

# 歡迎來到 Foothills Medical Centre：患者介紹 (Welcome to Foothills Medical Centre: Patient Orientation)

Traditional Chinese



## 您與您的健康照護團隊 (You and Your Healthcare Team)

多個健康照護提供者將一起提供您最佳的照護。您將是這支健康照護團隊中最重要的一分子。您可以參與有關您的照護以及治療的決定。請讓我們知道**什麼事對您最重要**。

您的照護團隊將告訴您他們的姓名以及他們在此看顧您的原因。如果您的照護團隊忘記說明，您可以隨時詢問。

照護人員每兩個小時將**至少**查房一次，以確保您是否有任何不適並滿足您的需求。若您在查房的間隔期間需要協助，請利用您的呼叫鈴。



## 輪班報告 (Shift Report)

照護人員可能會詢問是否可以在床邊進行輪班報告。輪班報告是交班和接班員工之間一分鐘快速交接。您是健康照護團隊的一分子，因此歡迎您加入討論。

輪班時間通常在早上 7 點、下午 3 點、晚上 7 點以及晚上 11 點。



## 正確的患者、適當的照護 (Right Patient, Right Care)

為了提供最安全的照護，照護人員**每一次**給藥前或做檢查或進行手術時，都需要用兩個方法確認您的身分。這將可確保他們找到對的患者。

方法可能包含：詢問您的姓名、確認個人健康照護號碼、住院號碼或生日。



## 您的健康記錄 (Your Health Record)

您的照護團隊將針對您的照護保存書面與電子記錄。要檢視您的健康紀錄副本，請在網站 [ahs.ca](http://ahs.ca) 上搜尋“調用和披露”("access and disclosure")，或是撥打 403-943-3125。



## 您的白板 (Your Whiteboard)

每張病床旁邊都有一塊白板。白板上記錄著日期、您的照護團隊成員、約診時間以及您當天須達成的目標。您也可以看到預計出院日期（您可以回家的時間）。出院日期可能會根據每天您與照護團隊的討論而有所改變。您、您的家人和您的照護團隊都可以在白板上寫下意見或問題給彼此。您的照護團隊會每天到您的病房檢視並更新這些資訊。如果您或您的家人有任何擔憂或疑問，請讓他們知道。



## 您的藥物 (Your Medication)

為了保障您的安全，您的照護團隊需要一份最新的清單，包含您正在使用的所有藥物、自然療法和維他命。您與您的家人會被要求提供這份清單。

請讓照護團隊知道您是否會對任何藥物過敏。如果您需要服用任何從家裡帶來的藥物，請先詢問您的照護團隊。您出院（回家）時將獲得一份最新的藥物清單給您和您的家庭醫師。



## 正確飲食很重要 (Meals Matter)

在大部分區域，您的飲食將會送至您的病房。如果身體狀況允許的話，坐在椅子上進食對您是最好的。大部分患者在收到早餐的同時也會收到一份菜單。請在下午 1 點 30 分前填完您隔天的菜單。如您有任何關於飲食的疑問，可以與您的護士、營養師或撥打 **403-943-3555** 致電飲食服務中心 (Food Services)。在大部分區域中備有小型廚房。可向您的護士詢問有關餐間飲料和零食的問題。



## 洗手 (Hand Washing)

洗手是阻止細菌擴散的最佳方法。

每個人都應在探視、使用洗手間或進食前後洗手。

## 有任何疑問嗎？ (Questions?)

您的照護團隊將會與您或您的家人確認，以確保您瞭解我們提供的服務以及照護。我們希望聽到您的意見。如果您有任何疑問、擔憂或是意見，請與您的照護團隊、單位主管或是患者關係部 (Patient Relations Department) 討論。

患者關係部

1-855-550-2555

[ahs.ca/about/patientfeedback.aspx](http://ahs.ca/about/patientfeedback.aspx)

要學習更多關於  
照護自己的知識，請點擊：  
[myhealth.alberta.ca/health/  
aftercareinformation/](http://myhealth.alberta.ca/health/aftercareinformation/)

