



## 您和您的医疗团队 (You and Your Healthcare Team)

众多医务人员将一起为您提供最佳医疗服务。您是整个团队的重心。您将参与您的护理和治疗决定。请告诉我们**什么事对您最重要**。

您的护理团队将会告知您他们的姓名以及他们在此照看您的原因。如果他们忘记告知，请随时询问他们。

医务人员**至少**每隔两小时会来检查您的身体，以确保您感觉舒适且满足您的需要。非检查期间，如果您有任何需要，请按呼叫铃。



## 交接班报告 (Shift Report)

医务人员可能会询问您是否可以在您的床边进行交接班报告。交接班报告是指交班和接班员工之间一分钟快速交接。您也是您的医疗团队中的一员，欢迎加入。

交接班时间一般在上午 7 点、下午 3 点、下午 7 点和晚上 11 点。



## 正确的患者，正确的护理 (Right Patient, Right Care)

为了提供最安全的护理，医务人员**每次**给药、做检查或治疗时，会使用两种方法查验您的身份。这样可以保证他们面对的是正确的患者。

方法可能会包括：询问您的姓名、检查个人医疗号、医院 ID 号或您的出生日期。



## 您的健康记录 (Your Health Record)

您的护理团队会同时保存纸质和电子版护理记录。如果需要查看您的健康记录，请在 [ahs.ca](https://ahs.ca) 上搜索“访问 (access) 和公开 (disclosure)”或拨打 403-943-3125。



## 您的白板 (Your Whiteboard)

每张床边都放有白板。板上写有当日日期、护理团队人员姓名、您的会诊和当日目标。您还会看见您预期的出院日期（回家时间）。出院日期可能会因为您和您的护理团队的日常沟通而有所变化。您、您的家人和您的护理团队可以互相评论或提问。您的护理团队每天都会和您见面 讨论，以查看和更新板上信息。如果您和您的家人有任何担心或疑问，请告诉他们。



## 您的药品 (Your Medication)

为了您的安全，您的护理团队需要一张即时更新的清单，上面列有您所有的药品、自然疗法和服用的维生素。需要您和您的家人来帮助完成这张清单。

如果您对任何药物过敏，请告知您的护理团队。如果您需要服用任何从家中带来的药品，请在服用前告知您的护理团队。当您出院（回家）时，您和您的家庭医生会得到一张更新的药物清单。



## 饮食安排 (Meals Matter)

在多数区域，饭菜会直接送到病房。如果可以的话，最好坐在椅子上吃饭。多数患者会在早餐托盘上拿到一张菜单。请在下午 1:30 之前填写好您第二天的菜单，如果您对饮食有任何疑问，请联系您的护士、营养师，或拨打 403-943-3555 联系食物服务处。多数区域都配有小型厨房。关于餐间饮料和零食，请咨询您的护士。



## 洗手 (Hand Washing)

洗手是阻止细菌传播最有效的方法。

**每个人都应该在看望病人、去洗手间或吃饭前后洗手。**

## 其他疑问?

### (Questions?)

您的护理团队会与您和您的家人确认您已了解提供的服务和护理。我们期待听到您的意见。如果您有任何疑问、担忧或反馈，请联系您的护理团队、病房管理员或患者关系部。

患者关系部

1-855-550-2555

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

要了解更多关于家庭护理的信息

请点击：

[myhealth.alberta.ca/health/aftercareinformation/](https://myhealth.alberta.ca/health/aftercareinformation/)

如果您在出院后对自己的健康存在担忧，请咨询 Health Link (811)。

## 联系方式

**Rockyview Hospital**

7007 14 Street SW  
Calgary, Alberta T2V 1P9

主要总机电话

403-943-3000

电话总机可以帮助您联系医院其他部门。

# 住院期间

(During Your Stay)



