

**SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ**

**PAKOLAISTOIMISTO**

**STM:N MONISTEITA 1993:25**

**Terveyssanasto  
Terveysavain  
serbokroatia**

**Sanastoa terveydenhoitajille ja  
terveydenhoito-ohjeita pakolaisille**

**Helsinki 1993**

**ISBN 951-47-8299-2**

**ISSN 1236-200X**

Julkaisija

Julkaisun päivämäärä

SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ

11.10.1993

Tekijät (toimielimestä: toimielimen  
nimi, puheenjohtaja, sihteeri)

Julkaisun laji  
STM:n monisteita

-

Toimeksiantaja  
STM:n pakolaistoimisto

Toimielimen asettamispvmm

-

Julkaisun nimi (myös ruotsinkielinen)  
TERVEYSSANASTO - TERVEYSAVAIN  
SERBOKROATIA

Julkaisun osat

Tiivistelmä

Terveyssanasto koostuu yksinkertaisista kysymyksistä, joita terveydenhuollossa tarvitaan. Terveyssanasto 1 sisältää seuraavat tilanteet: asiakkaan henkilötietojen selvittäminen, omaisten tiedot, taustatiedot, neuvolakäynnit, koulu-terveydenhuolto, sunn terveydenhuolto, terveysaseman päivystys ja sairaalahoito.

Terveysavain sisältää 19 ohjetta perusterveydenhuollosta, henkilökohtaisesta hygieniasta ja rokotuksista.

Kyseessä on koekäyttöön tarkoitettu julkaisu, joten jatkotoimenpiteistä päätetään vasta kokeilun ja saadun palautteen pohjalta.

Avainsana: (asiasanat)

terveyssanasto, terveydenhoito-ohjeita

Muut tiedot

Terveyssanasto on käännetty arabiaksi, englanniksi, persiaksi, ranskaksi, serbokroatiaksi, somaliksi, venäjäksi ja vietnamiksi ja Terveysavain aluksi vain albaniksi. Kukin kieli ilmestyy omana monisteena.

Sarjan nimi ja numero

ISSN

ISBN

Sosiaali- ja terveysministeriön  
monisteita 1993:25

951-47-8299-2

1236-200X

Kokonaissivumäärä  
49

Kieli  
serbokroatia

Hinta

-

Luottamuksellisuus

-

Jakaja

STM/Pakolaistoimisto

Kustantaja

STM/Pakolaistoimisto

11.10.1993

## SERBOKROATIA - TERVEYSSANASTO - TERVEYSAVAIN

### KÄYTTÄJILLE

Terveyssanasto on tarkoitettu pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden kanssa työskentelevän terveydenhuoltohenkilöstön käyttöön. Terveyssanasto ei voi koskaan korvata omaa kielitaitoa, ammattitaitoista tulkkia eikä oman ammattitaidon ja erilaisen kulttuuritaustan omaavan potilaan tai asiakkaan vuorovaikutusta. Se tarjoaa vain vaatimatonta apua ja "hiukan kättä pidempää".

Terveyssanasto koostuu yksinkertaisista kysymyksistä, joita terveydenhuollossa tarvitaan. Terveyssanasto sisältää kysymyksiä seuraavista tilanteista: henkilötiedot, perhesuunnittelu, neuvolakäynnit, kouluterveydenhuolto, suun terveydenhuolto, ilta- ja viikonloppupäivystys ja sairaalahoido. Somalinkielisessä terveyssanastossa on myös synnytyssanasto.

Terveysavain koostuu terveydenhoito- ja sairaanhoito-ohjeista. Monisteessa on seuraavat ohjeet: kuumeen mittaaminen, kuumeen hoito, flunssan hoito-ohjeita, päättain hoito, syyhypunkin hoito, suolistolaiset, salmonellosis, ummetuksen hoito, ripulin hoito, ohje hepatiitti B:n kantajalle, tuberkuloosi, virtsa- ja ulostenäyte, kuinka käytän kondomia, rokotukset ja potilaan oikeudet. Tarkoitus on, että terveydenhoitaja kopioi potilaalle omasta "käsikirjastaan" tämän tarvitseman ohjeen.

Terveyssanasto ja terveysavain ovat saaneet alkunsa pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden vastaanoton parissa työskentelevien terveydenhoitajien aloitteesta. Lähtökohtana on aineisto, jonka he ovat muokanneet. He ovat kehittäneet tätä materiaalia yhdessä sosiaali- ja terveysministeriön pakolaistoimiston kanssa. Erikoissuunnittelija Helinä Kokkarinen on muokannut sanaston. Saamme kiittää terveydenhoitajia siitä, että tämä aineisto on nyt kaikkien käytettävissä. Kiitos kuuluu myös erikoistutkija, LL Hanna Nohynekille, joka on käynyt läpi terveysavaimen tekstit ja tehnyt niihin korjauksia ja parannuksia. Käännöksen on tehnyt Biljana Zivkovic Lingua Nordica Oy:stä ja sen on tarkistanut LL Verdan Stefanovic.

Tässä monisteessa on kehittämisen ja uudistamisen varaa. Tämä on yksi syy siihen, että Terveyssanasto ja terveysavain ilmestyvät monisteena. Toinen syy on kustannusten säästö: jokainen käyttäjä voi kopioida monistetta tarpeidensa mukaan. Säästämme myös kääntäjien voimavaroja, kun Terveysavaimen ohjeet nyt saadaan valtakunnalliseen käyttöön. Kaikki palaute on tervetullutta.

