



## ENTRE TOTS, MILLOREM !

Us demanem que en les visites tingueu en compte les recomanacions d'aquesta guia.

✓ **Allò bàsic a tenir en compte**

Si penseu que un familiar proper o un amic us pot ajudar a comprendre i recordar tota la informació, demaneu-li que us acompanyi. Escriure-ho en un paper també ajuda.

Tingueu sempre a mà la targeta sanitària. Si sou d'algun altre país, porteu algun document acreditatiu (DNI, passaport, carnet de conduir...).

Si no enteneu les llengües que es parlen a Catalunya, veniu amb alguna persona que us pugui fer d'interpret o demaneu-ne un, amb antelació, al vostre centre d'Atenció Primària.

✓ **Prepareu informació sobre:**

- els antecedents mèdics personals i familiars i les malalties que heu patit o que patiu.
- Informeu si teniu alguna al·lèrgia o si alguna vegada heu tingut una reacció adversa a l'anestèsia.
- Porteu els resultats de radiografies, proves de laboratori o informes externs (si en teniu).
- Feu una llista dels medicaments que preneu (també vitamines i altres remeis o teràpies).

✓ **Penseu a demanar:**

- La malaltia i el vostre estat de salut: el significat del diagnòstic, els resultats de proves, pronòstic, consells,...
- Els medicaments que heu de prendre: la dosi, la durada del tractament, possibles efectes secundaris, si es pot prendre amb altres medicaments...
- Les cures que haureu de seguir: alimentació, exercici físic, cures...
- En cas d'una operació demaneu que us expliquin de manera entenedora tot el procés de la intervenció i posterior recuperació.

✓ **Participeu en les decisions**

- Per a qualsevol intervenció us demanarem que signeu el full de consentiment informat.
- Us aconsellem que us informeu sobre el document de voluntats anticipades.

En cas de dubtes adreceu-vos a l'equip d'Atenció Primària.

Recordeu que sempre teniu a la vostra disposició el telèfon de **sanitat respon 061**

