጊዜ እንዲጠኑ የማድረግ፣ እና ሲቻልም በጊዜ መፍትሄ የማግኘት። ለአሳሳቢ ጉዳዮችዎ መልስ በጽሑፍ የማግኘት መብት አለዎት።
- ለጤና ጥበቃዎ ባብዛኛው ኃላፊ የሆኑትን ሐኪም፣ እንዲሁም በጉዳይዎ ላይ ምክር ሊያማክሩ የሚችሉ ማናቸውም ሐኪሞችን የማወቅ።
- የአስታማሚዎችዎን ስምና ማዕረግ የማወቅ።
- ጤና ጥበቃዎ የጤና ጥበቃ አገልግሎት አቅራቢዎች ስልጠናን ያሳትፍ እንደሆን የማወቅ። ተካፋይ ለመሆን የመስማማት ወይም ያለመስማማት መብት አለዎት።
- ስለ በሽታ ምርመራ ውጤቶችዎ፣ ሕክምና እና የወደፊት ሁኔታ ግምት ሊገባዎት በሚችሉ ቃሎች የተሟላና ወቅታዊ መረጃ የማግኘት። ሁሉም ማብራሪያዎች ማጠቃለል የሚኖርባቸው፥
  - ስለ ሕክምናው መንገድ ወይም ለሕክምናው ገለጻና ለምን እንደሚደረግ
  - ሊኖሩ ስለሚችሉ ጥቅሞች
  - የታወቁ ከፉኛ መዘዞች፣ አደጋዎች ወይም እንቅፋቶች
  - በሚያገግሙበት ወቅት የሚኖሩ ችግሮች
  - ለስኬታማነት የሚኖሩት ዕድሎች
  - ሊደረጉ የሚችሉ ሌሎች የሕክምና መንገዶች ወይም ሕክምናዎች
- እንግሊዘኛ የማይናገሩ ከሆኑ፣ እንግሊዘኛ ሁለተኛ ቋንቋዎ ከሆነ፣ ወይም ጆሮዎ ደንቆሮ ከሆነ፣ ለመስማት የሚያዳግትዎት ከሆኑ፣ የማየት ችግር ካለብዎት፣ የማስተዋል ኃይልዎ የታጎለ ከሆነ፣ ወይም የመናገር ችሎታዎ የታጎለ ከሆነ የቃል አስተርጓሚ ወይም የመገናኛ (የሃሳብ መለዋወጫ) መርጃ መሣሪያ የማግኘት። ሃሳብ መለዋወጡ በዕድሜዎና በአስፈላጊ ሁኔታዎችዎ መሠረት እንዲዘጋጅ ይሆናል።
- ለጤና ጥበቃዎ ዕቅድ በማውጣት ላይ ሐኪሞችዎንና ሌሎች የጤና-ጥበቃ አቅራቢዎችን የመርዳት።
- ስለ ሕክምናው ውጤቶች መረጃ የማግኘት፣ የበጎና የመጥፎ፣ ስለሚጠበቀው ወይም ስለማይጠበቀውም።
- የሕክምና መዝገብ መረጃዎችዎን በተገቢው የጊዜ ወቅት ውስጥ ለማግኘትና ለማንበብና በመዝገብ መረጃዎችዎ ውስጥ ስላሉት ሁሉም ነገሮች ገለጻ ለመግኘት የመቻል።
- ማንኛውንም የሕክምና መንገድ፣ መድሐኒት ወይም ሕክምናንም ቢሆን አልፈልግም የማለት፣ እና ውሳኔዎ ሊያስከትላቸው ስለሚችለው ውጤቶች መረጃ የማግኘት።
- ለማስገደድ፣ ፀባይ ለማረም፣ አመቺ እንዲሆን ለማድረግ ወይም አጸፋ ለመመለስ ተብሎ በእርሶ ላይ ከሚደረገው ማገጃ ወይም ማግለያ ነፃ የመሆን። ማገጃ ወይም ማግለያ የሚደረገው የታካሚን፣ የሕክምና ባልደረቦችን ወይም የሌሎች በሆስፒታሉ ውስጥ የሚገኙ ሰዎችን አስቸኳይ የአካል ደሕንነት እርግጠኛ ለማድረግ ብቻ ይውላል፣ እናም ባህርይዎ ለደሕንነት የሚያስፈራራ መሆኑ ሲያቆም ወዲያውኑ ያበቃል።
- በጤና ጥበቃ ውሳኔዎ ላይ የቤተሰብ አባላትን ወይም ሌሎች ወሳኝ የሆኑ ሰዎች እንዲሳተፉ የማድረግ፣ እንደ በሕግ የተመደቡ ወይም በዱራብል ፓወር ኦር አቶርኒ ስማቸው የተጠቀሱት ውሳኔ አድራጊዎች፣ ሊቪግን ዊል፣ ወይም በሐኪም ትዛዝ ሕይወትን የማቆያ ሕክምና (ፒ ኦ ኤል ኤስ ቲ) የመሰሉትን። አስታማሚዎች በእርሶ ፍላጎቶች መሠረት የጤና እንክብካቤ ማቅረብ አለባቸው። ተጨማሪ መረጃ በጥያቄ ሊቀርብ ይችላል።
- በበሽታ ከመለከፍ መቆጣጠሪያ፣ በደሕንነትና በጸጥታ አገልግሎቶች የተደገፈ ደሕንነት የተሞላበትና ጸጥታው የተጠበቀ አካባቢን የማግኘት።

