

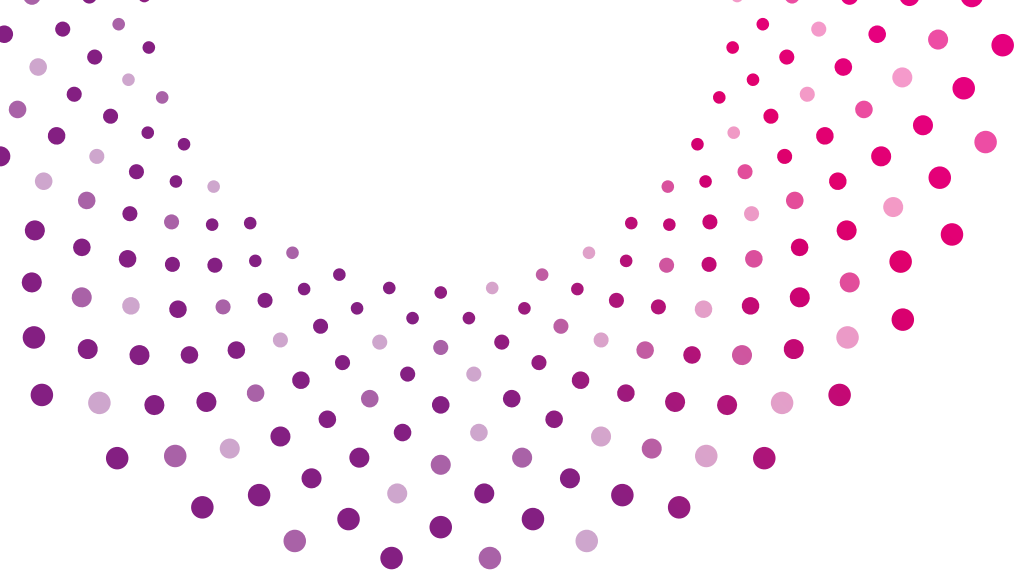
Turkish

Women's Hastanesinde Kalışınız



the women's
the royal women's hospital





Geri bildirim

Royal Women's Hastanesi, kadınlar ve aileleri için yararlı sağlık bilgileri geliştirmeyi amaçlar. Yorumlarınızı her zaman bekleriz. Bu kitapçıkla ilgili bize söylemek istediğiniz herhangi bir şey olursa lütfen rw.h.publications@thewomens.org.au e-posta adresinden Women's Hastanesine ulaşın.

Ayrıca yorumlarınızı bu adrese gönderebilirsiniz:

Women's Consumer Health Information
Royal Women's Hospital Locked Bag 300
Cnr Grattan St and Flemington Rd
Parkville VIC 3052

Yasal Uyarı

Bu kitapçık yalnızca genel bilgiler sunar. Sağlık bakım ihtiyaçlarınız veya bebeğinizin sağlık bakım ihtiyaçları için belirli konularda tavsiye almak istiyorsanız sağlık görevlinizden tavsiye istemelisiniz.

Royal Women's Hastanesi, sağlık görevlisine danışmak yerine bu kitapçığı dayanak kabul etmenizden doğabilecek kayıp ve zararlarla ilgili sorumluluk kabul etmez. Sizin veya bebeğinizin acil tıbbi müdahaleye ihtiyacı olursa lütfen en yakındaki acil servise başvurunuz.

© Royal Women's Hastanesi, 2015–2022. 3. Sürüm, 2022.

Geleneksel Sahiplerin Tanınması

Royal Women's Hastanesi, Parkville ve Sandringham tesislerimizin bulunduğu toprakların Geleneksel Sahipleri olan Kulin Uluslarının Boonwurrung ve Wurundjeri halklarını tanıır ve saygılarını sunar; ayrıca geçmişteki, günümüzdeki ve gelecekteki Âkil kişilerine saygılarımızı sunarız.

Sorular veya düşünceler

Sağlık bakımı ekibinizle konuşmak isteyebileceğiniz soru veya düşüncelerinizi buraya yazabilirsiniz. Tedavinizle, işleminizle veya ameliyatınızla ilgili sorular sormak isteyebilirsiniz. Aldığınız ilaçlar, bebeğinizin bakımı veya bebeğinizle ilgilenen ekiple ilgili sorularınız var mı? Sorularınız varsa lütfen bize iletin.

İçindekiler

Hoş geldiniz	6
Women's Hastanesine Ulaşım	8
Women's Hastanesinde Ne Nerede	10
Women's Hastanesinde Hizmetler	12
Aborjin ve Torres Boğazı Adalı kadınlar ve aileleri	12
Akıl sağlığı hizmetleri	13
Aile içi şiddet desteği	13
Spiritüel (ruhsal) bakım, oturma alanları ve sessiz alanlar	14
Women's Hastanesi Karşılama Merkezi	15
Çocuk Bakımı ve Erken Dönem Öğrenim Merkezi	15
Zemin kat yiyecek ve alışveriş alanı	16
Sağlık Merkezi	16
Hastanede kalışınız	17
Tercümana ihtiyacınız var mı?	17
Kişisel eşyalar	17
Ziyaret saatleri	18
Yemekler	18
Yatak başı üniteniz	19
Görsel işitsel kayıt	20
Telefon	20
Taburcu olma saatleri	20

Bakımınız	21
Kim olduğunuzu neden teyit ediyoruz?	21
Sağlık bilgilerinizin devri	22
Bize ilaçlarınızı söyleyin	23
Enfeksiyonun önlenmesi	24
Kan nakline ihtiyaç duyarsanız	25
Ağrı yönetimi	26
Düşmelerin önlenmesi	27
Siz veya bebeğiniz rahatsızlanıyor musunuz?	28
Bası yaraları	30
Bakımın önceden planlanması	30
Sağlık bakımı haklarınız	31
Bilgiye dayanan rıza	32
Bize ne düşündüğünüzü söyleyin	33
Övgü, şikâyet, geri bildirim, öneri	33
Eve dönüş	35
Women's Hastanesine Katılın	38



Hoş Geldiniz

Tüm hastalarımıza en yüksek standartta hizmet, bakım ve deneyim sağlamayı taahhüt ederiz. Herhangi bir sorunuz veya endişeniz olması halinde lütfen çalışanlarımıza iletin. Size yardım etmekten memnuniyet duyarız.

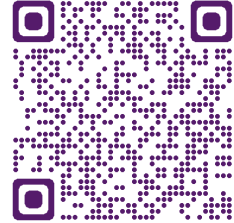
Bu kitapçık hakkında

Women's Hastanesi, hastaların kendi bakımlarına katılmasının ve anlaşılır iletişim sağlamanın önemini bilir. Bu kitapçık, Royal Women's Hastanesinde verilen bakım ve hizmetlerle ilgili bilgiler sunmayı amaçlar.

Women's Hastanesiyle ilgili daha fazla bilgi için

Women's Hastanesi internet sitesine kolayca erişmek için karekodu tarayın:

thewomens.org.au



Vizyonumuz

Kadınlar ve bebekler için daha sağlıklı bir gelecek yaratmak

Stratejik Yönelimlerimiz



Kadınlar ve yenidoğanlar için önde gelen bakım sağlarız



Her gün olağanüstü deneyimler yaratmak için ortaklık kurarız



Çalışmak, öğrenmek ve katkıda bulunmak için en iyi yeri sunarız



Değişikliğe etkide bulunmak için yol gösterir ve ortaklık kurarız

Beyanımız

Sosyal sağlık modeline bağlıyız
Hayatın her alanından kadına bakım sağlarız
Cinsiyetin ve toplumsal cinsiyetin sağlığı ve sağlık bakımını etkilediğini biliriz
Kadın sağlığında söz sahibiyiz
Sağlıkta eşitliğe ulaşmaya çalışırız

Değerlerimiz



Cesaret



Tutku



Keşfetmek



Saygı



Women's Hastanesine Ulaşım

Women's Hastanesi, Parkville'deki Flemington Road ve Grattan Street'in köşesindedir.

