



## Welcome sa Stanford

Narito kami upang bigyan ka ng dalubhasa at mapag-unawang pangangalaga.

Layunin naming isama ka at ang iyong pamilya sa lahat ng iyong pangangalaga. Mula sa oras na pumasok ka sa ospital hanggang sa umalis ka, kumikilos kami upang gumawa ng lugar ng pagpapagaling, ginhawa, at dignidad nang may respeto sa isa't isa.



## Ang iyong team ng pangangalaga

Ang medikal na team ay binubuo ng mga tumitinging doktor, advanced practice provider, residente, intern, at medikal na mag-aaral. Ang team na ito ay pupunta sa tabi ng iyong kama at pag-uusapan ang iyong plano ng pangangalaga para sa partikular na araw. Mangyaring magtanong.

Isinasagawa ng **pangunahing nars** ang iyong plano ng pangangalaga at ikokoordina niya ito sa iba pang miyembro ng team ng pangangalaga.

Tumutulong ang **nursing assistant** sa iyong mga pang-araw-araw na aktibidad sa pamumuhay, tulad ng pagligo, pagkain, at paglalakad.

Hahalili ang **float nurse** sa mga oras ng pagpapahinga para sa mga nursing staff at tutulungan niya ang pangunahing nars.

Kinokoordina ng **charge nurse** ang mga pag-admit at paglabas sa ospital ng pasyente at sinusuportahan niya ang nursing team.

Tumutulong ang **tagapamahala ng kaso at team ng social work** sa pagpapalano para sa iyong paglabas sa ospital.

**Kabilang sa team ng rehabilitasyon** ang occupational therapy (OT) at physical therapy (PT). Ang iba pang miyembro ng rehab team ay nagsasagawa ng speech therapy (SLP) at respiratory therapy (RT) o mga rehistradong dietitian (RD).

Susuportahan ka ng **pharmacist** sa pagtugon sa iyong mga pangangailangan sa gamot sa panahon ng iyong pananatili.

Nangongolekta ang **lab tech** ng mga body sample. Maaaring dumating ang tech sa iyong kwarto nang maaga upang kolektahin at isagawa ang mga pagsusuri sa laboratoryo. Tinitiyak nito na magiging available ang mga resulta kapag tiningnan ka ng iyong team ng pangangalaga.

## Ang iyong kaginhawahan at kaligtasan

### Mga alituntunin upang maiwasang matumba ka

Gusto naming panatilihin kang ligtas sa mga pagkatumba sa panahon ng iyong pananatili sa ospital. Maraming bagay ang maaaring magpalaki ng iyong panganib para sa pagkatumba habang nasa ospital ka.

Ang mga hindi pamilyar na kapaligiran, mga gamot, panghihina, pagkapagod, at pagkakakabit sa medikal na kagamitan ay nagpapadaling matumba.

- Panoorin ang maikling video tungkol sa panganib sa pagkatumba kapag na-admit ka sa ospital.
- Huwag tumayo nang mag-isa! Gusto ka naming tulungan. Mangyaring tumawag para humingi ng tulong bago tumayo. Gamitin ang pulang call button sa handheld na remote sa tabi ng iyong kama.
- Mangyaring tumawag, huwag tumumba!



### Maagang pagkilos

Ang paglalakad nang maaga at madalas ay napakahalaga sa iyong kalusugan, lalo na pagkatapos ng operasyon. Tutulungan ka ng nursing staff na bumangon sa kama at umupo sa upuan.

Maaari kang maglakad sa unit kasama ang isang miyembro ng mga staff kapag ligtas itong gawin. Kung hindi mo kayang gumalaw nang mag-isa, babaguhin ng iyong team ng pangangalaga ang iyong posisyon nang madalas upang protektahan ang iyong balat.



### PagHINGI ng tulong

Kung kailangan mo ng tulong anumang oras, gamitin ang pulang call button sa handheld na remote sa tabi ng iyong kama. Didirekta ito sa front desk kung saan sasagutin ng isang miyembro ng staff ang iyong tawag at magpapapunta siya ng taong tutulong.

Maaari din kaming gumamit ng alarm sa kama o upuan upang ipaalala sa iyo na maghintay ng tulong bago subukang tumayo nang mag-isa.

