

PARTICIPA EN TU SEGURIDAD

Desde Osakidetza te pedimos que nos ayudes a mejorar tu seguridad como paciente, siguiendo estos **3 sencillos pasos**:

1 Identifícate y verifica tus datos

- Identifícate siempre con tu **DNI** y con tu **TIS** (Tarjeta Individual Sanitaria) cuando acudas a un centro sanitario.
- Comprueba que los datos de identificación personal (**nombre, 2 apellidos y fecha de nacimiento**) que figuran en la documentación que te entregan -informes de alta, volantes de pruebas complementarias, etc.- son los tuyos.
- En el hospital, comprueba que los datos que figuran en la pulsera identificativa son los tuyos: **nombre, 2 apellidos y fecha de nacimiento**. Si durante tu estancia se pierde o deteriora, solicita otra pulsera y vuelve a comprobar tus datos.

2 Conoce tu tratamiento

- Asegúrate de que estás tomando la medicación que te han indicado, y sigue las instrucciones respecto a la dosis diaria y la duración del tratamiento.
- Ten siempre a mano tu **Hoja de Tratamiento** y solicita una nueva cada vez que te cambien la medicación.
- No te quedes con dudas relativas a la medicación. Pregunta en tu centro de salud, en tu farmacia o en el teléfono del Consejo Sanitario (**900 20 30 50**).
- Si tienes cualquier tipo de **alergia**, avisa siempre a los profesionales que te están atendiendo.

3 Lávate las manos

La higiene de manos es una de las principales medidas para prevenir el contagio de enfermedades. Debes saber cuándo y cómo lavarte las manos.

- **¿Cuándo?**
 - Antes de comer o manipular alimentos
 - Después de ir al baño
 - Después de sonarte la nariz, estornudar o toser
 - Antes y después de atender a una persona enferma
 - ... Y siempre que tus manos estén sucias

- **¿Cómo?** Con agua y jabón y siguiendo estos 6 pasos:



Fuente: OMS

PARTICIPA EN TU SEGURIDAD

CON ESTOS **3** PASOS



1 Identifícate y verifica tus datos
¡Nombre, dos apellidos, fecha de nacimiento!

2 Conoce tu tratamiento
¡Ten siempre a mano tu Hoja de Tratamiento!



3 Lávate las manos
¡Evitarás infecciones!