



Здравно или медицинско решение е решение, което вземаш за това, какво да направиш когато:

- не се чувстваш добре;
- се притесняваш за здравето си;
- отиваш на редовни прегледи при твоя лекар или зъболекар;
- си в болница;
- имаш нужда от лечение или операция.

Това се нарича вземане на решение за твоето здраве.

Законът казва, че възрастните са дееспособни. Това означава, да разбереш информацията за решението си, така че да можеш да го вземеш.



- Ако не разбираш информацията, която ти се дава за твоето здраве, трябва да поискаш по-ясно обяснение.

- Да продължиш да питаш.

- Да задаваш толкова въпроси, колкото е необходимо:



- за да запомниш информацията;
- за да разбереш различните възможности, които имаш, така че да можеш да вземеш решение за своето здраве;
- за да разбереш какво ще се случи, когато вземеш това решение;
- за да можеш да кажеш или да покажеш на някого това, което искаш.



Трябва да имаш възможност да направиш избор и да вземеш решение за своето здраве.

Хората около теб, хората, на които се доверяваш, трябва да те подкрепят и да ти помагат да вземаш решенията, които искаш.

Това могат да бъдат решения, като приемане на витамини или приемане на хапче за главоболие.



Можеш да вземаш много и различни решения за:

- Теб;
- Твоето здраве;
- Посещение при лекар;
- Посещение при зъболекар;
- Твоето лечение.



## ИНФОРМАЦИЯ

Има много неща, върху които трябва да помислиш, когато вземаш решение за своето здраве.

Може да се нуждаеш от информация, преди да решиш за:

- Твоето здраве;
- Необходимото лечение за теб;
- Съответното болнично заведение;
- Твоят лекар или заболякар.



Можеш да се нуждаеш от повече информация за твоето здраве, която може да ти бъде обяснена:

- С думи;
- С картини, снимки;
- Със знаци като: МАКАТОН, жестомимичен език и др.;
- С вашето комуникационно устройство.



ВАЖНИ ВЪПРОСИ ЗА ТВОЕТО ЗДРАВЕ:

Имаш ли достатъчна информация, за да вземеш решение за здравето си?

Разбираш ли информацията, която ти се дава?

Разбираш ли какво ще се случи, след като вземеш твоето решение?





Нуждаеш ли се от помощ, за да разбереш разликата между две решения?

Нуждаеш ли се от помощ, за да вземеш решение?



ПОЛУЧАВАНЕ НА ПОДКРЕПА ПРИ ВЗЕМАНЕ НА РЕШЕНИЯ:

#### Какво би искал

Трябва да имаш достатъчно подкрепа, за да вземаш свои собствени решения.

Понякога може да ти е трудно да вземеш решение за твоето здраве. Човек, на когото имаш доверие, може да ти помогне:

- Да разбереш информацията за твоето решение;
- Да не забравиш информацията;
- Да разбереш различните възможности, които имаш;





- Да си наясно какво ще се случи, след като си взел решение;

- Да обясни на хората да разберат какво е твоето решение.

Хората, на които имаш доверие, може да са приятел, застъпник, член на семейството и човек, който те подкрепя и те познава добре.



**Вземане на решения за твоето здраве:**

Научаваш как да получиш информация за твоето здраве

Научаваш как да получиш подкрепа, за да направиш своя избор

Научаваш как да вземаш решения.



ТОВА Е АНИ...

Ани има главоболие и не може да спи добре през нощта. Тя иска да отиде в болница, за да се консултира с лекар. Ани казва на баща си, че иска да отиде в болница, за да я прегледа лекар.

Бащата на Ани предлага да я заведе при личния лекар, вместо да ходят в болница. Ани се съгласява, защото баща ѝ ѝ обяснява, че личният лекар също може да я прегледа и няма да е необходимо да ходят в болница.

Лекарят преглежда Ани и я пита дали би искала да взема лекарство, за да ѝ мине главоболието.

Лекарят обяснява на Ани, че ако приема лекарството, ще се чувства по-добре, а ако не взема лекарството, ще продължава да има главоболие.

Лекарят предлага на Ани таблетки, но тя обяснява, че не обича да приема таблетки, защото трудно ги преглъща. Вместо това, той ѝ предлага лекарство от шишенце, което тя може да приема с лъжица.

Ани решава, че би искала да приема лекарството от шишенцето.

Ани е доволна и се съгласява да приема лекарството.

Тя също така е доволна, че е решила да информира лекаря, че не обича таблетки.

Тя е доволна, че е взела решение да каже на баща си, че е необходимо да отиде на лекар.

*Ани е взела правно решение – тя е направила избор и е дала съгласие за лечение. Тя е избрала да не приема таблетки и е казала, че иска лекарство от шишенце. Предоставена ѝ е правилна информация и тя е била в състояние да я разбере и да обясни какво иска.*