Madalas ka ring kukumustahin ng iyong mga nars. Titingnan nila ang antas ng iyong pananakit, tutulungan ka nilang magbanyo, at titiyakin nilang kumportable ka. Titiyakin nilang maaabot mo ang iyong call button at mga personal na gamit.

## Pagkontrol sa iyong pananakit

Maraming salik ang maaaring magdulot ng pananakit, tulad ng sakit, pinsala, operasyon, tensyon sa kalamnan, mga takot, pagkabalisa, at kakulangan ng tulog.

Magtulungan tayo upang bawasan ang iyong pananakit.

Kapag nasasaktan ka, hihilingin namin sa iyong i-rate ito sa

sukatang 0 hanggang 10. Makakatulong iyon sa aming

pagpasyahan ang pinakamainam na paraan upang tumulong.

Ang ibig sabihin ng score na 0 ay walang pananakit, at ang ibig sabihin ng 10 ay ang pinakamalalang pananakit na naranasan mo.

Kasama sa mga paraan upang gamutin ang iyong pananakit ang mga gamot, mga hot o cold pack, pagbabago ng posisyon, at paglalakad.

## Gamot



Upang bigyan ka ng gamot nang ligtas, nagsimula ang Stanford Health Care ng “Medication Pass Time-Out.” Nililimitahan nito ang mga pagkaantala kapag nagbibigay ang mga nars ng gamot. Ang mga oras ay 8 am hanggang 10 am, at 8 pm hanggang 10 pm.

Sa mga panahong ito, tutuon ang iyong mga nars sa pagbibigay ng gamot. Tuwing binibigyan ka namin ng gamot, titingnan namin ang iyong wristband at itatanong namin ang iyong pangalan at kaarawan.

Ipapaliwanag din ng mga nars ang layunin ng mga gamot na ginagamit mo. Ilalarawan din nila ang mga side effect na maaaring idulot ng mga ito.

Ang side effect ay anumang reaksiyon sa isang gamot na naiiba sa ninanais na epekto nito. Para sa iyong kaligtasan, mahalagang nauunawaan mo ang mga side effect ng anumang gamot na ginagamit mo.

Kung nagdala ka ng anumang gamot mula sa bahay, ipaalam sa iyong nars. Ipapauwi namin sa iyong pamilya ang lahat ng gamot, o itatabi namin ito sa aming parmasya sa panahon ng iyong pananatili.

## Pagbabago ng shift

Araw-araw mula 6:45 am hanggang 7:15 am, at muli, mula 6:45 pm hanggang 7:15 pm, nagbabago ng mga shift ang iyong mga nars. Sa panahong ito, makikipagpulong ka sa iyong pangunahing nars at tatalakayin ninyo ang mga plano para sa partikular na araw.

Sa rounds ng team, makikipagpulong ka sa iba pang miyembro ng paparating na team ng pangangalaga.

## Pananatiling malusog

Mahalaga na ang sinumang papasok sa iyong kwarto ay maghuhugas ng kamay at magsusuot ng mask. Dapat ka ring maghugas ng kamay nang madalas, at magsuot ng mask kapag may sinumang tao sa kwarto.

## Kaligtasan at respeto

Ang ospital ay lugar ng pagpapagaling. Hindi namin pinapayagan ang anumang agresyon sa mga pasyente, staff, o bisita.

## Sa panahon ng iyong pananatili

### Paggamit ng telepono

Magkakaroon ka ng sarili mong telepono na may direct line. Upang makakuha ng outside line, i-dial ang 9 at pagkatapos ay tawagan ang numero gaya ng dati.

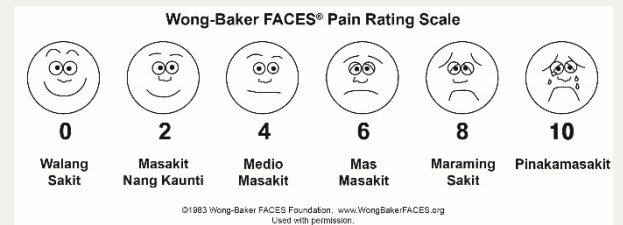
### Access sa internet

Nagbibigay ang Stanford Hospital ng libreng access sa internet. Hindi mo kailangan ng password. Maaaring may mga available na iPad sa iyong kwarto o kapag hiniling habang nasa ospital ka.