- ግላዊነት የተጠበቀ የመሆን። ስለ ጉዳይ ውይይት ማድረግ፣ ማማከር፣ ምርመራ እና ሕክምና የእያንዳንዱን ታካሚ ግላዊነት እንዲጠብቅ ሆኖ ይካሄዳል።
- ከጤና ጥበቃዎ ጋር የሚገናኙ ሁሉም የመረጃ ግንኙነቶችና የመረጃ መዝገቦች በሚስጥር የተጠበቁ እንዲሆኑ የማድረግ።
- በዘር፣ በቆዳ ቀለም፣ በሃይማኖት፣ በጾታ፣ በዕድሜ፣ በብሔር፣ በጾታ አዝማሚያ ወይም በአካል መታጎል ሁኔታ ወይም በሂሳብ ክፍያ ምንጭና በሌሎች ምክንያቶች የተነሳ ሆስፒታል ለመግባት፣ ለሕክምና ወይም በስውዲሽ ፕሮግራሞች፣ አገልግሎቶችና የጎብኝ መኖር ተሳታፊነት ምክንያት — አድልዎ የሚደረግብዎት እንዳይሆን — ጎብኞችዎም አድልዎ የሚደረግባቸው እንዳይሆን። ይህ መግለጫ ጽሑፍ በሰባዊ መብቶች ሕግ 1964 አርስት 6፣ በ 1973 የሪሃብሊቴሽን አክት (ሕግ) ክፍል 504፣ በ 1975 የኤጅ ኤንድ ዲስክርሚኔሽን አክት መሠረትና በእነዚህ ሕጎች መሠረት በፌደራል ሕጎች ክፍል 80፣ 84 እና 91 በአርስት 45 ኮድ ላይ በሚገኙት መሠረት በዩ ኤስ ዲፓርትመንት ኦፍ ሔልዝ ኤንድ ሂውማን ሰርቪስስ ሕጎች መሠረት ነው።
- ድጋፍ ሰጪ እንክባካቤን የማግኘት፣ ሕመምን በተገቢው መገምገምና ማስታገስን፣ አመቺ ላልሆኑት የበሽታ ምልክቶች ሕክምና ማድረግና የሕክምና ሁኔታዎ ወይም የሕክምና ውሳኔዎችዎ የትኞቹም ቢሆኑ ለስሜትና ለመንፈሳዊ አስፈላጊዎችዎ ድጋፍ ማድረግንም ጨምሮ።
- ከሁሉም ዓይነቶች የማጎሳቆል፣ የመነዝነዝ፣ አላግባብ መጠቀም፣ አጸፋ የማድረግ፣ የማዋረድና አለጠባቂ የመቅረት ሁኔታዎች ነጻ የመሆን።
- በገዛ ወጪዎ ተጨማሪ ሁለተኛ ምክር(ሰከንድ ኦፒንየን) የማግኘት።
- ከስውዲሽ የሥነ ምግባር (ኢቲክስ) ኮሚቴ የጤና እንክባካቤዎን ለሚያካልሉት የሥነ ምግባር ጉዳዮዎች እርዳታ የመጠየቅ። ይህ ታካሚዎችን፣ የሕክምና ባልደረቦችን፣ ቤተሰቦችንና ጎብኝዎችን ይጨምራል።
