

Din sjekkliste før utskrivelse

Sjekklisten skal bidra til at du er godt forberedt på å skrives ut av sykehuset. Se over sjekklisten og spørsmålene før du snakker med lege eller sykepleier som skriver deg ut. Be dem om skriftlig informasjon om du har behov for det.

Komplikasjoner

1. Har du fått informasjon om komplikasjoner som kan oppstå?	
☐	ja
☐	nei - <i>be om informasjon fra lege</i>
2. Har du fått informasjon om hva du skal gjøre hvis du får komplikasjoner eller blir akutt syk?	
☐	ja
☐	nei - <i>be om informasjon fra lege</i>
3. Har du fått informasjon om at du skal bruke støttestrømper?	
☐	ja - <i>avklar med lege eller sykepleier hvor lenge du skal bruke de</i>
☐	nei
☐	ikke aktuelt

Aktivitet og restriksjoner

4. Har du fått informasjon om når du kan kjøre bil igjen?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med lege eller sykepleier</i>
5. Har du fått informasjon om at det er viktig at du er i aktivitet og når du kan begynne å trene?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med lege eller sykepleier</i>
6. Har du fått informasjon om aktivitetsrestriksjoner?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med lege eller sykepleier</i>
7. Har du fått informasjon om når du kan dusje igjen?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med lege eller sykepleier</i>

Medisiner og smertestillende

8. Skal du begynne med nye medisiner?	
☐	<i>nei - gå til punkt 13</i>
☐	<i>ja - bruk sjekklistepunktene under og be om en gjennomgang med lege</i>
9. Har du fått informasjon om mulige bivirkninger til de nye medisinene?	
☐	<i>ja</i>
☐	<i>nei - avklar med lege</i>
10. Har du fått informasjon om hvem du kan kontakte hvis du opplever bivirkninger?	
☐	<i>ja</i>
☐	<i>nei – avklar med lege</i>
11. Er det medisiner eller mat du ikke kan spise sammen med de nye medisinene dine?	
☐	<i>ja – avklar med lege, noter navnene</i>
☐	<i>nei</i>
12. Har du fått en kopi av din nye medisinliste?	
☐	<i>ja</i>
☐	<i>nei - be om en kopi fra lege</i>
13. Har du stoppet å ta medisiner i forbindelse med operasjonen (for eksempel blodfortynnende, blodtrykksmedisiner)?	
☐	<i>ja - avklar med lege når du skal begynne å ta medisinen igjen</i>
☐	<i>nei</i>
14. Trenger du resept på smertestillende?	
☐	<i>ja - be om resept fra lege</i>
☐	<i>nei</i>
15. Har du fått informasjon om hvordan smertestillende skal brukes, og hvordan du skal slutte med dem?	
☐	<i>ja</i>
☐	<i>nei - be om informasjon fra lege eller sykepleier</i>
16. Har du fått informasjon om hva du skal gjøre hvis anbefalt dose smertestillende ikke virker?	
☐	<i>ja</i>
☐	<i>nei - be om informasjon lege eller sykepleier</i>

17. Har du fått informasjon om at du kan få forstoppelse eller treg mage av medisinene og hva du kan gjøre for å unngå ubehag?	
☐	ja
☐	nei - <i>be om informasjon fra lege eller sykepleier</i>

Videre plan og oppfølging

18. Har du fått informasjon om sårstell, bandasjeskift, fjerning av sting og hvem som kan hjelpe deg med dette?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med lege eller sykepleier</i>
19. Er du underernært eller i risiko for å bli underernært?	
☐	ja - <i>be lege eller sykepleier om informasjon om hva du bør gjøre</i>
☐	nei
20. Skal du ha kontrolltime eller henvises til andre spesialister?	
☐	ja - <i>spør lege eller sykepleier om dato eller når du kan forvente å få time</i>
☐	nei
21. Vet du hvem du skal kontakte etter utskrivelse hvis du må etterlyse timer eller har spørsmål?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med lege eller sykepleier</i>
22. Har du fått sykemelding?	
☐	ja
☐	nei - <i>avklar med lege eller sykepleier</i>
☐	ikke aktuelt