## 网络和手机 (Internet and Phones)

多数区域有免费 Wi-Fi。打开网页浏览器并接受条款和规定以连接网络。 **Wi-Fi 用户名: healthspot** - 无需密码。

请把手机调至震动模式。当护理团队提供服务时，请勿使用手机。



## 电视 (TV)

您的床边可能会有电视。为尊重他人，请在晚上 10 点至早上 7 点调低音量。



## 您的物品 (Your Belongings)

家里是存放私人物品最安全的地方。如果您有不能带回家的东西，请咨询您的护理团队如何安全存放。医院不对丢失或失窃物品负责。请将贵重物品放在家。

要联系保护服务处咨询失物招领，请拨打 403-943-3430。



## 吸烟和烟草 (Smoking and Tobacco)

Alberta Health Services 设施内禁止吸烟、烟草和烟草类产品，如电子烟和蒸汽生产产品。

如果您想要戒烟，请咨询您的护理团队寻求相关帮助。



## 香水 (Scents)

为了患者的健康和​​安全，请探望人员和护理团队在患者区域不要使用香味产品，如香水或古龙水。请与病房核实是否可以带入鲜花。



## 动起来!

(Let's Move!)

有研究表明住院期间保持活动可以缩短恢复时间、增强体质、改善睡眠。除此之外，保持活动可以调节您的情绪、帮助您减轻疼痛、避免感染。

长期卧床的人存在失去行动能力和自理能力的风险。请向您的护理团队咨询预防并发症的最佳方法，如虚弱、血栓和压力损伤，以及如何在医院安全地活动。

与您的医疗团队核实后，关于在医院保持活动的提示：

1. 继续保持您在家可以自行胜任的活动，如穿衣或去洗手间。
2. 坐起来吃每一顿饭，坐在椅子上或床边。
3. 坐在椅子上会客。
4. 每天在床上自己进行运动。
5. 每隔一小时移动或变化姿势。
6. 如果可以的话，在病房内来回走动，自己走动或在别人帮助下走动

## 服务和设施

### (Services and Amenities)

#### 取款机 (ATM)

Highwood Building (大门处)

#### 餐厅

Highwood Building (一楼)

#### Red Thread 礼物商店

Highwood Link (主层，靠近教堂)

#### 公共洗手间

所有楼都有 (主层)

#### Good Earth

Highwood Building (大门处)

#### Trendz 咖啡厅

Holy Cross Ambulatory Care Centre

祈祷室 Highwood Building (大门处)

#### 商务办公室

Highwood Building (大门处)



## 让你住得更加舒适

(Making Your Stay More Comfortable)

请您带上自己的牙刷、刷子或梳子、拐杖或助行器、家居服、拖鞋或便鞋。您可能还想带上自己喜欢的音乐、被子或毯子，让自己感觉更加舒适。



## 探望人员 (Visitors)

我们没有设置探望时间。在您住院期间，您的家人和朋友可以随时探望。如果他们生病了，请让他们等到有所好转后再来探望您。关于带宠物探望，请咨询您的护士。



## 病房安排 (Room Arrangements)

有时取决于医院需求，您可能被安排到非专用病房。可能会安排您和其他性别患者同一病房。



## 出院 (Discharge)

在您住院期间，您和您的护理团队将一起制定详细计划，帮助您尽早出院（离开医院）。您的护理团队将每天会面，商量您的预计出院日期，以确保出院时您能得到正确的资源和帮助。

如果您有任何担忧，请告知您的护理团队。如果您的出院安排有任何更改，您的护士会告知您。我们会尽量将出院时间安排到上午 9 点之前。



## 停车 (Parking)

提供每日、每周、每月停车服务。若要了解每月停车服务，请咨询您的护理团队。

或者拨打 1-855-535-1100 咨询停车办公室。若要寻找收费亭、停车场和停车办公室，请访问 [ahs.ca/rghparking](https://ahs.ca/rghparking)。一些情况下可获得友情停车权 - 请咨询您的护士。