

## Η χάρτα των Ασθενών για Ενδυνάμωση των Ασθενών

1. Δεν είμαι μόνο η κατάσταση της υγείας μου
2. Είμαι ενδυναμωμένος στο βαθμό που θέλω να είμαι
3. Είμαι ισότιμος εταίρος σε όλες τις αποφάσεις που σχετίζονται με την υγεία μου
4. Έχω όλες τις πληροφορίες τις οποίες χρειάζομαι σε εύκολα κατανοητή διατύπωση, συμπεριλαμβανομένων και των ιατρικών μου αρχείων
5. Οι δικοί μου επαγγελματίες της υγείας και το σύστημα υγείας μας προωθούν ενεργά τον αλφαριθμητισμό της υγείας για όλους
6. Έχω τη συνεχή στήριξη που χρειάζομαι για να χειρίζομαι τη δική μου φροντίδα
7. Η εμπειρία μου είναι ένα ζωτικό μέτρο ποιοτικής ιατρικής φροντίδας
8. Μπορώ να συμμετέχω στην αξιολόγηση και στον σχεδιασμό των ιατρικών υπηρεσιών ούτως ώστε να λειτουργούν καλύτερα για όλους
9. Μέσω των οργανώσεων των ασθενών, η φωνή μου γίνεται μέρος μιας μεγαλύτερης, ενωμένης φωνής
10. Δικαιοσύνη και ενδυνάμωση είναι συνυφασμένα – θέλω το δικαίωμα για όλους τους ασθενείς

# Η χάρτα των Ασθενών για Ενδυνάμωση των Ασθενών

## 1. Δεν είμαι μόνο η κατάσταση της υγείας μου

Η φροντίδα της υγείας ουσιαστικά είναι η ανθρώπινη αλληλεπίδραση. Η ενδυνάμωση ξεκινά με το να σε χειρίζονται με σεβασμό, αξιοπρέπεια και συμπόνια, και επίσης να σε βλέπουν σαν άνθρωπο που έχει ζωή πέραν της κατάστασης της υγείας του.

## 2. Είμαι ενδυναμωμένος στο βαθμό που θέλω να είμαι

Όλοι χρειάζονται ενδυνάμωση, παρόλο που μερικοί άνθρωποι ίσως να χρειάζονται περισσότερη στήριξη. Πρέπει να υιοθετούνται οι σωστές στρατηγικές για συγκεκριμένες ανάγκες, ειδικά για να ενθαρρύνονται οι φωνές εκείνων που μπορεί να είναι σε μια ευάλωτη ή περιθωριοποιημένη κατάσταση. Όλοι οι ασθενείς πρέπει να έχουν στήριξη και να τους επιτρέπεται να έχουν λόγο στη φροντίδα τους, σύμφωνα με τις ικανότητες και τις επιθυμίες τους, ανεξάρτητα από την ηλικία μας, το φύλο, την ικανότητα, την εθνικότητα, την θρησκεία ή τα πιστεύω μας, την κοινωνικό-οικονομική μας κατάσταση, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, ταυτότητα, έκφραση ή χαρακτηριστικά. Αν οι ασθενείς επιθυμούν να αναθέσουν κάποια απόφαση τους σε κάποιον άλλο, αυτό πρέπει να γίνεται σεβαστό.

## 3. Είμαι ισότιμος εταίρος σε όλες τις αποφάσεις που σχετίζονται με την υγεία μου

Όλες οι αποφάσεις που σχετίζονται με την υγεία, είτε για μακροχρόνιο σχεδιασμό φροντίδας, είτε για μια μοναδική θεραπεία/πρόληψη, πρέπει να είναι αποτέλεσμα κοινής λήψης της απόφασης μεταξύ του ασθενή και της ομάδας που παρέχει την ιατρική φροντίδα. Οι ασθενείς χειρίζονται την χρόνια πάθηση τους οι ίδιοι τον περισσότερο καιρό. Οι ασθενείς και οι επαγγελματίες χρειάζεται να κτίσουν μια σχέση που να βασίζεται στον αμοιβαίο σεβασμό, να μοιράζονται πληροφορίες και να έχουν διάλογο ως ισότιμοι εταίροι γύρω από προτιμήσεις για θεραπεία, προτεραιότητες και αξίες.

