GERVILIÐUR Í MJÖÐM - DAGBÓK

VINSAMLEGA HAFÐU DAGBÓKINA MEÐFERÐIS ÞEGAR ÞÚ LEGGST INN

LANDSPÍTALI

NAFN_____ ÁÆTLAÐUR ÚTSKRIFTARDAGUR_____ KL._____

Mundu að gera ráðstafanir tímanlega varðandi það hver sækir þig við útskrift af sjúkrahúsinu.

Aðgerðardagur

Dags._____

- ☐ Mæta á dagdeild A5, á 5.hæð Landspítala í Fossvogi.
- ☐ Fara aftur í sturtu þegar komið er á dagdeild.
- ☐ Nota verkjakvarða við mat á verkjum. Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- ☐ Fara fram úr rúmi með aðstoð að kvöldi aðgerðardags.

Dagur 1

- ☐ Nota verkjakvarða við mat á verkjum. Láta vita ef verkur fer yfir 4 í hvíld.
- ☐ Tekin er röntgenmynd af mjöðminni.
- ☐ Fara í sturtu með aðstoð ef þarf.
- ☐ Vera í eigin fötum yfir daginn.
- ☐ Fara á göngu um deildina eins oft og hægt er og fara fram í setustofu til að borða.

Fyrir hádegi ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
Eftir hádegi ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
Kvöld ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

- ☐ Hvíld er mikilvæg á milli þess sem verið er á ferðinni.
- ☐ Sjúkraþjálfun: Kennsla á hækjur og þjálfun í að ganga í stiga.
- ☐ Iðjuþjálfun: Kennsla, þjálfun og hjálpartæki afhent.
- ☐ Útskriftarfræðsla hjúkrunarfræðings og farið yfir skriflegt fræðsluefni. Mælt er með að aðstandandi sé viðstaddur.

Enginn verkur	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Gæti ekki verið verri
		Vægur			Talsverður			Mikill		Mjög mikill		

Við mat á verkjum getur þú notað kvarðann hér fyrir ofan. Ágætt er að miða við að styrkur verkja fari ekki yfir 4 í hvíld.

Útskrift

Metið er hvenær útskrift er möguleg og miðað er við eftirfarandi færni, með eða án aðstoðar:

- ☐ Farið fram úr rúmi og upp í rúm
- ☐ Klætt þig
- ☐ Sest í og staðið upp úr stól
- ☐ Gengið við hækjur eða grind
- ☐ Farið á salerni
- ☐ Gert æfingar sem þér hafa verið kenndar
- ☐ Gengið upp og niður tröppur

Áður en þú ferð er:

- ☐ Lyfseðill sendur rafrænt í apótek.
- ☐ Afhentur endurkomutími hjá bæklunarskurðlækni.

Til minnis

Gangi þér vel

Ef eitthvað kemur upp á eftir útskrift sem tengist dvöl þinni á deildinni getur þú haft samband á dagvinnutíma (kl. 8-16) í síma:

Deild A5	543 7570
Deild B5	543 7470
Deild B6	543 7600
Endurkomudeild G3	543 2040