

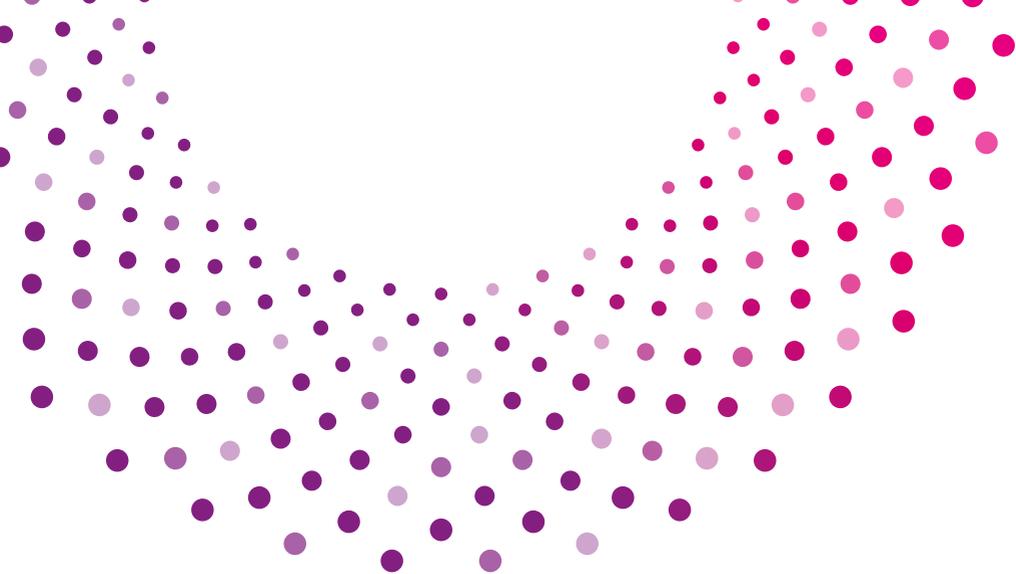
Chinese

您在妇产科医院的住院须知



the women's
the royal women's hospital





反馈

皇家妇产科医院旨在发展对妇女及其家庭有用的健康信息。我们始终欢迎您的意见。如果您对本手册有任何意见或建议，请通过 rw.h.publications@thewomens.org.au 与 The Women's 联系。

您也可以将意见发送到

皇家妇产科医院 Locked Bag 300
Grattan St 和 Flemington Rd 路的交接点
Parkville VIC 3052

免责声明

本手册仅提供一般信息。如需有关您的医疗保健需求或宝宝的医疗保健需求的具体建议，您应咨询您的医疗专业人员。

对于因您依赖本手册而未咨询医疗专业人员而造成的损失或损害，皇家妇产科医院不承担任何责任。如果您或您的宝宝需要紧急医疗护理，请联系最近的急诊科。

©皇家妇产科医院2015–2022。第3版，2022

对传统所有者的认可

皇家妇产科医院承认并尊重库林 (Kulin) 民族的 Wurundjeri 和 Boonwurrung 人，他们是在 Parkville 和 Sandringham 的驻地所在的土地的传统所有者，我们向他们过去、现在和将来的长老表示敬意。

目录

欢迎	6
到妇产科医院	8
在医院找到您要去的地点	10
妇产科的服务	12
原住民和托雷斯海峡岛民妇女和家庭	12
精神健康服务	13
家庭暴力支助	13
灵性护理、休息区和安静的空间	14
妇女欢迎中心	15
幼儿中心	15
底楼餐饮和零售区	16
健康中心	16
您住院期间	17
您需要翻译吗	17
个人物品	17
探访时间	18
膳食	18
您的床旁控制台	19
录音和录像	20
电话	20
出院时间	20

您住院期间	21
我们为什么要确认您是谁?	21
您的健康信息的移交	22
告诉我们您的药物	23
预防感染	24
如果您需要输血	25
减缓疼痛	26
预防摔倒	27
您或您的宝宝身体不舒服?	28
压力性损伤	30
提前护理计划	30
您的医疗保健权利	31
知情同意	32
请告诉我们您的想法	33
表扬、投诉、反馈、建议	33
回家	35
参与妇产科的服务	38



欢迎、

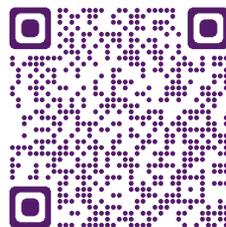
我们致力于为所有患者提供最高标准的服务, 护理和经验。如果您有任何问题或疑虑, 请咨询我们的工作人员, 我们很乐意为您提供帮助。

