

# Se préparer au retour à la maison : de l'admission à la sortie

Nom : \_\_\_\_\_

Numéro de chambre : \_\_\_\_\_

# Se préparer au retour à la maison

## Bienvenue

Lorsque vous êtes admis à l'hôpital, on vous donne votre date de sortie prévue (DSP), c'est-à-dire la date à laquelle vous pouvez vous attendre à rentrer à la maison, en fonction de l'amélioration de votre santé pendant votre hospitalisation.

**Il est important que vous commenciez à préparer tôt votre retour à la maison.**

Vous-même, votre famille ainsi que vos partenaires de soins essentiels faites partie des membres importants de votre équipe de soins de santé. Votre équipe soignante élaborera un plan de soins pour votre retour à la maison et votre bon rétablissement.

## Admission à l'hôpital

- Une fois dans votre chambre, une infirmière viendra vous voir pour vous poser des questions sur vos besoins. Veuillez lui fournir les renseignements suivants :
  - › Vos allergies;
  - › Vos médicaments;
  - › Coordonnées de votre famille et de vos partenaires de soins essentiels;
  - › Votre plan de soins, le cas échéant;
  - › Votre mandataire spécial, le cas échéant. Pour obtenir des informations sur le choix d'un mandataire, renseignez-vous auprès de votre équipe de soins de santé;
  - › Toute autre chose pouvant aider à préparer votre rétablissement.
- **N'apportez aucun objet de valeur ou médicament dont vous n'avez pas besoin à l'hôpital.** Si vous avez ces articles avec vous, remettez-les à votre personne de soutien pour qu'elle les rapporte à la maison. L'hôpital n'est pas responsable de la perte de ces articles.
- Demandez à votre famille ou à vos partenaires de soins essentiels de vous apporter les articles de toilette, vêtements, chaussures, lunettes, appareils auditifs, aides à la marche et tout autre équipement spécial dont vous pourriez avoir besoin pendant votre séjour à l'hôpital.

## **Famille et partenaires de soins essentiels**

**Nous recommandons la présence de membres de la famille.** Avoir des membres de sa famille et des partenaires de soins essentiels près de soi peut jouer un rôle important dans le processus de guérison et de rétablissement.

Vous pouvez donc nommer deux (2) personnes et décider de leur participation dans vos soins et vos prises de décisions pendant votre hospitalisation.

Pour Santé Nouvelle-Écosse, la dignité et le respect des patients, des familles et des communautés sont des principes de base qui se trouvent au cœur de chaque décision. Afin d'avoir des rapports plus authentiques avec les personnes que nous servons, nous cherchons à établir des relations qui reposent sur la confiance.

## **Votre équipe soignante**

Vous serez pris en charge par une équipe soignante. Certains membres de cette équipe s'occuperont de vous chaque jour, alors que d'autres seront consultés en fonction de vos besoins.

Des infirmières seront présentes 24 heures sur 24. Elles veilleront à votre plan de soins pendant votre séjour à l'hôpital et pourront en référer à d'autres membres de l'équipe soignante pour vous prodiguer des soins.

## **À quoi dois-je m'attendre pendant mon séjour à l'hôpital?**

- Nous veillerons ensemble à ce que vous soyez prêt à rentrer à la maison à la date de sortie prévue (DSP). Votre équipe soignante ira vous voir chaque jour pour discuter avec vous de vos progrès.
  - › Nous vous rappellerons, ainsi qu'à votre famille et à vos partenaires de soins essentiels, votre DSP. Si cette date change, nous en parlerons ensemble.
  - › Il se peut que nous vous parlions, ainsi qu'à votre famille et à vos partenaires de soins essentiels, de vos objectifs de soins et des résultats attendus (ce qui pourrait arriver).
- Nous élaborerons ensemble, avec vous et votre famille ainsi que vos partenaires de soins essentiels, un plan adapté à vos objectifs de santé. Dans certaines unités, ce plan est affiché sur le tableau blanc de la chambre et permet au patient et à son équipe soignante de noter les progrès.

- Vos activités quotidiennes pendant votre séjour à l'hôpital :
  - › On vous lavera;
  - › On vous fera bouger en fonction de vos capacités. Vous essaierez de vous lever du lit pour vos trois (3) repas afin de prévenir les caillots sanguins, prendre des forces et améliorer votre respiration;
  - › Vous participerez vous-même à vos propres soins (p. ex., vous habiller, vous laver le visage).
- Vous pourrez porter vos propres vêtements la plupart du temps. Si cela est possible, demandez à un membre de votre famille ou à un de vos partenaires de soins essentiels de vous apporter des pantoufles avec une semelle antidérapante afin que vous puissiez marcher.
- Votre médecin et votre équipe soignante iront vous voir tous les jours pour vous aider dans vos soins.

