

Ο Φάκελος που φέρνει ηρεμία στη φροντίδα.

Ένας μικρός φάκελος που κάνει μεγάλη διαφορά.
Συμπλήρωσέ τον μία φορά και θα σε διευκολύνει σε κάθε
ραντεβού, κάθε αλλαγή φροντιστή, κάθε απρόοπτο.



Πάρε ένα στυλό.
Συμπλήρωσε μόνο τα
απολύτως βασικά.
Κράτησέ το κάπου που θα
το βρίσκεις εύκολα.



□ 1. Βασικές Πληροφορίες Υγείας

Ονοματεπώνυμο φροντιζόμενου:

.....

Ημερομηνία γέννησης:

.....

ΑΜΚΑ / Αριθμός ασφάλισης:

.....

Διάγνωση / Πάθηση:

.....

Θεράπων ιατρός:

.....

Επείγον τηλέφωνο επικοινωνίας:

.....

💡 Συμβουλή: Εκτύπωσε δύο αντίγραφα — ένα για το σπίτι και ένα για τον φροντιστή.

□ 2. *Ενεργή Αγωγή* *(Φάρμακα & Οδηγίες)*

Όνομα φαρμάκου:

.....

Δοσολογία / Ώρα:

.....

Σκοπός:

.....

Παρατηρήσεις:

.....

.....

 Συμβουλή: Ενημέρωσε αυτή τη λίστα κάθε φορά που αλλάζει συνταγή ή φάρμακο.

□ 3. Καθημερινές Ανάγκες & Δραστηριότητες

Δραστηριότητα	Μπορεί μόνος/νη	Χρειάζεται βοήθεια
Φαγητό	☐	☐
Μπάνιο	☐	☐
Μετακίνηση/ Βάδισμα	☐	☐
Φάρμακα	☐	☐
Ραντεβού / Συνεννόηση	☐	☐

 **Συμβουλή:** Αυτές οι πληροφορίες βοηθούν τον γιατρό, τον φροντιστή και την οικογένεια να συντονίζονται χωρίς παρεξηγήσεις.

Η φροντίδα γίνεται πιο
εύκολη όταν τα βασικά είναι
συγκεντρωμένα.

Κράτα τον φάκελο
ενημερωμένο και πρόσβαση
σε όποιον σε βοηθά.

*Η φροντίδα δεν είναι κάτι που κάνεις
μόνος/η.*



*Αν χρειαστείς,
είμαι εδώ.*

caremind.gr / caremind.connect@outlook.com