关于本手册

妇产科认识到让患者参与自己的护理和提供明确沟通的重要性。这本小册子旨在提供关于皇家妇产科医院提供的护理和服务的信息。

有关妇产科医院的更多信息

扫描二维码以快速登录妇产科医院网站
thewomens.org.au



我们的愿景

为妇女和婴儿创造更健康的未来

我们的战略方向



我们为妇女和新生儿提供领先的护理



我们的合作伙伴每天都能创造卓越的体验



我们是工作,学习和做贡献最佳场所



我们引导并合作影响变革

我们的宣言

我们致力于健康的社会模式
我们关心各行各业的妇女
我们认识到性和性别影响健康和医疗保健
我们是妇女健康的代言人
我们力求实现健康公平

我们的价值观



勇气



激情



发现



尊重



如何到妇产科医院

妇产科医院位于帕克维尔 (Parkville) 的格拉顿街 (Grattan Street) 和菲林明顿道 (Flemington Road) 的拐角处。

Parkville的交通变化

帕克维尔站 (Parkville Station) 是地铁隧道项目的一部分, 目前正在医院区进行主要的建设工程。格拉顿街 (Grattan Street) 现已封闭, 位于皇家大道 (Royal Parade) 和莱斯特街 (Leicester) 之间。帕克维尔车站 (Parkville Station) 计划于2025年开放。

有关这项重大工程如何影响您在妇产科医院住院的更多信息, 请查询 [metrotunnel.vic.gov.au/construction/parkville](https://www.metrotunnel.vic.gov.au/construction/parkville)

公共交通

妇产科医院的公共交通服务良好，电车和巴士站的几条路线在医院的轻松步行距离内。

有关火车、电车和巴士路线和时刻表的信息，请致电 [1800 800 007](tel:1800800007)

或查询 ptv.vic.gov.au/timetables

出租车

在格拉顿街(Grattan Street)的墨尔本皇家医院(Royal Melbourne Hospital)前面有一个出租车停靠站。

停车

妇产科医院主楼设有有限的地下停车场，可从菲林明顿道(Flemington)停车场入口进入。

停车场电梯通向主接待处，门诊服务或私人咨询套房。停车场由Wilsons Parking经营，每天早上6点至晚上9点开放。

有关详细信息：

wilsonparking.com.au/park/3244

[Royal-Women](#)

有少量的短暂(30分钟)停车位，只在地下一层，或在菲林明顿道(Flemington)附近停车。

医院周围的街道有少量的计时街道停车区。检查标志是否有限制。

医院的正门格拉顿街(Grattan Street)和急诊入口弗莱明顿路(Flemington)设有自行车架。

出入口

我们停车场的B1层设有多个停车位供残疾者和访客使用。地下入口还有一个小的接送区。

医院位于格拉顿街的正门(底层)和菲林明顿道的急诊部入口(地下一层入口)设有轮椅通道。

如何在医院 找到您要去的地方



地下一层

- 急诊和入院
- 停车场入口
- 公用卫生间



底层

- 接待/咨询台
- 妇科医院欢迎中心
- 神圣空间
- Badjurr-bulok Wilam原住民妇女中心
- 妇女咨询和支助服务
- 消费者联络
- 幼儿和早教中心
- 零售和餐饮区
- 公用卫生间
- 付费电话



1层

- 妇女保健诊所和孕妇诊所
- 怀孕日间护理
- 父母的房间
- Pauline Gandel影像科
- 医院患者的药房
- 病理科
- 物理治疗
- 营养和膳食管理
- 公厕



2 层

- 生殖服务
- 单独问诊
- 弗朗西斯·佩里 (Frances Perry House) 私人问诊室
- 公用卫生间



5 层

- 妇女保健病房-5 北
- 慢性或复杂病症监护室(CCU)
- 早孕评估中心
- 公用卫生间



3 层

- 出生中心和评估中心
- 日间手术



6 层

- 弗朗西斯佩里 (Frances Perry) 私人医院



4 层

- 产房
- 新生儿重症监护病房(NICU)
- 母乳喂养服务
- 医院花园庭院
- 公用卫生间



7 层

- 妇产科研究中心
- 弗朗西斯佩里 (Frances Perry) 私人医院
- 墨尔本大学妇产科系
- 公用卫生间

Wurundjeri和
Boonwurrung
原住民土地



妇产科的服务

原住民和托雷斯海峡岛民妇女和家庭

Badjurr-Bulok Wilam(在Wurundjeri人的Woiwurrung语中指"许多妇女的家园")为自称为原住民和/或托雷斯海峡岛民及其家庭的病人提供了一个聚集的地方。还鼓励与原住民伙伴有联系的病人向Badjurr-Bulok Wilam寻求支助。这可能包括支持获得医院的服务、信息、转诊服务和实际援助。



Badjurr-Bulok Wilam提供了一个休息的地方,您和您的家人可以来坐坐、编织、并与原住民居民和托雷斯海峡岛民医院联络官(AHLO)喝杯咖啡。Badjurr-Bulok Wilam位于一楼、就在医院的正门旁边。

精神健康服务

妇女组织有一个心理健康小组,为我们目前的病人提供评估和治疗选择。

转介到我们的心理健康服务可能是:

- 先前存在的精神疾病
- 与怀孕和分娩有关的焦虑或抑郁
- 与新生儿连接感情和依赖问题
- 就下列问题提供支助和咨询:
 - 严重的健康问题
 - 妇科,包括更年期
 - 老龄化。