## 4. Εχω όλες τις πληροφορίες τις οποίες χρειάζομαι σε εύκολα κατανοητή διατύπωση, συμπεριλαμβανομένων και των ιατρικών μου αρχείων

Οι ασθενείς έχουν το δικαίωμα να λαμβάνουν τις πληροφορίες που χρειάζονται και θέλουν, στην σωστή ποσότητα και μορφή, σε γλώσσα αρκετά απλή ούτως ώστε να μπορούν να επιλέγουν σύμφωνα με τις επιθυμίες τους. Το δικαίωμα να μην λαμβάνουν πληροφορίες πρέπει να γίνεται σεβαστό. Επιπρόσθετα, πρέπει να μπορούν να έχουν ελεύθερη πρόσβαση στα δικά τους ιατρικά αρχεία, και να θεωρούνται συν-ιδιοκτήτες των δεδομένων τους, και να έχουν λόγο στον τρόπο που χρησιμοποιούνται τα δεδομένα τους. Οι πληροφορίες για τους ασθενείς πρέπει να σχεδιάζονται από κοινού με τους ασθενείς για να εξασφαλίζεται η καλή τους ποιότητα.

## 5. Οι δικοί μου επαγγελματίες της υγείας και το σύστημα υγείας μας προωθούν ενεργά τον αλφαριθμητισμό της υγείας για όλους

Ο αλφαριθμητισμός της υγείας είναι περισσότερο από απλά πληροφορίες: περιστρέφεται γύρω από το δικαίωμα της έρευνας, της κρίσης και της χρησιμοποίησης πληροφοριών για την υγεία για να παίρνονται καλές αποφάσεις για την υγεία σε όλους τους τομείς της ζωής. Χαμηλός αλφαριθμητισμός υγείας επηρεάζει την υγεία και μπορεί να ενισχύσει άλλες ανισότητες. Είναι μια ατομική πρόκληση αλλά επίσης και μια πρόκληση για το σύστημα.: συχνά είναι δύσκολο να «κυβερνήσεις» επαγγελματίες της υγείας, οργανισμούς και συστήματα: χρειάζεται να προσαρμοστούν ούτως ώστε όλοι οι χρήστες, συμπεριλαμβανομένων και ανθρώπων με χαμηλότερο αλφαριθμητισμό υγείας, να μπορούν να κατανοούν και να έχουν εύκολη πρόσβαση στις υπηρεσίες που χρειάζονται.

## 6. Εχω τη συνεχή στήριξη που χρειάζομαι για να χειρίζομαι τη δική μου φροντίδα

Οι ατομικές ανάγκες των ασθενών να χειρίζονται την φροντίδα και την ζωή τους στα πλαίσια των δικών τους προσωπικών αξιών, στόχων, οικογενειακών και άλλων συνθηκών, πρέπει να είναι στο επίκεντρο μιας κοινής προσέγγισης της φροντίδας. Πρέπει να δίνονται όλες οι σχετικές επιλογές στους ασθενείς και τις οικογένειες τους ούτως ώστε να κάνουν ουσιαστικές επιλογές, και οι ομάδες υγείας/κοινωνικής φροντίδας θα πρέπει να περιλαμβάνουν τους σωστούς ρόλους, ικανότητες και γνώση για να στηρίξουν την αποτελεσματική αυτό-διαχείριση. Η εκπαίδευση για την αυτό-διαχείριση θα πρέπει να είναι ευρέως διαθέσιμη στην κοινότητα ως μέρος της ενσωματωμένης φροντίδας των χρόνιων παθήσεων.