**La personne qui vous connaît le mieux, c'est vous-même!  
Si vous, votre famille ou vos partenaires de soins essentiels constatez un changement dans votre état, veuillez en informer un membre de votre équipe soignante dès que possible.**

## Se préparer à la sortie

Avant de quitter l'hôpital, utilisez la liste de contrôle ci-dessous pour être sûr d'avoir tout ce dont vous pourriez avoir besoin à la maison.

### N'oubliez pas vos effets personnels avant de rentrer chez vous.

Avant de rentrer à la maison, assurez-vous d'avoir :

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Un plan pour votre épicerie et vos repas à la maison (renseignez-vous sur les programmes Meals on Wheels et Frozen Favourites); | Prothèses dentaires, appareils auditifs, lunettes;                          |
| <input type="checkbox"/> Vos ordonnances (emballages-coques, assurance, etc.);   | Appareils électroniques (téléphones portables, chargeurs, autres articles); |
| <input type="checkbox"/> Équipement et oxygène;  | Vêtements pour la maison (y compris un manteau et des chaussures);          |
| <input type="checkbox"/> Clés de maison;   | Documents (prises de sang, radiographies).                                  |
| <input type="checkbox"/> Aide à la mobilité (déambulateur, canne);   |   |

## Informations importantes

Passez en revue cette liste avec votre équipe soignante avant votre sortie. L'heure de sortie est 11 h. Si vous attendez les résultats de prises de sang, de radiographies ou d'autres examens, il se peut que vous sortiez plus tard dans la journée.

Qui vient vous chercher à l'hôpital?

Nom: \_\_\_\_\_ Tél. : \_\_\_\_\_

Aurez-vous besoin d'aide une fois à la maison?

Oui

Non

Demander

Rendez-vous de suivi :

Date : \_\_\_\_\_ Heure : \_\_\_\_\_

Savez-vous comment obtenir vos médicaments d'ordonnance?

Oui

Non

Demander

Comprenez-vous les changements apportés à vos ordonnances depuis votre hospitalisation?

Oui

Non

Demander

**Effets secondaires des médicaments à surveiller :**

---

---

---

**Signes et symptômes à surveiller :**

---

---

---

**Si vous avez des questions, appelez votre fournisseur de soins de santé primaire ou votre pharmacien ou composez le 211. Composez le 811 pour parler à une infirmière autorisée, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.**

## Journal

Nous vous recommandons de tenir un journal pendant votre hospitalisation. Cela peut être très utile à la fois pour le patient et sa famille.

<b>Diagnostic</b>	Je sais pourquoi je suis à l'hôpital :		
	<input type="checkbox"/> Oui	<input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Demander
	Je sais quand je rentre à la maison :		
	<input type="checkbox"/> Oui	<input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Demander
<b>Examens</b>	Je sais si j'ai des examens ou des traitements aujourd'hui :		
	<input type="checkbox"/> Rayons X	<input type="checkbox"/> IRM	<input type="checkbox"/> Électrocardiogramme
	<input type="checkbox"/> Analyses de sang	<input type="checkbox"/> Gastroskopie	<input type="checkbox"/> Autre : _____
	<input type="checkbox"/> Ultrason	<input type="checkbox"/> Tomodensitogramme	
<b>Traitements</b>	<input type="checkbox"/> Intraveineux	<input type="checkbox"/> Sonde d'alimentation	<input type="checkbox"/> Cathéter
	<input type="checkbox"/> Pansements	<input type="checkbox"/> Oxygène	<input type="checkbox"/> Autre : _____
<b>Résultats</b>	Je connais les résultats de mes examens ou de mes traitements :		
	<input type="checkbox"/> Oui	<input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Demander
<b>Médicaments</b>	Je sais quels médicaments je prends :		
	<input type="checkbox"/> Oui	<input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Demander
	Ma douleur est contrôlée :		
	<input type="checkbox"/> Oui	<input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Demander
	Je comprends à quoi servent mes médicaments :		
	<input type="checkbox"/> Oui	<input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Demander
	Je sais quels médicaments je vais prendre à la maison :		
	<input type="checkbox"/> Oui	<input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Demander
<b>Médicaments</b>	J'ai des ordonnances et je peux les faire remplir :		
	<input type="checkbox"/> Oui	<input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Demander



**Vous avez besoin d'autre information sur des questions de santé?**

Vous trouverez la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à <https://library.nshealth.ca/PatientEducation> (en anglais seulement).

Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et d'autres ressources.

Pour plus d'information, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>.

Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1.

Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>.

Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1 ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

*Santé Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum.*

*Nous vous remercions de ne pas porter ni utiliser de produits parfumés.*

[www.nshealth.ca](http://www.nshealth.ca)

*Préparation : Expérience patients - Amélioration de la qualité et sécurité*

*Conception : Services de la bibliothèque de Santé Nouvelle-Écosse*

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-2290 © Avril 2022 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour tous les trois ans ou au besoin.