心理健康团队提供一系列基于个人和群体的治疗。

怀孕和妇女健康诊所一般提供精神病和心理学门诊服务。还提供远程医疗预约服务。



有关家庭暴力方面的支持



妇女组织拥有一整套资源,服务和信息,以支持工作人员识别、应对和预防家庭暴力。

我们在此为您提供支持。请咨询我们的工作人员或查询我们的网站:

thewomens.org.au/health-information/violence-against-women

灵性护理、休息区和安静空间

女性的灵性护理是一项免费的保密服务，为所有患者，他们的家人和朋友以及医院的工作人员提供情感和精神支持。来自不同传统的代表也可以参加。请问我们灵性护理团队的成员有哪些代表可以参加，因为他们会不时变更。

联系方式

周一至周五

上午8:30至下午4:30 (底层)。

[T \(03\) 8345 3016](tel:(03)83453016)

神圣空间

妇产科提供两个多信仰的神圣空间供患者和家庭用于反思和祈祷。有经文读本，以及一个祈祷用于记录想法。如果游客想要点燃蜡烛和香，灵性护理团队的成员可以提供帮助。还可以为家庭和工作人员安排纪念活动。查看走廊入口处的告示板，了解每周提供的活动(底层)。

休息区

我们在中庭周围和靠近医院主入口(底层)提供许多舒适的休息区。



母乳喂养室

女子医院是一家适合婴儿的医院，我们鼓励无论何时何地，只要感觉舒适，就进行母乳喂养。在妊娠诊所(1层)附近，也为来访者和患者提供母乳喂养室。

内部花园庭院

我们为患者和访客提供花园庭院。为您提供病房和托儿所外的休息空间，并呼吸新鲜空气(4层)。



妇女欢迎中心

欢迎中心是一个温馨的空间,您可在此放松身心、喂宝宝、手机充电、加入我们的图书馆或获取妇女健康信息。欢迎中心团队支持患者,家人和其他访客探访和浏览我们的医院及其服务。

HELLO

欢迎中心团队可以:

- 帮助您找到有关妇女健康问题的英语和其他语言的信息
- 协助中心访客使用我们的专业图书馆。您可以浏览和借用书籍或DVD光盘,或领取小册子
- 帮助您预订分娩教育课程和参观医院。

联系方式

周一至周五上午

9:00至下午5:00(底层)

T (03) 8345 3037 或 1800 442 007

(偏远地区呼叫者使用)



幼儿中心和早教中心

在妇女诊所就诊时,为6个星期大至6岁的儿童提供临时护理。

名额有限,建议提前预订。

儿童保育和早期学习中心是一个儿童安全的环境,致力于保护和促进儿童的健康、安全和福祉。

联系方式

周一至周五上午

9:00至下午5:00 (底层)

电话 (03) 8345 2099

电邮 Childcare.Centre@thewomens.org.au



底楼餐饮和零售区

在这个区域,您可以找到一些商店和服务设施。
包括:

- 澳大利亚邮政服务
- 药房:药品和礼品
- 咖啡馆:Zouki自助餐厅和Isabella咖啡厅
- 便利店:报纸、杂志、礼品、小吃和糖果
- 花店
- 巧克力盒
- 志愿者服务台偶尔也会出售礼品。



健康中心

健康中心是一个安全,易于使用和互动的平台,可以从您的手机、平板电脑或计算查询。

患者可以:

- 查看即将到来的约会的详细信息
- 更改或取消预约(有一些例外)
- 查看有关最近探访的信息
- 查找测试结果(通常在4天内提供)
- 检查处方药物并要求重复开具处方
- 查看您的医疗团队的详细信息
- 指定某人代表到Health Hub。

如果您在附近的医院——肿瘤中心(Peter MacCallum Cancer Center、皇家墨尔本医院或皇家儿童医院)接受护理,您也可以查看这些详细信息。

您可以从App Store和Google Play下载Health Hub应用程序。

有关更多信息,请登录health-hub.org.au或扫描此QR码。





您住院期间



Interpreter

您需要翻译吗？

如果您的母语不是英语，并且您希望与医疗团队交谈，我们有专业的口译员可以提供帮助。

安排住院时，请要求翻译，包括手语翻译。

您还可以询问助产士或护士是否需要翻译。

个人物品



我们建议您只带少量的钱财，并将您的贵重物品带回家。如果有贵重物品，请始终随身携带任何贵重物品，或将其安全地锁在房间的保险箱内。

请告知护士或助产士，您是否携带了任何电器设备在住宿期间使用。

探访时间



欢迎游客来到女子健身中心。请查看我们的网站以了解可能适用的任何限制。

- 探访时间普通: 下午2:30 至晚间8:00
- 探访时间伴侣: 早8点至晚8点

为了患者的舒适, 健康和安​​全, 我们要求访客尊重我们的探访时间。如果您的家人, 朋友或护理人员生病, 感染或最近不适, 请要求他们在完全康复之前不要去。

在特殊情况下, 可与主管护士协商其他探视时间。

新生儿重症监护病房(NICU)