Parkville'de trafik değişiklikleri

Hastanenin bulunduğu bölgede yapılan Metro Tüneli Projesinin parçası olan Parkville İstasyonunu inşa etmek için büyük çaplı çalışmalar devam etmektedir. Grattan Street şu anda Royal Parade ile Leicester Street arasında kapalıdır. Parkville İstasyonunun 2025 yılında açılması planlanmaktadır.

Bu büyük çaplı çalışmanın, Women's Hastanesinde kalışınızı nasıl etkilediğiyle ilgili daha fazla bilgi almak için lütfen bu adresi ziyaret edin: metrotunnel.vic.gov.au/construction/parkville



Toplu ulaşım

Women's Hastanesine giden pek çok toplu ulaşım seçeneği arasında hastaneye kısa bir yürüyüş mesafesine kadar getiren çeşitli hatlarda çalışan tramvay ve otobüs durakları vardır.

Tren, tramvay ve otobüs hatları ve sefer saatleriyle ilgili bilgi almak için [1800 800 007](tel:1800800007) numaralı telefonu arayın veya ptv.vic.gov.au/timetables adresini ziyaret edin.



Taksi

Grattan Street'te, Royal Melbourne Hastanesi'nin önünde bir taksi durağı bulunmaktadır.



Park

Women's Hastanesinin ana binasında sınırlı sayıda yeraltı otoparkı bulunmaktadır. Buraya, Flemington Road otopark girişinden ulaşılabilir.

Otoparktaki asansörler sizi ana karşılama alanına, ayakta hasta hizmetlerine veya özel danışma odalarına götürür. Otopark, Wilsons Parking tarafından işletilir ve her gün 06.00–21.00 saatleri arasında açıktır.

Daha fazla bilgi için:
wilsonparking.com.au/park/3244 Royal-Women

Hastaneye gelenleri bırakmak ve hastaneden çıkanları almak için yalnızca alt katta ve Flemington Road üzerinde az sayıda kısa süreli (30 dakikalık) park alanı bulunur.

Hastanenin çevresindeki sokaklarda sınırlı sayıda ücretli park yeri bulunur. Kısıtlamaları öğrenmek için tabelaları kontrol edin.

Bisiklet parklarına hastanenin ana girişinden (Grattan Street) ve Acil Servis girişinden (Flemington Road) ulaşılabilir.



Erişilebilirlik

Otoparkımızın B1 katında engelli ziyaretçiler ve hastalar için ayrılmış bir dizi park yeri bulunmaktadır. Ayrıca alt katın girişinde hastaneye gelenleri bırakmak ve hastaneden çıkanları almak için küçük bir alan bulunur.

Tekerlekli sandalye erişimi, hastanenin Grattan Street'te bulunan ana girişinde (zemin kat) ve Flemington Road'daki Women's Hastanesi Acil Servisi girişinde (alt kat girişi) bulunur.

Women's Hastanesinde Ne Nerede



Alt kat

- Acil Servis ve Hasta Kabulü
- Otopark girişı
- Halka açık tuvaletler



Zemin kat

- Resepsiyon/Bilgi bankosu
- Women's Hastanesi Karşılama Merkezi
- Kutsal Alan
- Badjurr-bulok Wilam
- Women's Hastanesi Danışma ve Destek Hizmetleri
- Tüketici İrtibatı
- Çocuk Bakımı ve Erken Dönem Öğrenim Merkezi
- Alışveriş ve yiyecek alanı
- Halka açık tuvaletler
- Ücretli telefon



Kat 1

- Women's Hastanesi Sağlık Klinikleri ve Gebelik Klinikleri
- Gebelik Gündüz Bakımı
- Ebeveyn Odası
- Pauline Gandel Women's Hastanesi Görüntüleme Merkezi
- Hastane hastaları için eczane
- Patoloji
- Fizyoterapi
- Beslenme ve Diyet
- Halka açık tuvaletler



Kat
2

- Üreme Hizmetleri
- Women's Hastanesi özel danışma odaları
- Frances Perry House özel danışma odaları
- Halka açık tuvaletler



Kat
5

- Women's Hastanesi Sağlık Koğuşu – 5 Kuzey
- Karmaşık Bakım Birimi
- Erken Dönem Gebelik Değerlendirme Merkezi
- Halka açık tuvaletler



Kat
3

- Doğum Merkezi ve Değerlendirme Merkezi
- Günübirlik Cerrahi



Kat
6

- Frances Perry House özel hastanesi



Kat
4

- Doğum Servisleri
- Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi
- Emzirme Servisi
- Hastane bahçesi avlusu
- Halka açık tuvaletler



Kat
7

- Women's Hastanesi Araştırma Bölgesi
- France Perry House özel hastanesi
- Melbourne Üniversitesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Bölümü
- Halka açık tuvaletler

Wurundjeri
ve
Boonwurrung
Toprakları



Women's Hastanesinde Hizmetler

Aborjin ve Torres Boğazı Adalı kadınlar ve aileleri

Badjurr-Buluk Wilam (Wurundjeri Halklarının Woiwurrung dilinde 'Kadınların evi' anlamına gelir), kendilerini Aborjin ve/veya Torres Boğazı Adalı olarak tanımlayan hastalar ve onların ailelerinin ziyaret edebileceği bir yerdir. Yerli eşleri olan Yerli olmayan hastaların da destek almak için Badjurr-buluk Wilam'ı ziyaret etmeleri teşvik edilir. Bu destekler arasında hastane hizmetlerine, bilgiye, hizmetlere sevke ve pratik yardıma erişim bulunabilir.



Badjurr-Buluk Wilam, sizin ve ailenizin oturabileceği, sohbet edebileceği ve dilerseniz Aborjin ve Torres Boğazı Adalı İrtibat Görevlisiyle (AHLO) çay içebileceğiniz bir dinlenme alanı sağlar. Badjurr-Buluk Wilam zemin katta, hastanenin ana girişinin hemen yanındadır.

Akıl sağlığı hizmetleri

Women's Hastanesinde mevcut hastalarımız için değerlendirme ve tedavi seçenekleri sunan bir akıl sağlığı ekibimiz vardır.

Aşağıdaki konularda akıl sağlığı servisimize sevk verilebilir:

- önceden var olan bir akıl hastalığı
- hamilelik veya doğumla ilgili anksiyete veya depresyon
- yeni doğan bebeklerle bağ kurma sorunları
- aşağıdaki konularla ilgili destek ve danışmanlık:
 - önemli sağlık sorunları
 - menopozun da aralarında olduğu kadın sağlığı problemleri (jinekoloji)
 - yaşlanma.

Akıl sağlığı ekibimiz, çeşitli bireysel ve grup tedavileri sunmaktadır.

Psikiyatri ve psikoloji bölümlerindeki ayakta hasta hizmetleri genellikle Gebelik ve Kadın Sağlığı Kliniklerinde verilir. Tele-sağlık randevuları da alınabilir.



Aile içi şiddet desteği



Women's Hastanesinde aile içi şiddetin önlenmesi, tespit edilmesi ve aile içi şiddete yanıt verilmesi için çalışanlarımızı desteklemeyi amaçlayan bir dizi kaynak, hizmet ve bilgi vardır.

Sizi desteklemeye hazırız.

Lütfen alışanlarımıza sorun veya internet sitemizi ziyaret edin: thewomens.org.au/health-information/violence-against-women

Spiritüel (ruhsal) bakım, oturma alanları ve sessiz alanlar

Women's Hastanesinde Spiritüel Bakım ücretsiz, gizliliğe dayanan bir hizmettir. Bu hizmet tüm hastalara, ailelerine ve arkadaşlarına, ayrıca hastanemizdeki çalışanlara duygusal ve spiritüel destek sunar. Çeşitli geleneklerin temsilcileri hazır bulunabilir. Bu temsilciler zaman zaman değişebildiğinden lütfen spiritüel bakım ekibimizden birine hangi temsilcilerin hazır bulunduğunu sorun.

