

Na uw ziekenhuisopname

U bent of gaat binnenkort met ontslag uit het ziekenhuis (afdeling Geriatrie).
In deze folder geven wij u informatie en tips mee voor de komende periode.



Rijnstate

**Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!**

Uw medicijnen

Als u met ontslag gaat, faxt het ziekenhuis de actuele medicatielijst naar uw eigen apotheek. U krijgt dan vervolgens uw medicatie thuisbezorgd op de dag van uw thuiskomst. Is dit niet het geval, dan kunt u contact opnemen met uw eigen apotheek. Zij kunnen u dan meer vertellen.

We adviseren u om de medicatie die u voorafgaand aan uw ziekenhuisopname gebruikte, terug te brengen naar uw apotheek. Dit is om verschillende redenen wenselijk. U kunt bijvoorbeeld een andere dosering nodig hebben dan voorheen. Ook kijkt de geriater kritisch naar welke medicijnen u echt nodig heeft. Dit kan ervoor zorgen dat er soms met een middel gestopt is tijdens uw opname. Uiteraard hebben wij er tijdens uw ziekenhuisopname goed op gelet of u ook daadwerkelijk zonder dit middel kunt.

Sommige (stof)namen van medicijnen die u thuis gaat gebruiken, kunnen verschillen van de namen van de medicijnen die u bij ons op de afdeling heeft gekregen. Dit heeft te maken met de keuze van een soort medicatie van de apotheek.

Met vragen over uw medicatie en bijwerkingen kunt u terecht bij uw thuisapotheek. Zij hebben de taak om u hierin duidelijkheid te geven. Zo nodig kunt u bij uw apotheek vragen om een medicatieoverzicht.

Wanneer u tijdens uw ziekenhuisopname medicatie aan ons heeft afgegeven, krijgt u dit van ons terug of wij sturen dit terug naar uw apotheek.

Overdrachtsdocument

De verpleging geeft in veel gevallen een verpleegkundige overdracht mee. Dit overdrachtsdocument is bestemd voor de thuiszorg of de medewerkers in het verzorgings-/verpleeghuis. U en uw naasten mogen deze overdracht ook inzien. Zo bent u goed op de hoogte van de huidige situatie. U krijgt alléén een overdrachtsdocument mee als u in aanmerking komt voor thuiszorg.

Zorg- en hulpmiddelen thuis

Krijgt u een machtiging mee voor een hulpmiddel of voor zorgverlening (fysiotherapeut, ergotherapeut, diëtist), dan is het de bedoeling dat u dit in gang zet zodra u met ontslag bent. Schakel zo nodig de hulp in van uw mantelzorger/verzorger om dit te regelen.

Wanneer u baat denkt te hebben bij een ander hulpmiddel, dan kunt u terecht bij de Stichting Thuiszorg Midden-Gelderland (www.stmg.nl) of bij een thuiszorgwinkel bij u in de buurt.

Hoe gaat u verder na het ontslag?

We hebben u tijdens uw ziekenhuisopname zoveel mogelijk een dagstructuur aangeboden. Deze bestond uit: 's morgens wassen en aankleden in de normale kleding. Vervolgens kreeg u indien mogelijk de maaltijden in de huiskamer of aan tafel in de slaapkamer. Tussen 13:00 en 15:00 uur kreeg u de mogelijkheid om te rusten op bed. Hierna werd u vervolgens weer gewekt en bleef u tot de avond op (tot ongeveer 21:00 uur).

We hebben u deze structuur geboden, omdat dit de meeste mensen helpt om zich in het geheel beter te voelen. Wij raden u daarom aan om ook thuis een dagstructuur voor uzelf te organiseren waar u zich prettig bij voelt. Als u overdag voldoende activiteiten heeft, slaapt u vaak 's nachts ook beter.

Tips voor thuis

- Zorg voor voldoende beweging thuis. Veilig schoeisel en bijvoorbeeld een rollator helpen u bij het lopen en het voorkomt vallen.
- Probeer voldoende te blijven eten en drinken.
- Weeg uzelf indien mogelijk één keer per week.
- Houd uw ontlastingspatroon in de gaten.
- Neem uw medicatie in volgens voorschrift.
- Zorg indien mogelijk dat u 's nachts niet alleen op uw rug ligt, maar ook op uw zij. Dit voorkomt doorligplekken.
- Zoek tijdig contact met de huisarts als u merkt dat er zich problemen voordoen.

Vragen en problemen

Zijn er vragen of onduidelijkheden over uw ontslag? Dan kunt u het beste dezelfde dag nog contact opnemen met de afdeling Geriatrie: 088-005 7385

Wanneer u thuis gezondheidsproblemen krijgt, neem dan contact op met uw huisarts. De huisarts is na uw ontslag uit het ziekenhuis uw eerste aanspreekpunt wanneer u problemen krijgt met uw lichamelijke of geestelijke gezondheid.

Evaluatieformulier

Wij zouden het op prijs stellen als u het evaluatieformulier invult dat u van ons meekrijgt. Dit geeft ons informatie over wat er goed gaat of wat wij kunnen verbeteren in onze zorgverlening. De ingevulde lijst kunt u terugsturen in de enveloppe zonder postzegel.

Aanvullende informatie

Zorg aanvragen via de gemeente

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) zorgt ervoor dat mensen met een beperking kunnen meedoen aan de samenleving en zelfstandig kunnen blijven wonen. De Wmo is er voor ouderen en mensen met een handicap of een chronisch psychisch probleem. In grote lijn gaat het om de volgende soorten zorg: hulp bij het huishouden, participatievoorzieningen, rolstoelvoorzieningen, vervoers- en woonvoorzieningen. U kunt bij uw gemeente informeren naar de mogelijkheden.


Maaltijdvoorziening

Er zijn veel organisaties die verschillende vormen van tafeltje-dek-je aanbieden (diepvriesmaaltijden, warme maaltijden, magnetronmaaltijden). Hiervoor kunt u ook contact opnemen met de Wmo-afdeling van uw gemeente. Zij zorgen soms ook voor de vergoedingen hiervoor.

De Stichting Welzijn Ouderen Arnhem (SWOA) verzorgt een maaltijdvoorziening aan huis. Daarnaast organiseert SWOA op verschillende locaties open eettafels.

Personenalarmering

Voor personenalarmering zijn er verschillende aanbieders. Onder andere biedt de Stichting Thuiszorg Midden-Gelderland (www.stmg.nl) personenalarmering. Vraag zo nodig uw huisarts/thuiszorgaanbieder naar de verschillende mogelijkheden.



Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate

Postbus 9555
6800 TA Arnhem
T 088 - 005 8888
E info@rijnstate.nl
www.rijnstate.nl

Ziekenhuislocaties

Arnhem
Zevenaar
Velp
Dieren
Arnhem-Zuid