- 探访时间 普通: 下午2:30 至晚间8:00
- 父母的探访时间不受限制

我们要求, 在任何时候, 不超过三个人 (包括婴儿的父母) 在婴儿的床边。家人和朋友(包括儿童)可根据父母的意愿, 在重症监护或特殊护理中探视婴儿。

父母不在时, 家人或朋友必须得到父母的书面许可才能探访。

访客用的卫生间

访客的卫生间位于每层楼的电梯里或主接待台附近。



膳食

患者用餐时间约为以下时间:

- 早餐: 早8.00
- 午餐: 中午12.30
- 晚餐: 下午6.00



我们将为您提供一份菜单, 让您每天都能根据您的饮食需求完成。

如果您有任何过敏或特殊的饮食要求, 请告知护理和餐饮工作人员。

您的床旁控制台

您的床旁控制台有一些按钮，您可以通过这些按钮呼叫护士或助产士，打开灯光并控制电视。也配有一个电视和收音机的扬声器。

您的护士或助产士将解释如何使用它以及位于您房间内的其他呼叫设备。

当您观看或收听电视或收音机时，请为其他患者着想。

护士/助产士呼叫系统



录音和录像



欢迎您安全且合适的情况下在医院拍摄或录制。但是，有时拍照、拍摄或录制可能会影响您的护理，侵犯其他患者的隐私或侵犯我们员工的隐私。

只要您不对员工或任何其他患者或访客进行拍照、拍摄或记录，您就不需要在医院中对自己或所爱的人进行拍照、拍摄或记录的许可。这包括录制附近任何人的声音或图像。

您可以拍摄，拍摄或记录临床护理，例如婴儿的出生，前提是您获得了参与临床护理的所有员工的许可。如果他人要求，您必须停止拍摄、拍摄或录制。

请勿在网上或任何社交媒体(Facebook, Instagram, Twitter等)上发布任何有关女性员工材料。

如果您不确定何时适合拍照，拍摄电影或录制，请咨询员工。

电话



外界来电者可致电

(03) 8345 3030查询病人情况，以拨打您的床旁电话。他们可以要求操作员与患者交谈并提供您的姓名。接线员随后将呼叫转接至您。

您可以在住院期间使用手机，但请与任何医疗设备保持一米距离。使用手机或平板电脑时，请考虑他人。

底楼的妇女接待中心提供免费的电话充电设施。底层大堂设有付费电话。

出院时间

每天两个出院时间：

- 晨间出院：
早9.30
- 下午出院：
下午3.30





您的护理

我们为什么要确认您的身份？

妇产科医院致力于确保您的安全。

为此，我们需要确认您的身份，以确保您或您的宝宝安全并得到正确的治疗。为此，我们将在您住院期间多次检查您的身份。

每次我们都会检查您或您的宝宝的以下情况：

- 全名
- 地址
- 出生日期。

然后，我们将和以下您的信息进行对比确认：

- 健康记录
- 患者标识带 (腕带)。



您可以做什么

- 如果您或您婴儿的姓名、地址或出生日期不正确或已更改, 请告知我们。
- 如果出现不正确的情况, 或者您听到有错误信息, 请立即与您的护士联系并告知此事。

我们的电子病历系统允许您在病历中添加您偏好或选择的姓名和性别身份。添加后, 在您住院期间, 您的医疗团队将尽力使用您选择的姓名。

有时, 我们可能仍需要使用您的法定姓名(您的法定身份文件上的姓名)。例如, 我们必须使用您的法定姓名才能安全地识别患者身份。



Interpreter

您需要翻译吗?

您可以随时要求翻译, 包括手语翻译。请让我们的工作人员为您安排。

移交您的健康信息



在您住院期间, 许多不同的工作人员都参与您的护理, 包括医生、产士、护士、药剂师和辅助医疗人员。

所有这些员工都可以看到您的健康信息。当员工分享有关您的信息时, 这称为临床移交。

交接有时在您的床边进行。

如果您愿意, 我们将邀请您和您的伴侣在场。这是一个确认信息和提出有关护理问题的好机会。如果您不想在床边讨论您的护理事宜, 请告知员工。

如果信息或说明不清楚或让您感到困惑, 您可以询问:

- 以便为您写下信息
- 当您有家人或看护者在场时, 让医护人员重复这些信息, 他们也可以提问
- 要求译员为您提供帮助。

如果讨论的任何内容不正确或您不理解, 请告知我们并要求解释。



请告诉我们您服用的药物

药物是治疗的重要组成部分。当您入院时，我们会询问您服用了哪些药物。了解您的药物将有助于我们对您的护理做出正确的决定。

重要的是要告知我们您服用的所有药物。这些包括处方药和非处方药、维生素和自然疗法。请告诉我们您服用哪些，以及哪些药物起作用。

请告诉我们您是否正在使用：

- 从药剂师取药物或在超市买的
- 液体药物如咳嗽糖浆
- 天然疗法，如草药和酊剂
- 维生素
- 药膏或药贴
- 吸入器
- 女性卫生用品
- 注射
- 滴眼液、滴耳液或鼻喷雾剂
- 任何其他药物或物质。

