

- እንደብዙ ሰዎች ፣ ከአንድ በላይ የጤና አገልግሎት ሰጪዎችን ሊያዩ ይችላሉ።
- እየወሰዱቸው ያሏቸውን መድሀኒቶች ከስር ይዘርዝሩ።

ስም: \_\_\_\_\_

መድሀኒቶቻቸው

- 
- 
- 
- 
- 

ያለ ትእዛዝ የሚገኙ መድሀኒቶች  
(ያለ ሀኪም ትእዛዝ መግዛት የሚችሏቸው መድሀኒቶች)

- 
- 
- 
- 
- 

ቫይታሚኖች/ቅጠላ ቅጠሎች

- 
- 
- 

ለመድሀኒቶች መጥፎ ምላሽ አልያም ማንኛውም አይነት አላርጂ አለብዎት?

የአደጋ ጊዜ ተጠሪ (ስም እና ስልክ ቁጥር)



# ለመጠየቅ ደህና ነው

## የጤና አገልግሎት ሰጪዎን ይጠይቁ:

1

የጤና ችግራ ምንድን ነው?

2

ምን ማድረግ አለብኝ?

3

ለምንድን ነው ይህን ማድረግ ያለብኝ?



# የጤና አገልግሎት ሰጪዎን ይጠይቁ።

# 1

## የጤና ችግራዎ ምንድን ነው?

### መጠየቅ መብትዎ ነው

#### ጥያቄዎችን መጠየቅ የሚያስፈልገው ማነው?

- እርስዎ ናት! ሁሉም ሰው ስለጤናው ጥያቄ አለው።
- ነገሮችን አንዳንዴ ግራ አጋቢ ሆነው የሚያገኙቸው እርስዎ ብቻ አይደሉም።
- እንዴት ጥንቃቄ ማድረግ እንዳለብዎት እና እንዴት እንደሚሻልዎት ይጠይቁ።

#### ጠይቁ አሁንም ባይገባኝስ?

- “ይህ ለኔ አዲስ ነው። እባክዎ ድጋሜ ያስረዱኝ።” ይበሉ።
- አሁንም ካልገባዎት አይፈሩ።
- ከፈለጉ ተጨማሪ ጥያቄዎችን ይጠይቁ።

#### ማን መመለስ ይችላል;

የጤና አገልግሎት ሰጪዎ ጥቁምን በመመለስ ሊረዱዎት ይፈልጋሉ።

# 2

## ምን ማድረግ አለብኝ?

### ከኔ ጋር ሌላ ሰው ይገኛ መምጣት እችላለሁ?

አዎን፣ ጓደኛ፣ የቤተሰብ አባል አልያም የሚያምኑት ሰው።

- ማለት ያለብዎትን ሊያስታውሱት ይችላል
- ማስታወሻ ይዞ መረጃ ማግኘት ይችላል
- የጤና ሁኔታዎን አልያም ስጋትዎን እንዲረዱ ሊረዳዎት ይችላል

### ከመጎብኘትዎ በፊት፡

ጥያቄዎችዎን እንዲሁም ለጤና አገልግሎት ሰጪዎ መንገር የሚፈልጓቸውን ነገሮች ይጻፉ።

ለምሳሌ በሰውነትዎ ላይ ያልዎት መጥፎ ስሜት ምንድነው፣ የቱ ጋር እና መቼ ተሰማዎት?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# 3

## ለምንድን ነው ይህን ማድረግ ያለብኝ?

ወደ ቤት ከመሄዴ በፊት ማወቅ የምፈልገው መረጃ ስለ...

### የጤና ችግራዎ

መልስ \_\_\_\_\_

---

---

### ምን ማድረግ እንዳለብኝ

መልስ \_\_\_\_\_

---

---

### ለምን ይህን ማድረግ እንዳለብኝ

መልስ \_\_\_\_\_

---

---

### ምን መጠበቅ እንደምችል

መልስ \_\_\_\_\_

---

---

### እርዳታ ቢያስፈልገኝ ማንን መጥራት እንዳለብኝ

መልስ \_\_\_\_\_