İletişim bilgileri

Pazartesi'den cumaya
08.30–16.30 (Zemin kat)

T [\(03\) 8345 3016](tel:0383453016)

Kutsal Alan

Women's Hastanesinde, hastaların ve ailelerin düşünme ve dua için kullanabilecekleri farklı inançların ortaklaşa kullandığı iki adet Kutsal Alan bulunur. Kutsal metinlerin yanı sıra düşüncelerinizi kaydedebileceğiniz bir dua günlüğü de bulunur. Spiritüel bakım ekibinden biri, isteyen ziyaretçilerin mum ve tütsü yakmasına yardımcı olabilir. Bir araya gelmek isteyen aileler ve çalışanlar için anma etkinlikleri düzenlenebilir. O hafta geçerli olan faaliyetleri görmek için (zemin katta) koridor girişindeki bildirim panosuna bakınız.

Oturma alanları

Hastanenin iç avlusunun etrafında ve ana girişinin yakınında (zemin katta) rahat pek çok oturma alanımız bulunur.



Emzirme odaları

Women's Hastanesi bebek dostu bir hastanedir ve nerede, ne zaman rahat ediyorsanız orada emzirmenizi teşvik ederiz. Ayrıca, Gebelik Kliniklerinin yakınında (1. Kat) ziyaretçilerin ve hastaların kullanabileceği emzirme odaları da bulunmaktadır.

İç bahçe avlusu

Hastalar ve ziyaretçilerin kullanabileceği bir bahçe avlusu bulunmaktadır. Burada hastane ve çocuk odalarından uzakta biraz hava alma ve ara verme fırsatını bulabilirsiniz (4. Kattadır).



Women's Hastanesi Karşılama Merkezi

Karşılama Merkezi dinlenebileceğiniz, bebeğinizi besleyebileceğiniz, telefonunuzu şarj edebileceğiniz, kütüphanemize katılabileceğiniz veya kadın sağlığıyla ilgili yeni bilgiler edinebileceğiniz sıcak ve davetkâr bir alandır. Karşılama Merkezi ekibi hastaların, ailelerin ve diğer ziyaretçilerin hastanemize ve hizmetlerine ulaşmalarını ve istedikleri yere gidebilmelerini destekler.

HELLO

Karşılama Merkezi ekibi:

- İngilizce ve diğer dillerde kadın sağlığı sorunlarıyla ilgili bilgilerle ulaşmanıza yardımcı olabilir
- Ziyaretçilerin uzman kütüphanemizi kullanmaları için onları Merkeze yönlendirebilir. Dilerseniz kitapları ve DVD'leri inceleyebilir ve ödünç alabilir ya da bir broşür alabilirsiniz
- Doğum Eğitimi dersleri ve hastane [turlarına](#) kayıt yaptırmanıza yardımcı olabilir.



İletişim bilgileri

Pazartesi'den cumaya

09.00–17.00 (zemin kat)

T [\(03\) 8345 3037](tel:0383453037) veya [1800 442 007](tel:1800442007) (kırsal bölgelerden arayanlar için)

Çocuk Bakımı ve Erken Dönem Öğrenim Merkezi

Women's Hastanesinde randevularına gelen hastalar, 6 haftalıktan 6 yaşa kadar çocukları için geçici bakım hizmetinden yararlanabilir. Kontenjan sınırlıdır; bu nedenle önceden rezervasyon yapılması önerilir.

Çocuk Bakımı ve Erken Dönem Öğrenim Merkezi, çocuklar için güvenli bir ortamdır ve çocukların sağlığı, güvenliği ve esenliğini korumaya ve desteklemeye kararlıdır.

İletişim bilgileri

Pazartesi'den cumaya

09.00–17.00

(Zemin kat)

T [\(03\) 8345 2099](tel:0383452099)

E Childcare.Centre@thewomens.org.au



Zemin kat yiyecek ve alışveriş alanı

Bu alanda pek çok dükkân ve hizmet bulabilirsiniz. Bunlar arasında aşağıdakiler bulunur:

- Australia Post
- Eczane: ilaç ve hediyeler
- Kafeler: Zouki Kafeterya ve Isabella Café
- Bakkal: Gazete, dergi, hediyelik eşya, atıştırmalıklar ve şekerler
- Çiçekçi
- Çikolatacı
- Gönüllü bankosunda da kimi zaman hediye satılmaktadır.



Sağlık Merkezi

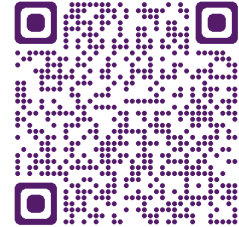
Sağlık Merkezi telefon, tablet veya bilgisayarınızdan ulaşabileceğiniz güvenli, kullanımı kolay ve etkileşimli bir platformdur. Hastaların:

- Yaklaşan randevu bilgilerine ulaşmalarına
- Randevularında değişiklik yapmalarına ve randevularını iptal etmelerine (bazı istisnalar geçerlidir)
- Son ziyaretleriyle ilgili bilgilere ulaşmalarına
- Test sonuçlarını bulmalarına (genellikle 4 gün içinde ulaşılabilir)
- Reçeteli ilaçlarını kontrol etmelerine ve yeniden reçete istemelerine
- Sağlık bakımı ekibinin bilgilerini görüntülerine
- Kendi adlarına Sağlık Merkezine ulaşmasını istedikleri kişiyi belirlemelerine olanak tanır.

Yakındaki bu hastanelerden bakım alıyorsanız da bu bilgilere ulaşabilirsiniz: Peter MacCallum Cancer Centre, Royal Melbourne Hospital veya Royal Children's Hospital.

Sağlık Merkezi uygulamasını ("Health Hub" app), App Store ve Google Play uygulama mağazalarından indirebilirsiniz.

Daha fazla bilgi için health-hub.org.au adresini ziyaret edin veya bu karekodu tarayın.





Hastanede kalışınız



Interpreter

Tercümana ihtiyacınız var mı?

Ana diliniz İngilizce değilse ve sağlık bakımı ekibinizle konuşurken yardım isterseniz size yardımcı olabilecek profesyonel tercümanlardan yararlanabilirsiniz.

Hastanede kalışınızı ayarlarken Auslan tercümanının da aralarında olduğu bir tercüman isteyin.

Tercüman isterseniz hemşirenize veya ebenize de söyleyebilirsiniz.

Kişisel eşyalar

Yanınızda az miktarda para bulundurmanızı ve değerli eşyalarınızı eve göndermenizi tavsiye ederiz. Bu mümkün değilse, değerli eşyalarınızı her zaman yanınızda taşıyın veya odanızdaki kilitli dolapta tutun.

Hastanede kalışınız sırasında kullanmak için yanınızda elektrikli ekipman getirdiyse lütfen hemşirenize veya ebenize haber verin.



Ziyaret saatleri



Women's Hastanesine ziyaretçi kabul edilir. Kısıtlamaları öğrenmek için internet sitemize bakınız.

- Ziyaret saatleri (genel): 14.30–20.00
- Eşler için ziyaret saatleri: 08.00–20.30

Hastalarımızın rahatlığı, sağlığı ve güvenliği için ziyaretçilerden ziyaret saatlerine uymalarını istiyoruz. Aileniz, arkadaşlarınız veya bakıcılarınız hastaysa, enfeksiyon geçiriyorsa veya yakın zamanda hasta olmuşsa, tamamen iyileşene kadar ziyaret etmemelerini isteyin.

Olağan saatler dışında ziyaretler için özel durumlarda sorumlu hemşireyle görüşülebilir.

Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi

- Ziyaret saatleri (genel): 14.30–20.00
- Ebeveynler için ziyaret saatleri sınırsızdır

Bebeğin başucunda aynı anda (bebeğin ebeveynleri dâhil) üçten fazla kişi bulunmamasını rica ediyoruz. Aile ve arkadaşlar (çocuklar dâhil), ebeveynlerin isteği doğrultusunda yoğun veya özel bakım gören bebekleri ziyaret edebilir.