Pangalan ng Network: SHC\_PublicHospital

### Tingnan ang iyong progreso sa MyHealth app

Tingnan ang iyong mga miyembro ng team ng pangangalaga, mga gamot at mga side effect, mga resulta ng pagsusuri, mga layunin sa aktibidad, at iba pa.



## Mga serbisyo sa pagkain

Available ang mga made-to-order na pagkain at meryenda kapag hiniling mo mula 6 am hanggang 9 pm. Para sa serbisyo, i-dial ang 34888 sa iyong telepono sa kwarto. Para sa mga kwalipikadong diet, maaari mong gamitin ang remote sa tabi ng kama upang “Mag-order ng Mga Pagkain” nang direkta mula sa iyong menu sa TV. Maghintay nang hanggang 45 minuto para sa paghahatid.



## Mga bisita

Naniniwala kaming may mahalagang papel sa iyong paggaling ang pamilya at iba pang mahal sa buhay. Alam din naming mahalaga ang kaligtasan, pagpapahinga, at privacy sa panahon ng iyong pananatili.

Madalas naming sinusuri ang aming mga patakaran upang matiyak ang kaligtasan ng aming mga pasyente at staff. Maaari mong itanong sa iyong nars ang pinaka-updated na patakaran.

## Mga serbisyo sa interpretasyon at pagsasalin

Nag-aalok sa mga pasyente ang Stanford Health Care ng access sa mga interpreter para sa mga sinasalitang wika at American Sign Language nang libre. Kung kailangan mo ng tulong para makipag-usap sa iyong wika, humiling ng interpreter. Posibleng magkaroon ng mga interpreter sa personal, telepono, o video.

## Espirituwal na pangangalaga

Narito ang Serbisyo sa Espirituwal na Pangangalaga anumang oras ng araw upang magbigay ng espirituwal na suporta sa iyo o sa iyong pamilya. Maaaring makipag-ugnayan ang iyong nars sa isang chaplain at pupunta siya sa iyong kwarto upang makipagkita sa iyo.

## Mga serbisyo sa bisita

Nagbibigay ang Mga serbisyo sa bisita ng personal na tulong, suporta, at mga resource para sa mga pasyente at bisita. Matatawagan mo sila sa 650-498-3333.

## Pag-alis sa ospital

Layunin naming maayos kang makalipat sa iyong bahay o nursing home mula sa ospital. Ang layunin namin ay maunawaan mo kung paano pangalagaan ang iyong kalusugan pagkaalis mo sa ospital.

Sisimulan ng iyong team ng pangangalaga na ihanda ka para dito sa araw na dumating ka sa ospital. Mangyaring ipaalam sa kanila ang tungkol sa anumang kagustuhan, alalahanin, o pagkabahala habang naghahanda ka para sa iyong pagpapagaling sa bahay.

Pag-uusapan mo at ng iyong team ng pangangalaga ang iyong mga pangangailangan sa bahay at ang iyong mga kagustuhan. Titiyakin nilang kumpleto ang mga pagsasaayos.

Ipaliwanag ng iyong nars ang mga gamot na dadalhin mo kapag umalis ka. Kabilang dito ang layunin at mga side effect ng bawat gamot. Ipaliwanag din ng nars ang anumang karagdagang pangangalaga sa bahay na kakailanganin mo.

Ipi-print ang impormasyong ito para sa iyo kapag umalis ka, sa isang papel na matatanggap mo na tinatawag na iyong Buod Pagkatapos ng Pagpapatingin.

Maaaring makinig at magtanong ang isang miyembro ng pamilya o iba pang tagapangalaga tungkol sa anumang tagubilin na matatanggap mo tungkol sa iyong mga gamot. Dahil dito, makakatulong na pangalanan ang iyong tagapangalaga nang maaga.

Kapag isinulat ng iyong doktor ang iyong mga tala sa pagpapauwi, mag-iiskedyul ang iyong nars ng partikular na oras ng pag-alis mo sa ospital. Nakabatay ang oras sa iyong mga pangangailangan at clearance mula sa iba pang miyembro ng iyong team ng pangangalaga.

## Mga tanong at feedback

Kung mayroon kang anumang alalahanin o feedback, mangyaring makipag-usap sa iyong pangunahing nars. Pagkaalis mo sa ospital, maaari kaming makipag-ugnayan sa iyo upang magpasagot ng isang survey sa kasiyahan.

Umaasa kaming magbibigay ka ng feedback. Palagi kaming nagsusumikap para sa kahusayan.