您还可以使用健康中心 (Health Hub) 告诉我们您服用的药物以及是否有过敏。有关Health Hub的更多信息，请参阅 [第16页](#)。

为了帮助管理您的药品：

- 把您所有的药物带到医院。
- 保存一份更新的药品清单，并在您入院时给医疗人员看。
- 回家前，请要一份更新的药品清单。这会帮助您的家庭医生和药剂师。
- 请告诉我们您是否对药物有过敏或不良反应。
- 在医院时，不要担心，您可以问服用的是什么药物，为什么要服用。

您所在医院的药剂师会定期检查您的药物图表，并与您的医生合作，确保处方药物适合且安全。如果您出院并需要药物，您将获得有关每种药物的信息。

请向员工出示您当前的医保卡以及任何其他优惠卡，例如养老金或医疗卡、DVA卡、您当地药房的安全网授权卡。



药房(1层):

周一至周五: 早上8:30-下午5:00

周六: 早8点至晚8点

您将需要支付任何需带回家的药物。这些费用可在出纳处(底层)支付。



预防感染

任何接受医疗保健的患者都有感染的风险,无论是通过侵入性手术还是由疾病造成的。我们的医院员工接受过培训以使用有效策略降低这种风险。

患者和访客也要帮助医院预防感染。

预防感染的最佳方法是确保双手清洁。即使手看起来很干净,在医院时也应使用含酒精的擦手液(手凝胶)。如果手看起来很脏,应该用肥皂和水清洗干净。

您应每次清洁双手:

- 去卫生间后
- 在接触食物或进食之前
- 打喷嚏、咳嗽或扔掉纸巾后
- 在接触眼睛、鼻子或嘴之前
- 触摸敷料之前和之后。

为保护每个人,访客或护理人员必须:

- 如果他们有感到不适,请不要探访;有感冒、皮疹、呕吐或腹泻



- 首次进入,进入患者区域和离开时,请使用酒精洗手液
- 请遵循要求采取的任何特殊预防措施。有时访客可能会被要求戴上口罩或医用长袍。这可能是为了保护他们或您
- 不要触摸伤口包扎处,点滴药,或病床周围的其他设备。

如果您或您亲人有任何点滴或排液管,医护人员会解释使用的原因,哪些额外的护理,以防止感染,以及何时可以停止使用。此外,亦会提供有关伤口护理的信息。

我们的工作人员很有愿意回答您问到“您是否清洁过双手”。



如果您需要输血

输血是指将一个人的血液转给另一个人。在极少数情况下由于您的病情或您正在接受的治疗，您可能需要输血。

在您同意输血之前，请询问您为什么需要输血，以及有什么好处和风险。如果您不明白为什么需要输血，不要害怕问问题或更多的信息。

澳大利亚的血液供应极其安全。所有捐献的血液都经过血液传播疾病的检测，如艾滋病毒、肝炎和梅毒。输血感染任何类型感染的风险非常低。

大多数接受输血的人没有任何副作用，任何反应通常是温和的。

最常见的输血反应是：

- 发热
- 皮疹
- 瘙痒。

在极少数情况下，严重反应可能危及生命。如果您曾经输血后有反应。请记得告诉您的医生。

为了让您的输血可以尽可能安全，工作人员将遵循严格的程序。这涉及到确认您的身份。

系统将要求您提供全名和出生日期，并且每次都会检查您的身份识别带：

- 在输血之前
- 会取一份您的血液样本。

缓解疼痛

手术后或孩子出生后的严重疼痛曾经是人们认为他们必须忍受的。随着新方法的可用性的疼痛缓解,良好的疼痛缓解可以帮助您:

- 痊愈过程种,更加舒适
- 更快地恢复,也许更快出院。

这是非常重要,疼痛是可以得到控制的。

涉及哪些人?

医疗保健专业人士可能会与您商量来控制您的疼痛。他们有护士、助产士、医生、药剂师和理疗师。

妇产科院内还设立了一个急性疼痛服务(APS),由一组护士、助产士和麻醉师组成,他们具有治疗急性疼痛的专门知识和经验。

您自己也是管理疼痛很重要的一部分。只有您清楚自己的感受,所以您才最佳人选,决定是否需要更多的缓解疼痛的药物。

您有疼痛时,请告知护士、助产士或医生,他们可以找出导致疼痛的原因,并选择最好的缓解和治疗方法。

会有多痛?

有几种方法可用于评定或描述您的疼痛

- **在1到10之间打分**。没有疼痛被评分为0,最严重的痛苦是10
- 将您的疼痛评定为**无疼痛、轻度疼痛、中度疼痛、重度疼痛**
- 描述您的**疼痛类型**。疼痛的一些词包括剧痛、灼热、针扎痛、痉挛、闷痛、燃烧感、麻木、射痛、刺痛、酸痛、阵痛。

如果在服用止痛药后,疼痛没有消失,那么告诉护士,助产士或医生是非常重要的。在一天中的不同时间点,您可能需要更多的止痛药,例如在淋浴或进行物理治疗锻炼时。



如果您已服用所有处方止痛药,但仍感到疼痛,请咨询您的医生。在看医生后仍然疼痛,您可以要求到急性疼痛服务(APS)看医生。



预防摔倒

病人摔倒的风险会偏高。当您在以下情况下更容易摔倒：

- 身体不适
- 血压低
- 正在服用某些药物
- 怀孕
- 刚刚生下了孩子
- 有全身麻醉，硬膜外麻醉或脊髓麻醉
- 刚做完手术
- 卧床了一阵子
- 在陌生的环境
- 视力不佳。