Aile üyeleri veya arkadaşların, ebeveynler yokken ziyaret edebilmeleri için ebeveynlerden yazılı izin alınması gerekir.

Ziyaretçiler için tuvaletler

Ziyaretçiler için tuvaletler, her katta asansör fuayelerinde veya ana karşılama bankosunun yakınında bulunur.



Yemekler

Hasta yemekleri yaklaşık aşağıdaki saatlerde servis edilir:

- Kahvaltı: 08.00
- Öğle yemeği: 12.30
- Akşam yemeği: 18.00



Her gün beslenme ihtiyaçlarınıza uygun bir menü doldurmanız için size verilecektir.

Alerjiniz veya özel beslenme ihtiyaçlarınız varsa lütfen hemşire ve yemek çalışanlarına söyleyin.

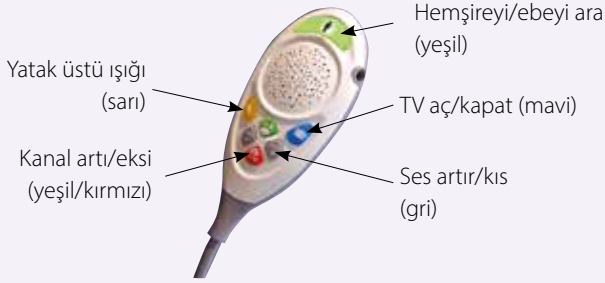
Yatak başı üniteniz

Yatak başı ünitenizde, hemşire veya ebeyi çağırmanız, ışığı açmanız ve televizyonu kontrol etmenize izin veren düğmeler bulunur. Bu üniteye ayrıca televizyon ve radyo için hoparlör bulunur.

Hemşireniz veya ebeniz bu üniteyi ve odanızda bulunan diğer arama cihazlarını nasıl kullanacağınıza size açıklayacaktır.

Televizyon izlerken veya radyo dinlerken lütfen diğer hastaların rahatsız olmamasına dikkat edin.

Hemşire/ebe çağırma sistemi



Görsel İşitsel Kayıt



Güvenli ve uygun olduğunda hastanede sesli veya görüntülü kayıt alabilirsiniz. Ancak fotoğraf çekmeniz, görüntü veya ses kaydı almanızın bakımınızı etkileyebileceği, diğer hastaların gizliliğini ihlal edebileceği veya çalışanlarımızın gizliliğini ihlal edebileceği durumlar olabilir.

Hastanedeki ziyaretçilerin, diğer hastaların ve çalışanların fotoğrafını çekmediğiniz, sesini veya görüntüsünü kaydetmediğiniz sürece hastanedeyken kendinizin veya sevdiklerinizin fotoğrafını çekmek, sesini veya görüntüsünü kaydetmek için izin almanıza gerek yoktur. Buna, yakınlardaki herhangi birinin sesinin veya görüntüsünün kaydedilmesi de dâhildir.

Bebeğinizin doğumu gibi klinik bakımlarda yer alan tüm çalışanların iznini aldığınız sürece klinik bakımlarda fotoğraf çekebilir, ses ve görüntü kaydı alabilirsiniz. Sizden fotoğraf çekiminizi, ses ve görüntü kaydını durdurmanız istenirse durmalısınız.

Lütfen Women's Hastanesi çalışanlarının izni olmadan onların yer aldığı içerikleri sosyal medyada ve internette (Facebook, Instagram, Twitter vb.) paylaşmayın.

Ne zaman fotoğraf çekebileceğinizden, görüntü veya ses kaydı alabileceğinizden emin değilseniz bir çalışanımıza sorun.

Telefonlar



Dışarıdan arayan kimseler, (03) 8345 3030 numaralı hasta sorgulama hattını arayarak yatak başınızdaki telefona ulaşabilir. Operatöre bir hastayla konuşmak istediklerini söyleyip sizin adınızı verebilirler. Operatör, çağrınızı size yönlendirecektir.

Dilerseniz hastanedeyken cep telefonunuzu kullanabilirsiniz. Ancak lütfen tıbbi cihazlarla aranızda bir metre mesafe bırakın. Cep telefonunuzu veya tabletinizi kullanırken lütfen başkalarını rahatsız etmemeye dikkat edin.

Women's Hastanesinin zemin kattaki Karşılama Merkezinde ücretsiz telefon şarj etme olanağı bulunur. Zemin kat fuayesinde ücretli bir telefon bulunur.

Taburcu Olma Saatleri



Hastalar günde iki defa taburcu edilir:

- Sabah taburcu etme saati: 09.30
- Öğleden sonra taburcu etme saati: 15.30



Bakımınız

Kim olduğunuzu neden teyit ediyoruz?

Women's Hastanesi, güvenliğinizi sağlamayı taahhüt eder. Buna yardımcı olması için sizin ve bebeğinizin güvende olduğuna ve amaçlanan doğru tedaviyi aldığınıza emin olmak amacıyla kimliğinizi teyit etmemiz gerekir. Bunu gerçekleştirmek için hastanede bulunduğunuz sürece kimliğinizi birden fazla kez kontrol ederiz.

Her defasında sizin veya bebeğinizin:

- adını ve soyadını
- adresini
- doğum tarihini kontrol ederiz.

Daha sonra bu bilgileri:

- sağlık kaydınızla ve
- hasta kimlik bantlarıyla (kol bantları) karşılaştırırız.



Neler yapabilirsiniz

- Bebeğinizin veya sizin adınız, adresiniz veya doğum tarihiniz doğru değilse veya değiştiyse bize haber verin.
- Yanlış bir şey duyar veya bilgilerin doğru olmadığını düşünürseniz lütfen hemşirenizle konuşarak bize hemen haber verin.

Elektronik tıbbi kayıt sistemimiz, tercih ettiğiniz veya seçtiğiniz adı ve cinsel kimliği tıbbi kayıtlarınıza eklemenize izin verir. Bu bilgiler bir kez eklendikten sonra, sağlık bakım ekibiniz hastanede kaldığınız sürece seçtiğiniz ismi kullanmaya çalışacaktır.

Kimi zaman yasal adınızı (yasal kimlik belgelerinizdeki adınızı) kullanmamız gerekebilir. Örnek olarak, güvenli hasta tanımlama sürecinde yasal adınızı kullanmak zorundayız.



Interpreter

Tercümana ihtiyacınız var mı?

Dilediğiniz zaman aralarında Auslan tercümanının da olduğu bir tercüman isteyebilirsiniz. Lütfen çalışanlarımızdan bunu sizin için ayarlamasını isteyin.

Sağlık bilgilerinizin devri



Hastanede kaldığınız süre boyunca aralarında doktorların, ebelerin, hemşirelerin, eczacıların ve yardımcı sağlık görevlilerinin olduğu farklı çalışanlar bakım sürecinize dâhil olur. Bu çalışanların her biri sağlık bilgilerinize erişir. Çalışanlar sizin hakkınızda bilgi paylaştığında buna klinik devir denir.

Devir, kimi zaman başucunuzda yapılır. Dilerseniz siz ve eşiniz de bu sürece katılabilirsiniz. Bu süreç, bilgileri açıklığa kavuşturmak ve bakımınızla ilgili sorular sormak için de iyi bir fırsattır. Bakımınızla ilgili konuşmaların başucunuzda yapılmasını tercih etmezseniz lütfen çalışanlara bu tercihinizi söyleyin.

Bilgiler veya talimatlar anlaşılır değilse veya kafanızı karıştırdıysa:

- Bu bilgilerin size yazılı olarak verilmesini isteyebilirsiniz.
- Bilgilerin, yanınızda bir bakıcı veya aile bireyi varken tekrar edilmesini isteyebilirsiniz. Böylece onlar da isterlerse soru sorabilir.
- Bir tercümanın size yardımcı olmasını isteyebilirsiniz.