- ጥያቄ ሲያቀርቡ ወይም ለሕክምና ተገቢ እና በሕግ የሚፈቀድ ሲሆን ወደ ሌላ የአገልግሎት መስጪያ የመዛወር። ለምን መዛወር እንዳለብዎትና ሌሎች አማራጮችም ስለመኖራቸው የተሟላ ማብራሪያ የማግኘት መብት አለዎት። የሚዛወሩበት አገልግሎት መስጪያ ለታካሚነት መጀመሪያ ሊቀበልዎት ያስፈልጋል።
- የጤና ጥበቃዎ የምርምር ጥናት ማድረግን ወይም መሞከሪያ መንገዶችን ይጨምር እንደሆን የማወቅ፣ እና በምርም ጥናቱ ጊዜና በክልኒክ ሙከራዎች ወቅት ከጉዳት የተጠበቁ የመሆን። ተካፋይ ለመሆን ለመስማማት ወይም አልፈልግም የማለት መብት አለዎት። ተካፋይ ለመሆን አልፈልግም ማለትዎ በስውዲሽ ማንኛውንም የጤና እንክብካቤ እንዳያገኙ አያግድዎትም።
- በሆስፒታል ቆይታዎ ወቅት የሆስፒታል ሕክምናው አስፈላጊ መሆኑ ሲያበቃ ስለ ታካሚ-ጤና ጥበቃ አማራጮች መረጃ የማግኘት። ከሆስፒታል ለቀው በሚወጡበት ጊዜ ዕቅድ ለማውጣት ተካፋይ የመሆን መብት አለዎት።
- ለጤና ጥበቃዎ ወጪ የሚከፍሉበት መንገድ የትኛውም ቢሆን የክፍያ ሂሳቡን የመመርመርና ለወጪዎቹም ማብራሪያ የማግኘት።
- ለእርሶ ጤና እንክባካቤ ተገቢ ስለሆኑት የሆስፒታል ፖሊሲዎች፣ የአሠራር መንገዶች፣ ሕጎች ወይም ደንቦች የማወቅ።
- የጤና ጥበቃዎን በሚመለከት እርሶ ወይም ተወካይዎ በመረጃ የተመረኮዘ ውሳኔን የማድረግ።
- በጤና ጥበቃ ውሳኔዎችዎ ላይ የቤተሰብዎ አባላትን ወይም ሌሎች ታዋቂ ሰዎችን እንዲጨመሩ የማድረግ።
- በተገቢው ሕግ መሠረት፣ የጤና መረጃዎቹን ለማግኘት መቻል፣ እንዲሻሻል ጥያቄ የማቅረብ፣ መግለጫ መረጃዎችን የማግኘት።
- ስለ ጤና ጥበቃው፣ ሕክምና እና አገልግሎቶች ያልተጠበቁ ውጤቶች መረጃ የማግኘት።
- ስለ እርሶ ከዚህ በላይ የተጠቀሱትን መብቶች ለማስከበር ሌላ ሰው፣ ሕጋዊ ሰው፣ የመመደብ፣ እርሶ ሕጎቹን ለማስከበር የማይችሉ ከሆኑ።

