

Opuscolo informativo per i pazienti, famiglie e caregiver

Health literacy (conoscenze in salute)



Che cos'è la health literacy (conoscenze in salute)?

- Health literacy significa utilizzare le tue diverse abilità nel capire, comunicare ed utilizzare le informazioni per prendere decisioni sulla tua salute e navigare il sistema sanitario
- Lo stress o il modo in cui ti senti possono influenzare la tua abilità nel capire e agire sulle informazioni di salute

Alcuni esempi nella vita quotidiana in cui usi le tue abilità e conoscenze in salute:

- Seguire le istruzioni nel prendere le medicine
- Prepararsi prima di un esame o intervento chirurgico
- Agire sulle raccomandazioni mediche
- Compilare la modulistica medica
- Capire le ragioni di un trattamento
- Utilizzare le informazioni mediche
- Sapere a chi e dove chiedere aiuto nel sistema sanitario
- Chiedere informazioni riguardanti la tua salute
- Fare advocacy per la tua salute o la tua famiglia

Perché le conoscenze in salute sono importanti per me?

- Migliore è la tua conoscenza in salute, meglio riuscirai a gestire la tua salute e navigare il sistema sanitario
- Diverse persone devono gestire la salute dei propri cari o si prendono cura di qualcuno che ha bisogno

Quali domande posso fare?

- Fatti sicuro di ricevere tutte le risposte alle tue domande prima di concludere la visita o conversazione con il Medico o l'infermiere per te o per la persona di cui ti prendi cura
- Queste domande sono basate su [Ask Me 3](#)
- Quale è il mio problema principale?

- Che cosa dovrei fare?

- Perché è importante per me fare questo?

Nel momento in cui tu hai bisogno, chiedi al tuo Medico e infermiere