Görüşülen bilgiler doğru değilse veya anlamadığınız bir konu varsa lütfen bize söyleyin ve size açıklamamızı isteyin.



Bize ilaçlarınızı söyleyin

İlaçlar, tedavinizin önemli bir parçasını oluşturur. Hastaneye yatışınız gerçekleştiğinde, size hangi ilaçları kullandığınızı sorarız. İlaçlarınızı bilmemiz, bakımınızla ilgili doğru kararları vermemize yardımcı olur.

Tüm ilaçlarınızı bize söylemeniz önemlidir. Bu ilaçlar arasında reçeteli ve reçetesiz ilaçlar, vitaminler ve doğal terapiler olabilir. Ne aldığınızı ve size neyin iyi geldiğini bize söyleyin.

Aşağıdakileri kullanıyorsanız bize söyleyin:

- eczaneden veya süpermarketten aldığınız ilaçlar
- öksürük şurubu gibi sıvı ilaçlar
- otlar ve tentür gibi doğal terapiler
- vitaminler
- ilaçlı kremler veya yamalar
- sprey, inhaler ve fisfislar
- vajinal ürünler
- enjeksiyonlar/iğneler
- göz damlaları, kulak damlaları veya burun spreyleri
- diğer her türlü ilaç, uyuşturucu ve maddeler.

Ayrıca aldığınız ilaçları ve alerjilerinizi bize bildirmek için Sağlık Merkezini (Health Hub) de kullanabilirsiniz. Sağlık Merkeziyle ilgili daha fazla bilgi almak için bakınız: [sayfa 16](#).

İlaçlarınızın yönetilmesine yardımcı olmak için:

- Tüm ilaçlarınızı hastaneye getirin.
- İlaçlarınızın güncel listesini tutun ve hastaneye yatırıldığınızda bu listeyi çalışanlara gösterin.
- Eve dönmeden önce güncel ilaç listenizi isteyin. Doktorunuza veya eczacıya gittiğinizde bu liste işinize yarayacaktır.
- İlaç alerjisi veya ilaçlara olumsuz etkiler yaşadysanız bize söyleyin.
- Hastanedeyken hangi ilaçları aldığınızı ve nedenlerini bize sormaktan çekinmeyin.

Hastanedeki eczacınız ilaç planınızı düzenli aralıklarla gözden geçirecek ve reçete edilen ilaçların uygun olduğunu ve kullanımının güvenli olduğunu sağlamak için doktorlarınızla birlikte çalışacaktır. Taburcu edildikten sonra ilaç kullanmanız gerekirse ilaçların her biriyle ilgili size bilgi verilecektir.

Lütfen çalışanlara Medicare kartınızı, ayrıca diğer indirim kartlarınızı, ör. Emeklilik, Sağlık Bakım Kartı, DVA kartı, eczanenizden aldığınız Safety Net kartını gösterin.



Eczane (1. Kat):

Pazartesi cumaya: 08.30–17.00

Cumartesi: 08.30–13.00

Eve götürmeniz için verilen ilaçlarınızın ücretini sizin karşımanız gerekecektir. Bunların ücreti Veznede (zemin kat) ödenebilir.



Enfeksiyonun önlenmesi

Sağlık bakımı alan hastalar, invazif işlemler nedeniyle veya hastalıkları yüzünden enfeksiyon kapma riskine sahiptir. Hastanemizin çalışanları, bu riski hafifletecek stratejileri kullanmakta eğitimlidir.

Hastanede enfeksiyonun önlenmesi için hastalara ve ziyaretçilere de sorumluluk düşer.

Enfeksiyonu önlemenin en iyi yolu ellerinizin temiz olmasını sağlamaktır. Elleriniz temiz görünse bile hastanedeyseniz alkol bazlı bir el temizleyicisi (el jeli) kullanmalısınız. Elleriniz kirli görünüyorsa ellerinizi sabun ve suyla yıkayın.

Ellerinizi:

- Tuvalete gittikten sonra
- Yiyeceklere dokunduktan ve yemek yedikten sonra
- Hapşırıktan, öksürükten ve mendillerinizi attıktan sonra
- Gözlerinize, ağızınıza ve burnunuza dokunmadan önce
- Bandajlara/sargılara dokunmadan önce ve bunlara dokunduktan sonra mutlaka temizlemelisiniz.

Herkesi korumak amacıyla, ziyaretçiler ve bakıcılar:

- Kendilerini iyi hissetmiyorlarsa, soğuk algınlıkları varsa, derilerinde döküntü varsa, istifa ediyorlarsa (kusuyorlarsa) veya ishal oldularsa ziyarete gelmemelidir



- Hastaneye gelir gelmez, hasta bölgelerini ziyaret ettiklerinde ve hastaneden çıktıklarında alkol bazlı el temizleyicisi kullanılmalıdır
- Kendilerinden istenen özel önlemlere uymalıdır. Kimi zaman ziyaretçilerden maske veya önlük takmaları istenebilir. Bu, sizi veya onları korumak için olabilir.
- Bandajlarınıza/sargılarınıza, serumlara ve yatağınızın çevresindeki diğer ekipmanlara dokunmamalıdır.

Size veya sevdiğiniz birine serum veya sonda takılıysa, bakım ekibiniz bunların neden gerekli olduğunu, enfeksiyonu önlemek için uygulanması gereken fazladan özeni ve bunların ne zaman çıkarılacağını size açıklayacaktır. Yara bakımıyla ilgili bilgiler de verilecektir.

Çalışanlarımız, “Elinizi temizlediniz mi?” diye sormanızdan memnuniyet duyacaktır.



Kan nakline ihtiyaç duyarsanız

Kan nakli, bir kişinin kanının başka bir kişiye verilmesine denir. Nadir görülen durumlarda aldığınız tedavi veya sağlık durumunuz nedeniyle kan nakline ihtiyaç duyabilirsiniz.

Kan nakline rıza vermeden önce, neden kan nakline ihtiyaç duyduğunuzu, kan naklinin yararlarını ve risklerini sorun. Kan naklinin neden gerekli olduğunu anlamazsanız, daha fazla bilgi istemekten veya soru sormaktan çekinmeyin.

Avustralya'nın kan tedariki son derece güvenlidir. Bağışlanan kan HIV, hepatit ve frengi gibi kanla taşınan hastalıklara karşı test edilir. Kan naklinde herhangi bir enfeksiyon bulaşması riski çok düşüktür.

Kan nakli yapılan çoğu kişi hiçbir yan etki yaşamaz ve görülen tepkiler genellikle hafiftir.

Kan naklinde görülen en yaygın tepkiler:

- ateş
- deride döküntü
- kaşıntıdır.

Çok nadir durumlarda görülen ciddi tepkiler hayatı tehlike içerebilir. Daha önce kan nakline reaksiyon gösterdiyseniz doktorunuza söyleyin.

Kan nakliniz, çalışanların katı kurallara uymasıyla mümkün olan en güvenli şekilde yapılabilir. Bu süreçte, kimliğinizin doğrulanması dâhildir.

Aşağıdaki işlemlerden önce her defasında size adınız soyadınız ile doğum tarihiniz sorulacak ve kimlik bandınız kontrol edilecektir:

- Kan örneğiniz alınırken
- Kan nakli yapılmadan önce.

Ağrı yönetimi

İnsanlar, eskiden ameliyattan veya doğumdan sonra aşırı ağrı çekmeye katlanmak zorunda olduklarını düşünürdü. Yeni ağrı kesici yöntemler bulunduğça, iyi ağrı yönetiminin:

- İyileşirken daha rahat hissetmenize ve
- Daha çabuk toparlanmanıza, hatta hastaneden daha erken çıkmanıza yardımcı olabileceği kabul edildi.

Ağrınızın iyi kontrol edilmesi bizim için çok önemlidir.

Bu sürece kimler dâhil olur?

Ağrınızı kontrol etmek için bir dizi sağlık bakım görevlisi sizinle çalışabilir. Bu kişiler arasında hemşireler, ebeler, doktorlar, eczacılar ve fizyoterapistler bulunur.