የታካሚ ኃላፊነቶች

በስውዲሽ፣ እርሶ በጤና ጥበቃዎ ላይ ተግባራዊ ሚና እንዲጫወቱ እንፈልጋለን። ታካሚ እንደመሆንዎ፣ ኃላፊነት ያለብዎት፥

- በጤና ጥበቃዎ ላይ ተካፋይ ለሆኑት ሰዎች ስለ ሕክምና (ጤና) ታሪክዎና የመገናኛ (የሃሳብ መለዋወጫ) መንገድ አስፈላጊ ሁኔታዎችዎ (ኮምንኬሽን ኒድስ) የተሟላና ትክክለኛ መረጃ የማቅረብ።
- በጤና ጥበቃዎና ሕክምናዎ ውሳኔዎች ላይ የመካፈል።
- ስለማያውቋቸው የሕክምና ተግባራትና የሕክምና መንገዶች ጥያቄዎችን የመጠየቅ።
- በጤናዎ ላይ ስለሚኖሩት ማናቸውም ለውጦች ለሐኪምዎ ወይም ለነርሶ የማሳወቅ።
- ለጤና ጥበቃ የሕክምና ዕቅድ (ፕላን) የመከተል።
- ለሌሎች ታካሚዎች አሳቢ መሆንና ጎብኞችዎም እንደዚያው አሳቢ መሆናቸውን የማረጋገጥ።
- የሆስፒታል ፖሊሲዎችንና የሕክምና ባልደረቦችን የማክበር።
- ሆስፒታል ከመግባትዎ በፊት ሂሳብ የሚከፍሉበትን መንገድ የማዘጋጀት።
- ለአስታማሚዎችዎ አክባሪ መሆንና የሆስፒታል ደንቦችን ማክበር፤ ይህ በተቻለ መጠን የበለጠውን የጤና ጥበቃ አገልግሎት ለመስጠት የሚያስችለንን ከአደጋ የተጠበቀ አካባቢን እንድናቀርብልዎት ይረዳናል። አልፎ አልፎ ታካሚዎች ከአደጋ የተጠበቀ አካባቢያችንን በአደጋ ላይ ሊጥሉ በሚችሉበት ጊዜ ላይና ሠራተኞቻችንን ማክበር በማይችሉበት ጊዜ፣ ሐኪምዎ እንዲያውቁት ተደርጎ ከሆስፒታል ለቆ መውጣት ሊኖር ይችላል።

የጤና ጥበቃዎ ባልደረቦች

ታካሚዎች፣ ቤተሰብ፣ ጎብኝዎች እና የጤና-ጥበቃ አገልግሎት አቅራቢዎች፣ እያንዳንዱ የሆስፒታል ጉብኝት ከአደጋ የተጠበቀ እንዲሆን ሊያደርጉ ይችላሉ። ከዚህ በታች እዚህ በሚቆዩበት ወቅት ተግባራዊ የሆኑ ብዙ የጥንቃቄና የጤና ሃሳቦችን ያገኛሉ፥

- አንድን የቤተሰብ አባል ወይም ሌላ የታወቁ ሰውን ስለ ጤና-ጥበቃዎ ወቅታዊ ሁኔታዎች የሚነገራቸውን ይመድቡ። ይህ የነርስ ባልደረቦች ለብዙ ሰዎች መረጃውን ደጋግሞ የመናገር አስፈላጊነትን የሚያስቀርና ነርሶቹም በታካሚው ጤና እክብካቤ ላይ እንዲያተኩሩ ይፈቅድላቸዋል። ደግሞም እኝህን ሰው ጥያቄዎችን እንዲጠይቁና መልሶችንም እንዲርዱት ማድረግ የሚረዳ ይሆናል፣ እናም እርሶ ሆስፒታል በሚሆኑ ጊዜ መረጃዎች የተደራረቡብዎት አይሆኑ ዘንድ። እኚህ ሰው ለጤና እንክብካቤ ያለዎትን ምርጫዎችዎን የሚረዱ መሆናቸውን እርግጠኛ ያድረጉ።
- አስፈላጊ ሲሆን፣ በመኖሪያ ቤትዎ ለጤና እንክብካቤ አስፈላጊውን ዝግጅት እንዲያደርጉልዎት በመጠየቅ ቤተሰብዎና ጓደኞችዎ ከሆስፒታል ለቀው ለመውጣት ዝግጅት ለማድረግ እንዲረዱዎት የማድረግ። እነኝህ ተግባራት ልዩ ዓይነት መሣሪያን፣ ምግብን፣ መድሐኒቶችን ወይም ከሆስፒታል ወደ ቤት መጓጓዣ ማግኘትንም ሊጨምሩ ይችላሉ።
- አስቀድመው ለነርስ አሳውቀው ካልሆነ በስተቀር ሆስፒታል በሚቆዩበት ጊዜ ወቅት ምንም ዓይነት ምግብ እንዳያመጡልዎት ለጎብኞችዎ ማስታወሻ የመንገር።

