

ITSENÄISTYMISEN MUISTILISTA

Tätä listaa voidaan käyttää yhteistyössä hoitokontaktin ja sijaishuollon välillä. Lista voi vaikka kirjata aluksi, kummalla taholla asiaa pohditaan.

Kirjatkaa muistiinpanoja seuraavalle sivulle, jotta tieto pysyy tallessa myös itsenäistyessä.

- ☐ Apteekissa asiointi
- ☐ Labra-aikojen varaaminen
- ☐ Suomi.fi, Oma-kanta, ym. sivustojen käyttö
- ☐ Reseptien uusiminen
- ☐ Dosetin jakaminen
- ☐ Muistutukset puhelimeen (lääkkeenottoajat, reseptin uusiminen, ajanvaraukset)
- ☐ Vaikutusten seuranta
- ☐ Valmisteyhteenvetojen lukeminen
- ☐ Voinko syödä kaikkia käsikauppatavarana myytäviä lääkkeitä?
- ☐ Lääkelistalta pois käytöstä poistetut lääkkeet
- ☐ Mitä jos haluan lopettaa lääkkeit?
- ☐ Lääkkeettömien keinojen listaus
- ☐ Rehellistä päihdekeskustelua
- ☐ Vertaistuki: Mistä sitä löytää?
- ☐ Tiedonvaihto jälkihuollon kanssa
- ☐ Tiedonvaihto uuden hoitotahon kanssa
- ☐ Mihin voin soittaa jos tulee kysyttävää?

- *Mistä varaan ajan läbriihin ja milloin tarvitsen seuraavan lähetteen?*
- *Kuka lääkityksestäni vastaa itsenäistyttyäni?*
- *Milloin tarvitsen uuden lausunnon?*
- *Mitkä lääkkeeni vaativat seurantaa?*
- *Mistä löydän omahoitoon ohjeita?*
- *Tärkeitä yhteystietoja*

[illegible]