Women's Hastanesinin, akut ağrının tedavi edilmesinde uzman bilgi ve deneyim sahibi hemşireler, ebeler ve anestezi uzmanlarından oluşan bir Akut Ağrı Servisi de vardır.

Ağrınızın yönetiminde siz de önemli rol oynarsınız. Nasıl hissettiğinizi en iyi siz bilebilirsiniz; bu nedenle daha fazla ağrı kesici ilaca ihtiyaç duyup duymadığınıza en iyi siz karar verebilirsiniz.

Ağrınız olduğunda hemşirenize, ebenize veya doktorunuza haber vermeniz, ağrınıza neyin yol açtığını ortaya çıkarmalarına ve en iyi ağrı giderme ve tedavi yöntemini seçmelerine olanak tanır.

Ağrınızın şiddeti nedir?

Ağrınızı tarif etmek veya derecelendirmek için kullanılabilen birden fazla yöntem vardır:

- Ağrınızı 1 ile 10 arasında **puanlamak**. Hiç ağrınız yoksa 0 ve hayal edebileceğiniz en kötü ağrı için 10 verirsiniz.
- Ağrınızı **hiç ağrı yok, hafif ağrı, orta dereceli ağrı, çok şiddetli ağrı** olarak derecelendirmek.
- Ağrınızın **nasıl olduğunu** tarif etmek. Ağrı için kullanılacak bazı sözcükler şöyledir: keskin, yakıcı tarzda, batıcı tarzda, kramp, keskin olmayan ağrı, yanan ağrı, karıncalanma, uyuşma, şimşek çakar tarzda, bıçak saplanır tarzda, sızlama, zonklama tarzında ağrı.

Ağrı kesici aldıktan sonra ağrınız dinmiyorsa hemşirenize, ebenize veya doktorunuza haber vermeniz çok önemlidir. Günün farklı saatlerinde, örnek olarak duş alırken veya fizyoterapi egzersizi yaparken daha fazla ağrı kesici ilaca ihtiyaç duyabilirsiniz.



Size verilen tüm ağrı kesici ilaçları kullandıysanız ve ağrınız halen devam ediyorsa doktorunuzla konuşmayı talep edin. Doktorunuzla konuştuğuktan sonra ağrınız devam ediyorsa Akut Ağrı Servisinden biriyle görüşmek isteyin.



Düşmelerin önlenmesi

Hasta olarak düşme riskiniz daha yüksektir. Düşme ihtimali:

- Rahatsız olduğunuzda
- Kan basıncınız düşük olduğunda
- Bazı ilaçları kullanırken
- Hamileyseniz
- Yeni doğum yaptıysanız
- Genel, epidural veya spinal anestezi olduysanız
- Ameliyat olduysanız
- Bir süredir yataкта kaldıysanız
- Bilmediğiniz bir yerdeyseniz
- Gözünüz iyi görmüyorsa artar.

Düşmeleri engellemenin bazı yolları vardır:

- Her zaman destekleyici, düz, kaymayan ayakkabılar veya terlikler giyin (çoraplarınızla yürümeyin).
- Hastaneye gözlüklerinizi ve yürüteç gibi yürüme yardımcılarınızı getirin.
- Yerde ayağınıza takılabilecek bir şeyler varsa veya bir şeyler döküldüyse çalışanlara haber verin.
- Arama düğmesine kolaylıkla ulaşabildiğinize emin olun.
- Geceleri yataktan kalkmadan ışığınızı açın.
- Sandalyeden veya yataktan ağır ağır kalkın.

Aşağıdaki bilgiler özellikle yakın zamanda doğum yapan, epidural veya spinal anestezi olan, yataқта uzun süre geçirmesi gereken veya çok kan kaybeden hastalar içindir.

- Yataktan çıkmadan önce hemşirenizle veya ebenizle konuşun.
- Yataktan çıkarken ve çıktıktan sonra çalışanlardan size yardımcı olmasını isteyin.
- Duş alırken duş taburesine oturun.
- Epidural veya spinal anesteziden sonra ayağa kalkmaya ve yürümeye çalışmadan önce bacaklarınızı tamamen hissedene ve gücünüzü tamamen geri kazanana kadar bekleyin.
- Ayaktayken kendinizi dengede hissetmiyorsanız çalışanlara haber verin.

Bebeğinizin düşmesini nasıl önlersiniz:

- Bebeğinizi yatağınızın yanındaki bebek yatağına sırt üstü uyuması için bırakın.
- Bebeğiniz, alt değiştirme masası veya yatağı gibi bir yüzeydeyken bebeğinizin yanından ayrılmayın.
- Uykuluysanız veya ağır bir ağrı kesici ilaç aldıysanız bebeğinizi bebek yatağına bırakın. Bebeğinizi tutarken uyuyakalırsanız bebeğiniz kollarınızın arasından düşebilir.



Siz veya bebeğiniz rahatsızlanıyor musunuz?

Rahatsızlandığınızı veya bebeğinizin hastalandığını hissederseniz, hemen çalışanlardan birine haber verin veya hemşire/ebe çağırma zilini çalın.

Yanıt alamadıysanız ve kendinizi halen iyi hissetmiyorsanız veya kendiniz ya da bebeğinizin sağlığıyla ilgili endişe duyuyorsanız, başucu telefonunuzdan 2999'u arayın.

Kıdemli bir çalışan size yanıt verecek ve sizi değerlendirecektir.

Ziyaretçiyse ve hastanın sağlığının bozulduğunu fark ederseniz lütfen çalışanlardan birine haber verin.



Aşağıdaki durumlarda acilen hemşireye, ebeye veya doktora haber verin:

- Bebeğiniz nefes almıyorsa veya morarırsa
- Bebeğiniz nöbet geçirirse
- Bebeğiniz uyandırılmazsa
- Bebeğiniz yüksek sesleri, gözlerine tutulan parlak ışıkları veya koluna atılan hafif bir çimdiği fark etmiyorsa.

Aşağıdaki durumlarda hemşireye, ebeye veya doktora bilgi verin:

- Doğumdan sonraki **ilk 24 saatte**:
 - Bebeğiniz 6 saatten uzun bir süredir beslenmediyse
 - Bebeğinizin bezi ıslanmadıysa ve/veya kirlenmediyse
 - Bebeğinizin cildi sarardıysa.

Aşağıdaki durumları da hemşireye, ebeye veya doktora haber vermelisiniz:

- Bebeğinizin **gözü** seçiyor, kolu, bacağı ve vücudu kasılır gibi hareket ediyorsa
- **Vücudu**, başı, boynu, kolları ve bacakları gevşek ve sarkık görünüyorsa
- Hızlı hızlı **nefes alıyor** ve zorlanıyor gibi sesler çıkarıyorsa
- Her zamanki **ağlamasından** farklı ağlıyorsa (daha zayıf, tiz bir sesle, inler gibi veya acı içinde bir ağlama olabilir)
- **Dışkı**nda (kakasında) kan varsa
- **Cildi** çok soluk görünüyorsa veya sararıyorsa
- **Karnı** veya göğsünün alt kısmı aldığı her nefesle içeri çekiliyorsa
- **Kusmuğu** şeffaf renkte, süt veya limon renginde değilse veya çok fazla kusuyorsa

Veya içinizden bir ses bir şeylerin yanlış gittiğini söylüyorsa.



Size yardım etmeye hazırız

Sizin endişeniz bizim endişemizdir



Hemşire/ebe
çağırma (yeşil)

Arama (çağrı)
düğmesine basın

VEYA



Bir çalışanla
konuşun

Hâlâ endişeliyseniz

2999'u
tuşlayın



Bası yaraları

Yatak yarası veya ülser olarak da bilinen bası yaraları uzun süre aynı pozisyonda otursanız veya yatarsanız oluşabilir.

