



IDENTIFIKA ZAITEZ

Osakidetzarekin daukazu edozein harremanetan, erakutsi beti nortasun agiriren bat (NAN edo pasaporte), eta baita zure Osasun Txartel Indibiduala ere (OTI)



EZAGUTU zure tratamendua

Jakin behar duzu zeintzuk diren hartzen ari zaren medikamentuak, eta nola, noiz eta zertarako hartu behar dituzun. Hartzen ari zaren medikamentuen zerrenda eskatu, eta informazio hau idatzita eduki: izena, dosia, noiz eta nola hartu behar dituzun, eta zenbat denboran zehar ere bai. Eduki beti eskura zerrenda hori osasun zentrora edo ospitalera zoazenean. Idatzi zerrendan, halaber, zeintzuk diren hartu ohi dituzun errezeta gabeko medikamentuak, bitaminak, sendabelarrak eta abar.



EGIAZTATU ematen dizuten dokumentazio guztia

Txostenak, errezetak, bolanteak edo beste-lako dokumentazioa hartzean, egiaztatu ondo identifikatuta ote dauden, zure izen-abizenak agertzen ote diren, hain zuzen ere.



Alergikoa bazara, beti JAKINARAZI hori

Gogorarazi arreta eskaintzen dizutenei, zeintzuk diren alergia sorrarazten dizuten produktu edo medikamentuak.








Ez izan ZALANTZARIK

Ezagutu ondo zeintzuk diren zure osasun-arazoak eta behar duzun tratamendu-plana. Zeure burua behar bezala zaintzeko, galdetu zalantza guztiak.



Tú **también** eres importante para tu **seguridad**:

-  Identifícate
-  Conoce tu tratamiento
-  Verifica la documentación que se te entrega
-  Si eres alérgico, hazlo saber siempre
-  No te quedes con dudas



IDENTIFÍCATE

En cualquier contacto que tengas con Osakidetza muestra siempre un documento identificativo (DNI o Pasaporte) y tu Tarjeta de Identificación Sanitaria (TIS).



CONOCE tu tratamiento

Debes saber qué medicamentos estás tomando y cómo, cuándo y para qué debes tomarlos. Solicita una lista con todos los medicamentos que tomas en la que aparezcan el nombre, la dosis, cuándo y cómo tienes que tomarlos y durante cuánto tiempo. Ten a mano esa lista en las visitas que hagas a tu centro de salud u hospital. Incluye en ella los medicamentos sin receta, vitaminas, plantas medicinales, etc... que tomas habitualmente.



VERIFICA la documentación que se te entrega

Cuando te entreguen informes, recetas, volantes o cualquier otro tipo de documentación comprueba que están correctamente identificados con tu nombre y dos apellidos.



Si eres alérgico, HAZLO SABER siempre:

Recuerda siempre a las personas que te atienden los productos o medicamentos a los que eres alérgico.








No te quedes con DUDAS

Conoce bien tus problemas de salud y el plan de tratamiento que necesitas. Consulta tus dudas para que puedas cuidarte adecuadamente.



Zuk **ere** baduzu zeresana zeure **segurtasunean**:

-  Identifika zaitetz
-  Ezagutu zure tratamendua
-  Egiatzatu ematen dizuten dokumentazio guztia
-  Alergikoa bazara, beti jakinarazi hori
-  Ez izan zalantzarik