有几种方法可以避免摔倒

- 请始终穿着带有支撑性的，平底的，防滑的鞋子或拖鞋(不要穿袜子或长袜走路)。
- 将眼镜和助行器带到医院来。
- 告诉医护人员地上有哪些障碍物，或者散落物品。
- 确保您可以轻松地找到您的呼叫按钮。
- 晚上，请在起床前开灯。
- 从椅子上站起来或起床时慢慢来。

以下信息特别适用于刚刚分娩后，有硬膜外麻醉或脊柱麻醉，必须长时间卧床或失血过多的患者。

- 起床前，请与您的护士或助产士确认。
- 当您起床时，请让工作人员帮助您。
- 当您要去淋浴时，使用淋浴椅坐下来。
- 在硬膜外麻醉或脊髓麻醉后，请等待直至您的腿部感觉和力量完全恢复，然后再尝试站立或行走。
- 如果您的脚不稳，请告知员工。

如何防止宝宝跌落：

- 将您的宝宝放在您床旁的婴儿床里，躺着的姿势。
- 当宝宝在易换台上或床上时，请看好宝宝。
- 如果您有困倦感或者服用了强效的药物来缓解疼痛时，请把宝宝放在婴儿床里。
如果您抱着宝宝入睡，宝宝可能会从您的手臂上掉下来。



您或您的宝宝不舒服吗？

如果您觉得自己身体不适或您注意到宝宝生病了，请立即告知工作人员或拨打护士/助产士的呼唤铃。

如果没有反应，您仍然感到不适或担心您自己或宝宝的健康，请拨打您的床头电话2999。

更有经验的工作人员将对您进行回复和评估。

如果您是访客，并且您注意到患者的健康状况正在恶化，请告知员工。



如果您的宝宝出现以下情况，请立即告知护士、助产士或医生：

- 停止呼吸或变为肤色发蓝
- 抽风/痉挛/抽搐
- 无法唤醒
- 没有注意到响亮的噪音，明亮的光线照在他们的眼睛或轻微的捏他们手臂上没有反应时。

如果您的宝宝出现以下情况，请通知护士、助产士或医生：

- 在 **生命的前24小时**：
 - 超过6小时未喂食
 - 没有尿湿和/或尿布没有大便
 - 皮肤呈黄色。

您还应该告诉医护人员您的宝宝是否：

- **手臂**、眼睛、腿部和身体的动作会出现抽搐或抖动
- **身体**、头部、颈部、手臂和腿部都是软弱无力的
- **呼吸** 急促，发出哼哼声
- **哭声** 不寻常（弱、高频、呻吟、或痛苦的哭声）
- **粪便**（粪便/排泄物）中有血
- **皮肤** 看起来非常苍白或变黄
- **腹部**（胃）或胸部底部每次呼吸时往内下陷
- **呕吐** 是呈浑浊或不牛奶或柠檬色或他们是呕吐很多

或者，如果您的直觉感受到有什么问题。



我们随时为您提供帮助

如果您很担忧,我们也会 会有同感



护士/助产士呼叫
系统(绿色)

按呼叫按钮

或



与员工交谈

如果您还在担心

拨打 2999



压力性损伤

当您长时间坐着或躺在同一姿势时,可能会形成压力性损伤(也称为褥疮或溃疡)。

有可能在身体任何部位产生压力性损伤,但更有可能得到骨头多和垫子较少的地方,例如:



图由新南威尔士州
压力损伤预防临床卓越委员会提供

长褥疮,或产生压力性损伤的早期迹象包括:

- 刺痛和/或麻木
- 疼痛。

如果您遇到这些症状,请让您的护士知道。

如何防止压力性损伤

- 多动、多动、还是多动
 - 无论您是躺在床上还是坐在椅子上,保持活动并经常改变姿势,这是避免压力性损伤的最佳方法。
 - 如果太酸痛或无法移动,请告知医护人员。
 - 特殊设备,如空气床垫、垫子和医用靴子可以用来降低特定部位的压力。
- 照顾好您的皮肤
 - 保持皮肤和床上用品干燥。如果您的衣服或床上用品潮湿,请通知工作人员。
 - 使用温和的肥皂,给干燥的皮肤保湿滋润。
- 膳食保持健康营养。

预先护理计划

如果您非常不适,并且无法将您受到照顾偏好传达给他人,那么您会希望谁替您说话呢?您希望他们做出哪些医疗保健决策?