如您出院後對您的健康有任何擔憂，請致電 Health Link (811)。

## 聯絡方式

**Foothills Medical Centre**  
1403 29 Street NW  
Calgary, Alberta T2N 2T9

總機

403-943-3000

總機可以協助您聯絡醫院中其他部門。

# 住院期間 (During Your Stay)



## 網際網路與電話 (Internet and Phones)

大部分區域內都有免費的無線網路。打開您的網頁瀏覽程式，並接受條款與規定即可連接無線網路。**無線網路使用者名稱：healthspot** - 不需要輸入密碼。

請將手機設定為靜音模式。在您的照護團隊為您提供照護時，請不要使用手機。



## 電視 (TV)

您的病床旁**可能**會有電視供您觀賞。為了尊重其他患者休息的權利，請在晚上 10 點至早上 7 點之間，將您的電視音量調小聲。



## 您的財物 (Your Belongings)

保管您所有私人物品最安全的方式就是將它們留在家中。如無法將您的物品寄送回家，請詢問您的照護團隊如何保護其安全。如您的物品丟失或被偷竊，本院將不負賠償責任。請將貴重物品送回家。

對於失物招領，請撥打保護服務中心 (Protective Services) 電話：403-943-3430。



## 抽菸與菸草 (Smoking and Tobacco)

Alberta Health Services 院區內禁止抽菸、使用菸草和類菸草產品例如電子菸或會產生蒸氣的產品。

如您希望戒菸，可與您的照護團隊討論他們可以提供的協助。



## 氣味 (Scents)

基於患者、訪客以及照護團隊的健康與安全考量，請不要在患者區域內使用有香味的產品，如香水或古龍水。請與住院區確認是否可以放置花朵。



## 動起來！ (Let's Move!)

研究顯示在住院時保持活動力可以縮短您康復所需的時間、增強您的力量並讓您在晚上睡得更好。除此之外，保持活動將幫助您保持心情愉快、可以更好的處理疼痛以及對抗感染。

臥床的患者將面臨失去四處走動以及照護自己的能力之風險。請向您的照護團隊詢問預防併發症如虛弱、血塊褥瘡和壓傷的最佳方法，以及如何在醫院中安全地活動。

與您的健康照護團隊確認後，在醫院中保持活動力的秘訣：

1. 繼續做您在家時可以自行處理的事情，如換衣服或是上洗手間
2. 坐在椅子上或是床邊用餐
3. 當您有訪客時，坐在椅子上
4. 全天靠自己的力量做床上運動
5. 每個小時移動或改變姿勢
6. 如果可以的話，可以在您所在的住院區散步，可以自己一人或有人陪伴

## 服務與便利設施 (Services and Amenities)

### 提款機 (ATM)

主大樓與特殊照護大 (二樓)

McCaig 大樓 (一樓)

### 禮品店

主大樓與特殊照護大樓 (二樓)

### 公用洗手間

所有大樓內皆提供 (二樓)

### 商務辦公室

主大樓 (二樓)

### Good Earth

主大樓 (二樓)

### Garden Deli

特殊照護大樓 (二樓)

### On The Go

McCaig 大樓 (二樓)

### 餐廳

主大樓 (一樓)

### 祈禱室

特殊照護大樓 (二樓)



## 讓您在住院期間更加舒適 (Making Your Stay More Comfortable)

請攜帶您自己的牙刷、刷子或梳子、柺杖或助行器、家居服以及拖鞋或鞋子。您也可以帶您最愛的音樂來聽以及被子或毯子，以讓您感到更加舒適。



## 訪客 (Visitors)

我們沒有探視時間限制。您的家人和朋友可以在您住院期間隨時來探視和輔助您。如果他們生病了，請他們等到病狀減輕後再來探視您。向您的護士詢問帶寵物探視相關資訊。



## 病房安排 (Room Arrangements)

有些時候根據醫院的需求，您可能會入住到非典型的病房。您可能會與一名異性住進同一間病房。



## 出院 (Discharge)

您將與您的照護團隊將在您住院期間一起擬定照護計畫並幫助您準備好出院 (離開醫院)。您的照護團隊會每天討論預期出院日期，以確保當您離開醫院時所需要的資源與協助都能準確提供。

如有任何擔憂，請告知您的照護團隊。如您的出院情況有任何變更，您的護士會提前告知。我們會盡力讓您在上午 11 點前完成出院手續。



## 停車 (Parking)

提供單日票、週票和月票選擇。請向您的照護團隊諮詢月票的授權方式。

您可以致電 1-855-535-1100 與停車場辦公室 (Parking Office) 聯絡。如需取得繳費處、停車場以及停車場辦公室之詳細位置，請造訪 [ahs.ca/fmcparking](http://ahs.ca/fmcparking)。