አስተያየት ሃሳቦች ወይም አሳሳቢ ጉዳዮች

ታካሚዎች የጤና እንክብካቤያቸው የሚያሰጋ ነው ብለው ሳይፈሩ ተሳታፊ የሚሆኑበት የአቤቱታ ማቅረቢያ መንገድ አለ። በስውዲሽ ስለሚኖር ማንኛውም የጤና እንክባካቤ አሳሳቢ ጉዳዮች ወይም አቤቱታዎች ካሉዎት፣ እባክዎን በክፍሉ ወይም በእርሶ ክልኒክ ፣ ውስጥ ከሚገኙት ማናቸውም ኃላፊ ጋር ለመነጋገር አያመንቱ። ለአብዛኞቹ ጣቢያዎች፣ በክልኒክ ስላሉት የጤና ጥበቃ አሳሳቢ ጉዳዮች ከክልኒክ የታካሚ ግንኙነት (ክልኒካል ፔሽንት ሪሌሽንስ) ጋር መወያየትም ይችላሉ። የክልኒክ የታካሚዎች ግንኙነት ለፈርስት ሒል፣ ባላርድ፣ ቼሪ ሒል፣ ኢሳኳህ፣ እና ለአምብላቶሪ ኬር ሴንተር (ሚል ክሪክ፣ ሬድመንድ እና ሌክ ሰማሚሽ) ኃላፊ ነው። በሚከተለው ለመልክት ሊጠይቋቸው ይችላሉ፥

በክልኒክ የታካሚ ግንኙነት
747 Broadway
Seattle, WA 98122-4307
206-386-2111
ወይም፣ የውስጥ ቁ. 62111 (ከቤት ስልክ)

ለስውዲሽ ኤድመንድስ፣ ለታካሚ ተሟጋችን ያነጋግሩ፥

ስውዲሽ ሜዲካል ሴንተር /ኤድመንድስ ካምፓስ
የታካሚ ተከራካሪ
21601 76th Ave. W.
Edmonds, WA 98026
425-640-4365
DL-PatientAdvocate-EDM@swedish.org

ለስውዲሽ ሜዲካል ግሩፐ ክልኒኮች፣ የሚያነጋግሩት፣
ለክልኒክ ኃላፊ፣ በቀጥታ አሳሳቢ ጉዳዮችን ለማሳወቅ
ለነርስ ባለሥልጣን፣ በክልኒክ ኃላፊ መፍትሔ ሊያገኙ ለማይችሉ አሳሳቢ ጉዳዮች፥ 206-320-4924

በተጨማሪም፣ የዋሽንግተን ስቴት ዲፓርትመንት ኦፍ ሔልዝ ወይም የጆይንት ኮሚሽን ኦፍ ኳሊቲ ሞኒተሪንግን ለማነጋገር መብት አለዎት።

የዋሽንግተን ስቴት የጤና ጽ/ቤት
HSQA Complaint Intake (አቤቱታ መቀበያ)
P.O. Box 47857
Olympia, WA 98504-7857
1-800-633-6828 or 360-236-7400