在预先护理计划或指导中写下您的价值观和偏好,是让人们知道对您最重要的事情的好方法。

有关预先护理计划的更多信息,请咨询我们的员工。如果您已经有《预先护理指令》,请通知员工并提供一份副本。



我的医护权利

这是《**澳大利亚医护权利章程**》第二版。

这些权利适用于澳大利亚所有医护服务场所内的任何人士。

此《章程》规定了您本人或您所照顾的人在接受医护服务时可预期的待遇。

我有权:

使用

- 满足我要求的医护服务与治疗

安全

- 获得达到全国标准的安全优质的医护服务
- 在令我感到安全的环境下得到照顾

尊重

- 作为个体获得尊重,并不失尊严
- 我的文化、身份、信仰以及选择获得承认与尊重

合作伙伴关系

- 提问并参与坦诚布公的沟通
- 在我选择及能力所及的范围内,与我的医护服务提供者一起做决定
- 选择由谁参与计划与决策程序

信息

- 清楚了解有关本人病况、各种测试及治疗的潜在好处和风险信息,以便我能在知情的情况下表示同意
- 获得有关服务内容、等待时间以及费用等的信息
- 在需要的时候能够获得协助,以帮助本人理解及使用医护信息
- 要求获得本人的健康资料
- 如果在医护过程中出现差错,我应被告知,并获得有关差错如何发生、对我有何影响以及正采取什么措施确保治疗安全等的信息

私隐

- 我的个人私隐受到尊重
- 我的个人资料与健康信息得到安全保密的处理

提出反馈意见

- 提供反馈意见或提出投诉,而不会影响我的待遇
- 我的顾虑获得透明及时的处理
- 分享我的体验并参与改善医护服务的质量



2019年7月出版

AUSTRALIAN COMMISSION
ON SAFETY AND QUALITY IN HEALTH CARE

如需获得更多信息,
请向职员查询或浏览网站:
safetyandquality.gov.au/your-rights



您的权利

作为女性患者，您有权：

- 投诉
- 受到尊重和有尊严的对待
- 在安全的环境中接受治疗和护理
- 保护您的个人信息和健康信息的隐私和机密性，法律允许披露的情况除外
- 询问有关您的状况和治疗方案的问题或寻求第二个意见
- 参与有关治疗或护理的决策
- 拒绝治疗和服务
- 如有可能，请安排一名支持人员陪伴您
- 请一名翻译
- 获得对文化敏感的服务
- 选择作为公共或私人病人接受治疗
- 查看您的健康记录，并要求更正错误信息。

尝试：

- 告诉负责照顾您的团队您的需求
- 如果您有问题，请告诉员工
- 了解您的治疗方法，如果不清楚，请提问
- 为员工提供有关您的健康和当前治疗的准确信息
- 如果您的病情发生变化，请告知医院工作人员
- 为员工和其他患者着想，并要求探访人员也这样做。

知情同意

每当您或您的宝宝需要接受治疗时，通常会要求您给予同意。您可能会被要求签署表格或口头同意。

知情同意是指您了解自己的状况并同意正在提供给您的治疗。

在您同意之前，请确保您完全理解：

- 为什么您或您的宝宝正在进行治疗或程序
- 所涉及的内容
- 任何治疗或手术的风险，以及未接受治疗的风险和替代方案。

如果您需要翻译，请向我们要求。

您有权提出问题，要求第二意见，您也可以拒绝治疗。

- 如果您不理解医疗团队给您的信息，让他们再次解释。
- 您还可以要求书面信息，以便您与他人讨论，并在制定决定时用于参考。
- 向员工重复他们对您说过的话。这将帮助他们知道您是否理解他们的建议。

很难“完全了解”您或您的宝宝的程序或治疗方法。掌握一些信息可能会帮助您感到更放松，并参与有关您或您的宝宝护理的决策。



请告诉我们您的想法

表扬、投诉、反馈、建议

我们欢迎您对您在妇产科医院护理的各个方面提出正面和负面的意见。这有助于我们不断提高护理的质量和安全性。

我们的目标是始终为患者提供尽可能好的护理。如果您的体验不满意，您有权表达您的疑虑或提出投诉。

无论您有多大或多小的投诉或疑虑，请与护理您的医护人员进行讨论。

通常，问题可以立即与您的护理团队解决。如果没有，并且您需要进一步的帮助，您、您的伴侣或您的支持人员可以联系我们的客户联络团队。

联系消费者联络主任

您可以在住院时,或回家后联系消费者联络主任。

您可能需要几周或几个月的时间来决定是否愿意表扬,提出投诉或表达您的疑虑。消费者联络官会在您准备就绪时随时倾听您的意见。

联系方式

周一至周五:

上午9:00-下午4:00 (底层) 不包括公共假日

电话 [\(03\) 8345 2290](tel:(03)83452290)

或 [\(03\) 8345 2291](tel:(03)83452291)

电邮 Consumer.Liaison@thewomens.org.au

当我联系消费者联络团队提供反馈时会发生什么情况?

消费者联络主任可通过以下方式为您提供支持:

- 讨论您的任何疑虑,其中可能包括一项服务、员工、护理或治疗方面的问题,这些都是保密的
- 调查您的问题
- 帮助您解决问题。

如果您提出投诉,请务必了解:

- 详细信息不包括在您的医疗记录中
- 它不会影响您的护理或治疗
- 不会感到不受欢迎
- 只与相关工作人员讨论问题
- 调查您的反馈的方式将始终首先与您讨论。

如果我仍然不满意,我该怎么办?