Vücudunuzun herhangi bir yerinde bası yaraları oluşabilir, ancak bu yaraların vücudunuzun daha kemikli ve daha az yağlı yerlerinde oluşma ihtimali daha yüksektir. Örnek olarak:



Şema iznini veren: Klinik Mükemmellik Kurumu, New South Wales Eyaleti
Bası Yaralarını Önleme

Bası veya yatak yarası oluştuğuna dair ilk işaretler:

- Karıncalanma ve/veya uyuşma
- acı.

Bu belirtileriniz varsa lütfen hemşireye haber verin.

Bası yaralarını önlemek için ne yapabilirsiniz

- Hareket edin, hareket edin, hareket edin
 - İster yataкта uzanıyor ister sandalyede oturuyor olun, hareket etmeniz ve pozisyonunuzu sık sık değiştirmeniz bası yaralarını önlemenin en iyi yoludur.
 - Vücudunuzda kırınglık varsa veya kendi başınıza hareket edemiyorsanız çalışanlara haber verin.
 - Bazı yerlerdeki basıncı azaltmak için şişirilebilir yataklar, yastıklar ve botlar gibi özel ekipmanlar kullanılabilir.
- Cildinizi özen gösterin
 - Cildinizi ve nevresimlerinizi kuru tutun. Giysileriniz veya nevresimler nemliyse çalışanlara haber verin.
 - Nazik temizleyen bir sabun kullanın ve kuru cildinizi nemlendirin.
- Sağlıklı ve besleyici yiyeceklerle beslenin.

Bakımın önceden planlanması

Çok hasta olursanız ve bakımınızla ilgili tercihlerinizi başkalarına iletmezseniz sizin için kimin söz sahibi olmasını isterdiniz? Onlardan hangi sağlık bakım kararlarını vermelerini isterdiniz?



Değerlerinizi ve tercihlerinizi bir ön bakım planına veya yönergesine yazmanız, en çok önem verdiğiniz şeyleri başkalarının da bilmesini sağlamanın iyi bir yoludur.

Bakımın önceden planlanmasıyla ilgili daha fazla bilgi almak için lütfen çalışanlarımıza danışın. Hazır bir Ön Bakım Yönergeniz varsa lütfen çalışanlara söyleyin ve bize bir kopyasını verin.

Sağlık bakımı haklarınız

Women's Hastanesi, Avustralya Sağlık Bakımı Hakları Sözleşmesini destekler.

The **Australian Charter of Healthcare Rights** describes what you can expect when receiving health care in Australia.

I know that I have rights

I tell my healthcare provider what is important to me

I ask questions

I get information that I can understand

I can include my carer, family and friends

We make decisions together

AUSTRALIAN COMMISSION ON SAFETY AND QUALITY IN HEALTH CARE

For more information, ask a member of staff or visit safetyandquality.gov.au/your-rights

PUBLISHED MAY 2020



Haklarınız

Women's Hastanesinde hasta olarak haklarınız:

- Şikâyetinde bulunma
- Saygılı ve insan onuruna uygun muamele görme
- Güvenli bir ortamda tedavi ve bakım görme
- Kanunlarca ifşa edilmesine izin verildiği durumlar dışında kişisel ve sağlık bilgilerinizin gizli ve özel tutulması
- Sağlık durumunuz ve tedavi seçeneklerinizle ilgili sorular sorma veya ikinci bir görüş isteme
- Tedavi veya bakımınızla ilgili kararlara dâhil olma
- Tedavi ve hizmetleri reddetme
- Mümkün olduğunda yanınızda bir destek kişisi bulundurma
- Tercüman talebinde bulunma
- Kültürel olarak duyarlı hizmet alma
- Devlet hastası veya özel hasta olarak bakım hizmeti almayı seçme
- Sağlık kayıtlarınızı görme ve yanlış olduğunu düşündüğünüz bilgilerin düzeltilmesini talep etme.

Mümkün olduğunca:

- Bakımınızı üstlenen herkese neye ihtiyaç duyduğunuzu söyleyin
- Bir sorunuz varsa çalışanlara söyleyin
- Tedavinizi anlayın ve anlamıyorsanız sorular sorun
- Çalışanlara sağlığınıza ve gördüğünüz tedaviyle ilgili doğru bilgiler verin
- Sağlık durumunuzda değişiklik olursa hastane çalışanlarına söyleyin
- Çalışanların ve diğer hastaların rahatını düşünün ve ziyaretçilerinizden aynısını yapmalarını isteyin.

Bilgiye dayanan rıza

Normalde sizin veya bebeğinizin tedaviye ihtiyaç duyduğu her defasında rızanız (onayınız) istenir. Bir form imzalamanız veya sözlü olarak rızanızı vermeniz istenebilir.

Bilgiye dayanan rıza, sağlık durumunuzu anladığınızı ve size sunulan tedaviyi kabul ettiğinizi gösterir.

Rızanızı vermeden önce aşağıdakileri tamamen anladığınıza emin olun:

- Sizin veya bebeğinizin ilgili tedavi veya işleme neden gerek duyduğunuz
- Sürece nelerin dâhil olduğu
- İlgili tedavi veya işlemin riskleri, ayrıca tedavi olmamanın riskleri
- Alternatif seçeneklerin ne olduğu.

İhtiyacınız varsa bir tercüman talep edin.

Soru sorma, ikinci görüş isteme ve dilerseniz tedaviyi reddetme hakkınız vardır.

- Sağlık bakımı ekibinizin size söylediği herhangi bir şeyi anlamazsanız onlardan tekrar açıklamalarını isteyin.
- Karar vermeden önce iyice okumak ve başkalarıyla görüşmek için bilgileri yazılı olarak isteyin.
- Çalışanların size anlattıklarını onlara tekrar edin. Böylece çalışanlar, tavsiyelerini anladığınızdan emin olabilir.

Sizin ve bebeğiniz için gereken işlem veya tedavilerle ilgili "tamamen bilgi sahibi" olduğunuzu hissetmek zor olabilir. Bir miktar bilgiye sahip olmanız sizin veya bebeğinizin bakımıyla ilgili kararlara katılmanıza ve bu kararlara ilgili daha rahat hissetmenize yardımcı olabilir.



Görüşlerinizi bizimle paylaşın

Övgüler, şikâyetler, geri bildirim ve öneriler

Women's Hastanesinde gördüğünüz bakımın her alanıyla ilgili tüm yorumlarınızı olumlu da olsa olumsuz da olsa memnuniyetle karşılarız. Yorumlarınız, sağladığımız bakımın kalite ve güvenliğini iyileştirmeye devam etmemizi sağlar.

Hastalarımıza her zaman mümkün olan en iyi bakımı sağlamaya çalışırız. Sizin deneyiminiz bundan farklıysa endişelerinizi ifade etme veya şikâyetinde bulunma hakkınız vardır.

Küçük büyük olmasına bakmadan her türlü şikâyetinizi ve endişenizi bakımınızı üstlenen çalışanlarımızla görüşün.

Genellikle sorunlar bakım ekibinizle hemen çözülebilir. Çözülemezse ve daha fazla yardıma ihtiyacınız olursa siz, eşiniz veya destek kişiniz Tüketici İrtibat ekibimizle iletişime geçebilirsiniz.

Tüketici İrtibat Görevlisiyle iletişime geçmek

Hastaneyeyken veya eve döndükten sonra Tüketici İrtibat Görevlisiyle iletişime geçebilirsiniz. Övgünüzü iletme, şikâyetle bulunmak veya endişelerinizi ifade etmek istediğinize karar vermeniz haftalar hatta aylar sürebilir. Tüketici irtibat görevlileri, hazır olduğunuzda sizi dinlemekten memnuniyet duyar.

İletişim bilgileri

Pazartesi'den cumaya:

09.00–16.00 (Zemin kat) Resmî tatiller dışında

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

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

E [Consumer.Liaison@](mailto:Consumer.Liaison@thewomens.org.au)

thewomens.org.au

Tüketici İrtibat ekibiyle iletişime geçip geri bildirim verdiğimde ne olur?