የጥራት ቁጥጥር ጽ/ቤት
The Joint Commission (የጋራ ኮሚሽን)
One Renaissance Blvd.
Oakbrook Terrace, IL 60181
1-800-994-6610
complaint@jointcommission.org

የሜዲኬር ተጠቃሚ ከሆኑና የጤና እንክብካቤ ጥራት፣ የሜዲኬር ሽፋንን ወይም ያለጊዜው ከሕክምና መውጣትን በሚመለከት አቤቱታ ካለዎት፣ በሚከተሉት የኳሊስ ሔልዝን ሊያነጋግሩ ይችላሉ፥

Qualis Health (ኳሊስ ሔልዝ)
10700 Meridian Ave. North
Seattle, WA 98133
1-800-445-6941

ለሕክምና እንክባካቤ የቅድሚያ መመሪያዎች (አድቫንስ ዳይሬክቲቭ ፎር ሜዲካል ኬር)

ስለ ሕክምና እንክብካቤዎ ውሳኔ እንዲያደርጉ እንፈልጋለን፣ እናም አስቀድመው የሕክምና ምኞቶችዎን እንዲያሳውቁ እንገፋፋዎታልን።

የቅድሚያ መመሪያዎች፣ እርሶ በጣም ከታመሙና ውሳኔዎችን ለማድረግ የማይችሉ ሲሆኑ፣ የሕክምና ምርጫዎችዎን፣ ወይም ለእርሶ ምርጫዎቹን የሚያደርጉትን ሰው ስም የሚገልጹ ጽሑፎች ናቸው። የእነዚህ ዓይነቶችን የጤና-እንክብካቤ ውሳኔዎች ለሐኪምዎና ለቤተሰብዎ ወይም ለጓደኞችዎ ማወያየት አስፈላጊ ነው። ደግሞም እነሱ እርሶ የፈረሙበት የጽሑፍ ሰነድ ቅጂ (ኮፒ) እንዲኖራቸው ያስፈልጋል። በእርሶ የሕክምና መዝገብ መረጃ ውስጥ እንዲገባ የቅድሚያ መመሪያዎችዎን (አድቫንስ ዳሬክቲቭ) ወደ ሆስፒታል ይዘው ይምጡ።

የካርዲዮፐሉሞናሪ ረሰስቴሽን (ሲ ፒ አር) ፖሊሲ

የስውዲሽ ሜዲካል ሴንተር ፖሊሲ ሁሉም ታካሚዎች ትንፋሽ መተንፈስ ሲያቆሙ ወይም ልባቸው መምታት ሲያቆም፣ በሕክምና አስፈላጊ መሆኑ ሲገመት፣ ካርዲፑልሞናሪ ሪሰሲቴሽን (ሲ ፒ አር) ማድረግ ነው። ሲ ፒ አር ደረትን ጫን ጫን ማድረግንና ቱቦ ጉሮሮ ውስጥ በመጨመር ወደ ሳንባ አየር እንዲገባ ማድረግን ይጨምራል። ተጨማሪ ሕክምና፣ እንደ አየር ማናፈሻ መሣሪያዎች (ትንፋሽ ለመተንፈስ የሚያግዝ መሣሪያ) ወይም ፔስሜከር (ልብ መምታቱን እንዲቀጥ የሚረዳ መሣሪያ) ሊያስፈልግ ይችል ይሆናል። ደረትን በመጫን የተነሳ የጎድን አጥንት ወይም የውስጥ ሥጋ አካል ሊጎዳ የሚችልበት አደጋ ሊኖር ይችላል። ደግሞም፣ ልብ መምታት በማቆሙ የተነሳ የደም መዘዋወር ካቆመ፣ ተጨማሪ ጉዳት ሊኖር ይችላል፣ የአንጎል ጉዳትንም ጨምሮ። ሲ ፒ አር የተሳካ ስለመሆኑ ምንም ዓይነት ዋስትና አይኖርም።

