

ماذا الان؟

أسئلة يجب طرحها عند الاستعداد للخروج من المستشفى

أداة للمساعدة في العثور على الموارد: [/https://novascriptcentral.org/compass](https://novascriptcentral.org/compass)



01

الأدوية

- ما هي الأدوية التي سأبدأها/أوقف عنها؟
- هل سيتم إرسالها إلى صيدليتي المعتادة؟
- ما هي الأدوية الموصوفة طبياً والتي لا تحتاج إلى وصفة طبية
- كيف أتناول هذه الأدوية الجديدة؟

ماذا لو لم أتمكن من تحمل تكاليف الأدوية الخاصة بي؟

دع طبيبك يعرف! هناك برامج وكوبونات متاحة!



إنشاء قائمة الأدوية المحدثة ل يكون معك في جميع الأوقات

02

المتابعة

- متى موعدي القادم؟
- هل حصلت على إحالة لرؤية طبيب مختلف/جديد؟
- لمن أتوجه لمتابعتي؟



03

النظام الغذائي

- هل أحتاج إلى إجراء أي تغييرات على نظامي الغذائي؟
- هل أحتاج إلى الحد من السكر والملح والسعرات الحرارية؟
- هل هناك متطلبات/قيود للسوائل؟
- ما هي التعليمات/التوصيات الخاصة الموجودة؟



04

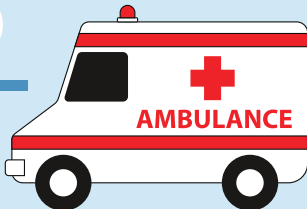
النشاط

- هل أحتاج إلى إجراء أي تغييرات على نشاطي البدني؟
- هل يجب علي زيادة نشاطي البدني؟
- هل هناك أنشطة معينة يجب أن تكون محدودة؟
- إذا كان الأمر كذلك، إلى متى؟



05

اسأل شركة التأمين الخاصة بك عن...



المواصلات



الرعاية المنزلية



الخدمات الأساسية