## 7. Η εμπειρία μου είναι ένα ζωτικό μέτρο ποιοτικής ιατρικής φροντίδας

Η εμπειρία του ασθενή θα πρέπει να υιοθετηθεί ως μέτρο-κλειδί στην αξιολόγηση της ποιότητας της ιατρικής φροντίδας. Αυτό δεν σημαίνει ασκήσεις όπου απαντάς όπως για παράδειγμα «έρευνες ικανοποίησης», αλλά ουσιαστικά – συμπεριλαμβανομένων ποιοτικών ερευνών – ασθενώ-κεντρικά μέτρα. Δείκτες αξιολόγησης της ποιότητας της ιατρικής φροντίδας θα πρέπει να καθορίζονται επίσης από τους ίδιους τους ασθενείς, και όχι μόνο από το τι υποθέτουν οι παροχείς ότι είναι σημαντικό για τους ασθενείς. Η ανταπόκριση από τους ασθενείς θα πρέπει ενεργά να ενθαρρύνεται, να λαμβάνεται υπόψη και να γίνονται ενέργειες σύμφωνα με αυτή.

## 8. Μπορώ να συμμετέχω στην αξιολόγηση και στον σχεδιασμό των ιατρικών υπηρεσιών ούτως ώστε να λειτουργούν καλύτερα για όλους

Ουσιαστική εμπλοκή των ασθενών όπως καθορίζεται από το EPF βασίζεται στην αρχή ότι οι ασθενείς έχουν μοναδική εμπειρία και γνώση: μόνο ο ασθενής βλέπει «όλο το ταξίδι». Μόνο οι ασθενείς μπορούν να αναγνωρίσουν κενά στην παροχή, αλλά και πλεονάζουσες ή ανεπιθύμητες υπηρεσίες, βοηθώντας έτσι σε μια πιο αποτελεσματική και αποδοτική φροντίδα υγείας. Επίσης οι ασθενείς έχουν ένα θεμελιώδες δημοκρατικό δικαίωμα να αντιπροσωπεύονται σε όλα τα επίπεδα σχεδιασμού, παράδοσης και αναθεώρησης των υπηρεσιών υγείας, πολιτικής και νομοθεσίας – η εμπλοκή τους θα πρέπει να ενσωματωθεί σε επίσημες δομές και διαδικασίες, και να θεωρείται πολύτιμη.

## 9. Μέσω των οργανώσεων των ασθενών, η φωνή μου γίνεται μέρος μιας μεγαλύτερης, ενωμένης φωνής

ΙΟ κάθε ένας από τους ασθενείς μπορεί να είναι ισχυρός συνήγορος βάσει των δικών του προσωπικών εμπειριών και συνθηκών. Επιπρόσθετα, οι οργανώσεις των ασθενών προωθούν απόψεις που εκπροσωπούν ομάδες ασθενών, μέσα από μια συμβουλευτική δημοκρατική διαδικασία. Οι εκπρόσωποι των Οργανώσεων των ασθενών επιλέγονται για να εκπροσωπούν τις απόψεις των ασθενών σε επίπεδο πολιτικής, και κατανοούν ότι εκπροσωπούν ένα ευρύ φάσμα. Οι Οργανώσεις των ασθενών θα πρέπει να στηρίζονται συστηματικά, συμπεριλαμβανομένης της οικονομικής στήριξης, για να φέρνουν εις πέρας αυτά τα καθήκοντα αποτελεσματικά.

## 10. Δικαιοσύνη και ενδυνάμωση είναι συνυφασμένα – θέλω το δίκαιο για όλους τους ασθενείς

Για να είσαι ένας ενδυναμωμένος ασθενής, πρώτα πρέπει να έχεις πρόσβαση σε υψηλού επιπέδου φροντίδα. Πολλοί ασθενείς δεν λαμβάνουν ούτε καν βασική θεραπεία. Το όραμα μας ως κοινότητα ασθενών είναι να έχουν όλοι οι ασθενείς δίκαιη πρόσβαση, χωρίς διακρίσεις, σε υψηλής ποιότητας ιατρική και κοινωνική φροντίδα η οποία είναι σχεδιασμένη να καλύπτει τις ανάγκες τους. Αυτό απαιτεί αλλαγή πολιτικής για να διασφαλίσουμε ότι τα δικαιώματα των ασθενών είναι σεβαστά, να πολεμήσουμε τις ανισότητες που εξακολουθούν να υπάρχουν στην υγεία παντού στην Ευρώπη, και να κάνουμε την υγεία προτεραιότητα σε όλες τις πολιτικές σε εθνικό και Ευρωπαϊκό επίπεδο.

**#PatientsprescribE**