问题通常在何时何地发生时得到最好的解决。如果您对我们的回应不满意,健康投诉专员是一个独立的机构,任何人投诉维多利亚的健康服务提供商。

电话 [1300 582 113](tel:1300582113) (免费)

在线 hcc.vic.gov.au/





出院回家

离开医院前, 请确保您有:

- 所有物品
- 您所有的药物
- 您可能带来的任何X射线或超声波
- 您的下次预约预订
- 如果需要一份医疗证明。

我们会给您

- 一封关于您入院的信给您的家庭医生。
- 回家前更新药品列表。

需要更多信息?

询问您的助产士或护士是否有书面信息可帮助您了解您的病情或治疗情况。

您还可以查询我们的网站, 在这里您可以找到有关一系列健康主题的信息。

thewomens.org.au/health-information

如果您有过手术

从大手术中恢复所需的时间因人而异。我们预计这将需要六至八个星期。

注意感染的迹象

虽然感染是罕见的,但以下症状可能是感染的迹象:

- 突然浑身发热或出汗
- 体温高达38°C以上
- 突然开始的疼痛,非处方止痛药不能缓解。

如果您遇到任何这些症状,或您担心的其他方面的健康状况,咨询您的全科医生或前往妇产科急救中心。



带新生儿回家

如果您担心自己或担心宝宝出了问题:

- 每周7天,每天24小时拨打母婴健康热线 [13 22 29](tel:132229)
- 24小时值班护士
电话: [1300 60 60 24](tel:1300606024)
- 请咨询您家庭医生(GP)
- 到医院急诊科就诊。

如需紧急援助,请致电
[000](tel:000)



健康饮食可以帮助恢复

健康饮食十分重要，尤其是在怀孕和哺乳期间、手术后恢复或身体不适、进食量不能满足身体的需求。

这些提示可以帮助：

- 注意您的营养有危险的迹象。这些包括食欲下降、进食时感到乏味，食量变小，注意到您的衣服变松或已经体重下降。
- 每天吃各种各样的食物。包括肉类或替代品，如鱼类、鸡肉或豆类、乳制品、全麦、水果和蔬菜。
- 如果食欲不好，可以一天多餐少食。
- 如果您在医院的膳食方面不适应，请寻求帮助。我们的营养师可以提供额外的帮助，如果您的食物摄入量较差，可能会建议特殊的补充药物。

- 如果您刚刚产下宝宝，营养会对宝宝的健康和发展起着重要的作用。
- 和您全家一起选用营养膳食。尽可能多地一起吃饭，包括各种各样的食物，并让您的孩子参与膳食计划，以便他们对自己的食物感兴趣。



这并不总是容易的。生活可能是忙碌和压力重重，可能很难使健康饮食作为优先考虑，特别是如果经济困难，或者没有固定的住所。

如果这是您遇到的问题，请告知我们。我们可以提供准备简单饮食菜谱，一些精打细算的方法，如果您需要，我们会联系其他支持服务。



参与到我们的工作中

参与到我们的工作种——我们很乐意收到您的消息。

参与

我们邀请您通过以下方式参与其中：

- 成为我们的委员会、工作组和焦点小组的成员
- 帮助我们发展和审查已有的健康信息
- 通过在线调查提供反馈。

如果您有兴趣与我们合作，请联系社区参与协调员。

T (03) 8345 3983

E [community.engagement@
thewomens.org.au](mailto:community.engagement@thewomens.org.au)

志愿人员

妇产科医院的志愿者致力于为我们的患者及其家人创造卓越的体验,在最需要的时候提供他们的技能和能量。

作为女性志愿者,您将以您的知识、热情、同情心和慷慨来补充我们的临床和支持服务。

如需了解更多信息,请联系志愿者计划主管

电话 (03) 8345 2078

电邮 volunteers@thewomens.org.au

在社交媒体上找到我们

 The Royal Women's Hospital

 @theroyalwomens (Instagram)

 @thewomens (推特)

妇产科医院以英语和其他社区语言提供一系列健康信息。有关信息可在官网上查阅:

thewomens.org.au

语言链接

በርስዎ ቋንቋ መረጃ ለማግኘት በድረገጻችን ላይ ይጎብኙ

للحصول على المعلومات بلغتكم زوروا موقعنا الإلكتروني

用您說的語言瞭解詳情，請瀏覽我們的網站

Για πληροφορίες στη γλώσσα σας επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας

अपनी भाषा में जानकारी प्राप्त करने के लिए हमारी वेबसाइट पर जाइए

Per informazioni nella vostra lingua visitate il nostro sito web

Macluumaad intaas ka badan oo af Somali ah booqo websaytkayaga

Kendi dilinizde bilgi almak için web sitemizi ziyaret edin

Để biết thông tin bằng ngôn ngữ của quý vị, hãy truy cập trang mạng của chúng tôi

thewomens.org.au

妇女的健康很重要。
阅读我们的健康信息。

请登录：

thewomens.org.au



the women's
the royal women's hospital
victoria australia