ሲ ፒ አር የማይፈልጉ ከሆኑ፣ የጤና-ጥበቃ ቡድንዎ እንዲያውቅ ያድርጉ፣ እናም ለጥያቄዎ የሐኪም የጽሑፍ ትዛዝ እንዲያገኙ ይረዱዎት ዘንድ። ሲ ፒ አር እንዳይደረግ ለመከላከል የሐኪም ትዛዝ ያስፈልጋል።

ሲ ፒ አር እንደማይፈልጉ ከነገሩን፣ ፍላጎትዎን እንከተልና በሆስፒታል በሚቆዩበት ወቅት የተመቸዎት መሆኑን እርግጠኛ ለማድረግ የተቻለንን እናደርጋለን።

ለሕይወት ማቆያ ሕክምና የሐኪም ትዛዝ (ፒ ኦ ኤል ኤስ ቲ)

ይህ ከሐኪምዎ ቢሮ የሚሰጥ ሰንድ ነው። የጤና ጥበቃ ድንገተኛ ሁኔታ በሚከሰት ጊዜ ለኛ ስለሚነግሩን ነገር ይረዳዎታል። በእርሶና በሐኪምዎ በሁለታችሁም የተፈረመበት ነው።

ይህ ሰንድ ካለዎትና በስውዲሽ ለሚገኙ የሕክምና ባልደረባ ከሰጡ፣ ሰነዱን ኮፒ እናደርግና የሆስፒታል ሐኪምዎ በውስጡ ስለተጻፉት ከእርስዎ ጋር ሊወያዩበት እስከሚችሉበት ጊዜና የጤና እንክባካቤ ውሳኔዎቹን በታካሚ-እንክብካቤ ትዛዞች ውስጥ እስከሚጽፉበት ድረስ በውስጡ የተጻፉትን እስከ 24 ሰዓት ድረስ እንከተናለን።

መድሐኒቶች

መድሐኒቶች በሆስፒታል ከሚኖሩዎት ነገሮች ውስጥ አስፈላጊዎቹ ናቸው። ባሁኑ ወቅት ስለሚወስዷቸው መድሐኒቶች ሁሉ ወቅታዊ ዝርዝር ይዘው እንደሚመጡ እንጠብቃለን፣ ቪታሚኖችን፣ የዕጽ (ኸርባል) እና የሐኪም ፈቃድ ሳያስፈልገው ከሱቅ የሚገዙ የመድሐኒት ውጤቶችንም ጨምሮ። በሆሲፒታል በሚቆዩበት ጊዜ፣ የታዘዘልዎትን የራስዎን መድሐኒቶች መጠቀም የሚችሉት የእኛ ፋርማሲ (መድሐኒት ቤት) የሌለውን መድሐኒቶች ብቻ ይሆናል። እነዚህን መድሐኒቶች የሚወስዱት ከሐኪምዎ ፈቃድ ካገኙ ብቻ ሊሆን ይችላል። ከእኛ ጋር በሚቆዩበት ወቅት፣ ለመድሐኒት ጥንቃቄ በጣም የተሻለ ሁኔታ እንዲሆን ለማድረግ፣ በተቻለ መጠን ብዙ መድሐኒቶች ለብቻ ለብቻ በሆኑ መያዣዎች ውስጥ ሆነው ይሰጣሉ።

አስቸጋሪ ውሳኔዎች (የስነ ምግባር ምክር)

እርሶ ወይም ቤተሰብዎ ስለ ሕክምና ውሳኔ ለማድረግ ችግር ከገጠማችሁ ምክር ለመስጠት የሆስፒታሉ የስነ ምግባር ኮሚቴ ሊረዳዎት ይችላል። እባክዎን ለእርዳታ ነርስዎን ይጠይቁ።

ሕይወትን ይለግሱ

የሰውነት አካልን (ኦርጋን) መለገስ ሊሰጡ ከሚችሏቸው ስጦታዎች ውስጥ በጣም ክፍተኛው ነው። አብዛኛውን ጊዜ ለጋሽ ቤተሰቦች የለገሱት ሌሎችን መርዳቱን ማወቃቸው ደስ ያሰኛቸዋል እናም የተለገሰው አካል ብዙውን ጊዜ የተቀባይ ሰዎችን ሕይወት ያድናል። እባክዎን ለተመሳሳይ ጠቃሚ መረጃዎች እነዚህ ዌብሳይቶችን ይጎብኙ፥