Tüketici İrtibat Görevlisi size aşağıdaki konularda destek verebilir:

- Aldığınız hizmetle, çalışanlarımızla, bakım veya tedavinizle ilgili meseleleri içerebilecek endişelerinizi gizli tutarak sizinle konuşur
- Endişelerinizi soruşturur
- Sorunları çözenize yardımcı olur.

Şikâyetle bulunursanız:

- Şikâyetle ilgili bilgilerin sağlık kaydınıza geçmeyeceğini
- Bakımınızı veya tedavinizi etkilemeyeceğini
- Kendinizi dışlanmış hissetmenize yol açmayacağını
- Sorunların yalnızca ilgili çalışanlarla konuşulduğunu
- Geri bildirimlerinizin nasıl soruşturulacağı konusunun önce sizinle görüşüleceğini anlamanız önemlidir.

Süreç sonucunda memnuniyetsizliğim giderilmediyse ne yapabilirim?

Sorunlar genellikle sorunların meydana geldiği zaman ve yerde en iyi şekilde çözümlenir. Yanıtımızdan memnun kalmazsanız, Victoria'da sağlık hizmeti sağlayan kuruluşlarla ilgili şikâyeti olan herkese açık bağımsız bir kurum olan Sağlık Şikâyetleri Kurumuna ulaşabilirsiniz.

T [1300 582 113](tel:1300582113) (ücretsiz)

Çevrim içi hcc.vic.gov.au/





Eve dönüş

Hastaneden çıkmadan önce:

- Tüm eşyalarınızı aldığınıza
- Tüm ilaçlarınızı aldığınıza
- Yanınızda getirdiğiniz röntgen veya ultrason filmlerinizi aldığınıza
- Bir sonraki randevunuzun kaydını aldığınıza
- İhtiyacınız varsa sağlık raporu aldığınıza emin olun.

Size:

- Doktorunuza vermeniz için hastaneye yatışınızla ilgili bir mektup
- Eve dönmeden önce güncel bir ilaç listesi vereceğiz.

Daha fazla bilgiye ihtiyacınız var mı?

Ebenize veya hemşirenize sağlık durumunuz veya tedavinizle ilgili bilgi sahibi olmanıza yardımcı olacak yazılı bilgiler olup olmadığını sorun.

Ayrıca çeşitli sağlık konularıyla ilgili bilgi bulabileceğiniz internet sitemizi de ziyaret edebilirsiniz.

thewomens.org.au/health-information

Ameliyat olduysanız

Büyük bir ameliyattan sonra iyileşme süresi kişiden kişiye değişir. İyileşme süresinin altı ila sekiz hafta sürmesini bekleriz.

Enfeksiyon belirtilerinin farkında olun

Nadiren görülse de, aşağıdaki belirtiler enfeksiyon belirtisi olabilir:

- Bir anda sıcak basması veya terlemek
- 38°C üzerinde ateşinizin olması
- Reçetesiz ağrı kesicilerle giderilemeyen, ani bastran ağrı.

Bu belirtilerden herhangi birini yaşıyorsanız veya sağlığınıza ilgili endişelendiğiniz başka bir konu varsa lütfen aile doktorunuzla görüşün veya Women's Hastanesinin Acil Servisine gelin.



Yeni doğan bebeğinizle eve dönmek

Bebeğinizle ilgili yolunda gitmeyen bir şey olduğunu düşünüyorsanız veya endişeliyseniz:

- Haftanın 7 günü, günün 24 saati [13 22 29](tel:132229) numaralı telefonda Anne ve Çocuk Sağlık Hattını arayabilirsiniz.
- [1300 60 60 24](tel:1300606024) numaralı telefonda 24 saat açık Nöbetçi Hemşire hattını arayabilirsiniz.
- Doktorunuzla (GP) görüşebilirsiniz.
- Bir hastanenin acil servisine gidebilirsiniz.

Acil yardım almak için
000 numaralı telefonu
arayın.



Sağlıklı beslenmek iyileşmenize yardımcı olabilir

Sağlıklı yemek, özellikle hamilelik ve emzirme sırasında, ameliyattan sonraki nekahet döneminde veya hastayken ve ihtiyaçlarınızı karşılayacak kadar yiyemediğinizde önemlidir.

Aşağıdaki ipuçları size yardımcı olabilir:

- Beslenmenizi riskli olduğuna dair belirtilerin farkında olun. Bunlar arasında iştahınızın azalması, yemeklerden zevk alamamak, daha az yemek, giysilerinizin bol geldiğini veya kilo verdiğinizi fark etmek olabilir.
- Her gün farklı çeşitte yiyecekler yiyin. Et veya balık, tavuk veya baklagiller gibi alternatifleri, süt ürünleri, tahıllı ürünleri, meyve ve sebzeleri beslenmenize dâhil edin.
- İştahınız yoksa, gün içinde sık sık az miktarda yemek yiyin.
- Hastanede yemeklerinizle ilgili sıkıntı yaşıyorsanız yardım isteyin. Beslenme uzmanlarımız size fazladan yardım sağlayabilir ve yiyecek alımınız yetersizse özel destekler önerebilir.

- Yeni bebek sahibi olduysanız, beslenmeniz bebeğinizin sağlığı ve gelişiminde önemli rol oynar.



- Aile olarak iyi yiyin. Mümkün olduğunca birlikte yiyin, çok çeşitli yiyeceklerden yiyin ve çocuklarınızın yemeklere ilgisini artırmak için yemek planlamasına onları da dâhil edin.

Bu her zaman kolay olmayacaktır. Meşgul ve stresli olduğunuz dönemlerde sağlıklı yemeyi öncelik haline getirmek, hele de paranız kısıtlıysa veya düzenli yaşadığınız bir yer yoksa zor olabilir.

Lütfen böyle bir sorunuz varsa bizimle paylaşın. Size basit ve ekonomik yemek fikirleri verebilir, hatta gerekirse sizi başka desteklere yönlendirebiliriz.



Women's Hastanesine Katılın

Katılmanız için her zaman bir fırsat vardır. Sizden haber almayı çok isteriz.

Katılın

Bize katılarak:

- Topluluklarımızın, çalışma gruplarımızın ve odak gruplarımızın parçası olmaya
- Sağlık bilgilerimizi geliştirmeye veya gözden geçirmeye yardımcı olmaya
- Çevrim içi anketler yoluyla geri bildirim sağlamaya davetlisiniz.

Bizimle ortaklık kurmak istiyorsanız Toplumla Etkileşim Koordinatörümüzle iletişime geçebilirsiniz.

T [\(03\) 8345 3983](tel:0383453983)

E community.engagement@thewomens.org.au

Gönüllüler

Women's Hastanesindeki gönüllüler, hastalarımız ve aileleri için olağanüstü deneyimler yaratmaya katkıda bulunur; en çok ihtiyaç duyulan yerde ve zamanda becerilerini ve enerjilerini bağışlarlar.

Women's Hastanesi gönüllüsü olarak, bilginiz, hevesiniz, empatiniz ve cömertliğinizle klinik ve destek hizmetlerimizi tamamlarsınız.

Daha fazla bilgi almak için Gönüllülük Programımızla iletişime geçin:

T [\(03\) 8345 2078](tel:0383452078)

E volunteers@thewomens.org.au

Bize sosyal medyada ulaşın



The Royal Women's Hospital



@theroyalwomens (Instagram)



@thewomens (Twitter)

Women's Hastanesi İngilizce ve diğer topluluk dillerinde bir dizi sağlık bilgisi sunar. Bilgilere Women's Hastanesinin internet sitesinden ulaşılabilir: thewomens.org.au

Dil bağlantısı

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

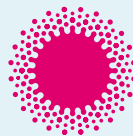
Để biết thông tin bằng ngôn ngữ của quý vị, hãy truy cập trang mạng của chúng tôi

thewomens.org.au

**Kadın sağlığı önemlidir.
Sağlık bilgilerimizi okuyun.**

Lütfen bu adresi ziyaret edin:

thewomens.org.au



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