ላይፍ ሴንተር ኖርዝዌስት – www.lcnw.org

ዶኔት ላይፍ ቱዴይ – www.donatelifetoday.com ወይም 1-877-175-5269

የግል የጤና መረጃዎ በሚስጥር ተቀማጭነት

ለሕክምና አስፈላጊ ከሆነ በስተቀር እንጂ፣ የግል የጤና መረጃዎን ወይም ስለ እርሶ ሌሎች መረጃዎችን ለሌላ ባለማካፈል ምስጥርዎን እንደምንጠበቅ ልናሳውቅዎት እንፈልጋለን። ይህንና ሌሎች ዝርዝሮችን በጤና መረጃ ተግባራት ማስታወቂያ ውስጥ ሊያገኙ ይችላሉ። ይህን ማስታወቂያ ጥያቄ ሲደርሰን እናቀርባለን፣ እናም ሆስፒታል በገቡበት ጊዜ ላይ ወይም በተመዘገቡበት ጊዜ ላይ ኮፒው እንዲሰጥዎት የጠየቁ ካልነበረ፣ አንድ ኮፒ እንዲሰጥዎት አስታማሚዎን ሊጠይቁ ወይም ለታካሚ ምዝገባ ጽ/ቤት በመደወል ሊጠይቁ ይችላሉ። በሆስፒታሉ የስልክ ጥሪ ማዞሪያ በኩል ሊያገኟቸው ይችላሉ።

ስውዲሽን ይደግፉ

ብዙ ታካሚዎችና ቤተሰቦች የሕክምና ባልደረቦችን ለላቀ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶቻቸው እንዴት ምስጋናቸውን ማቅረብ እንደሚችሉ ይጠይቃሉ። አንድ ታላቅ መንገድ በስውዲሽ በጎ አድራጎት ድርጅት (ፋውንዴሽን) በኩል ስጦታ መስጠት ነው። ለትርፍ ያልቆመ የጤና አገልግሎት ማቅረቢያ መንገድ እንደመሆኑ፣ ስውዲሽ ለታካሚዎቻችን በዓለም አቀፍ ደረጃ ከፍተኛ የሆነ አገልግሎት ለማቅረብ ያለንን ችሎታ እርግጠኛ ለማድረግና ዘመናዊ የሆኑ መገልገያዎችንና ቴክኖሎጂን ለማቅረብ በማህብረተሰብ አስተዋጽኦ ይተማመናል። ሐኪሞች ታካሚዎችን የሚያክሙባቸውን አዲስ መንገዶችን እንዲፈልጉ፣ የተከታይ ትውልድ አስታማሚዎችን ለማሰልጠን የማሰልጠኛ ላቦራቶሪዎችን (ቤተ ሙከራዎችን) ለመገንባት፣ ኢንሹራንስ ለሌላቸው ታካሚዎች የበጎ አድራጎት ጤና ጥበቃ ለማቅረብና ለታካሚ የጤና እንክብካቤ ሌሎች ብዙ አስደሳች የእንቅስቃሴ እድገቶችን ለመደገፍ ልገሳዎች ሊረዱ ይችላሉ። በተጨማሪ ለማወቅ፣ እባክዎን የስውዲሽ ሜዲካል ሲንተር ፋንውንዴሽን በ 206-386-2738 ያነጋግሩ ወይም www.swedishfoundation.org ይጎብኙ።

SWEDISH

በነጻ ለሐኪም ለመምራት፥
1-800-SWEDISH (1-800-793-3474)
www.swedish.org

© 2011 SWEDISH HEALTH SERVICES. ALL RIGHTS RESERVED.

MC-05-05267 (ESI 1132) R-8/11