  
Toimistopäällikkö Mervi Virtanen

  
Tp. tiedottaja Tarja Summa

# TERVEYSSANASTO 1: SUOMI - SERBOKROATIA

## ASIAKKAAN HENKILÖTIETOJEN SELVITTÄMINEN

## UPISIVANJE LIČNIH PODATAKA PACIJENTA

### HENKILÖTIEDOT

### LIČNI PODACI

1. Kirjoita henkilötietosi tähän.	1. Upišite ovde lične podatke.
2. Onko sinulla KELA/sairasvakuutuskorttia?	2. Imate li karticu Zavoda za socijalno i zdravstveno osiguranje?
3. Mikä on sinun sukunimesi?	3. Kako se prezivate?
4. Mikä on sinun etunimesi?	4. Kako se zovete?
5. Mikä on syntymäaikasi?	5. Kada ste rođeni?
6. Minä vuonna olet syntynyt?	6. Koje godine ste rođeni?
7. Missä kuussa olet syntynyt?	7. Kog meseca ste rođeni?
8. Monesko päivä olet syntynyt?	8. Kog dana u mesecu ste rođeni?
9. Mikä on henkilötunnuksesi?	9. Koji je Vaš matični broj?

### OSOITETIEDOT

### ADRESA

1. Mikä on osoitteesi?	1. Koja je Vaša adresa?
2. Kirjoita osoitteesi, ole hyvä.	2. Molim, napišite Vašu adresu.
3. Onko sinulla puhelinta?	3. Imate li telefon?
4. Mikä on puhelinnumerosi?	4. Koji je broj Vašeg telefona?
5. Mikä on työpaikkasi puhelinnumero?	5. Koji broj Vašeg telefona na poslu?

### LAPSEN HENKILÖTIEDOT

### LIČNI PODACI DECE

1. Lapsen nimi.	1. Ime i prezime deteta.
2. Alleviivaa lapsen kutsumanimi, ole hyvä.	2. Molim Vas, podvucite ime deteta.
3. Äidin/isän/huoltajan nimi.	3. Ime majke/oca/starateljja
4. Lapsen sisarukset ja iät sekä nimet.	4. Starost i imena braće i sestara deteta.
5. Missä lapsi on hoidossa?	5. Gde je dete na nezi?
6. Missä koulussa lapsi on?	6. U kojoj je školi dete?
7. Onko sinulla neuvolakorttia?	7. Imate li knjižicu dečjeg savetovališta?

**OMAISTEN TIEDOT**

**PODACI O ČLANOVIMA PORODICE**

1. Oletko naimaton?	1. Da li ste neudati/neoženjeni?
2. Oletko naimisissa?	2. Da li ste udati/oženjeni?
3. Oletko eronnut?	3. Da li ste razvedeni?
4. Oletko leski?	4. Da li ste udovac/udovica?
5. Oletko avoliitossa?	5. Da li živite u vanbračnoj zajednici?
6. Onko sinulla lapsia?	6. Imate li dece?
7. Kuinka monta lasta sinulla on?	7. Koliko imate dece?
8. Minä vuonna lapsesi ovat syntyneet?	8. Kojih godina su rođena Vaša deca?
9. Kuka on lähin omaisesi?	9. Ko je Vam je u najbližem srodstvu?
10. Kuka on lähin tuttavasi tai ystäväsä Suomessa?	10. Ko je Vaš najbolji poznanik/poznanica ili prijatelj/prijateljica u Finskoj?
11. Mikä on hänen osoitteensa?	11. Koja je njegov/njena adresa?
12. Mikä on hänen puhelinnumerosa?	12. Koji je njegov/njen broj telefona?

**ASIAKKAAN TAUSTATIEDOT**

**OŠNOVNI PODACI PACIJENTA**

1. Mikä on äidinkielesi?	1. Koji je Vaš maternji jezik?
2. Minkä maan kansalainen olet?	2. Čiji ste državljanin?
3. Mikä on etninen taustasi?	3. Koje je Vaše etničko poreklo?
4. Mitä kieliä puhut?	4. Koje jezike govorite?
5. Tarvitsetko tulkkia?	5. Da li Vam je potreban tumač?
6. Minkä kielisen tulkin haluat?	6. Za koji jezik hoćete tumača?
7. Osaatko lukea?	7. Da li umete da čitate?
8. Osaatko kirjoittaa?	8. Da li umete da pišete?
9. Ymmärrätkö suomalaisen tapaan kirjoitettuja kirjaimia/numeroita?	9. Da li umete da čitate slova i brojeve koji se koriste u Finskoj?
10. Mikä on ammattisi?	10. Koje je Vaše zanimanje?
11. Oletko koululainen?	11. Da li ste učenik?
12. Oletko opiskelija?	12. Da li ste student?
13. Oletko kotirouva/-äiti?	13. Da li ste domaćica?
14. Oletko ollut töissä?	14. Da li ste zaposleni?

**TERVEYSASIAKIRJAT****ZDRAVSTVENI DOSIJE**

Saako sinua koskevia terveystietoja hankkia/luovuttaa hoitostasi vastaavien työntekijöiden käyttöön?	Da li dovoljavate da se zdravstveni radnici koji su nadležni za Vašu negu koriste podacima o Vašem zdravlju?
Onko sinulla * neuvolakortti * ajanvarauskortti  * KELA/sairausvakuutuskortti  * rokotuskortti * terveyskortti (Health Card)	Imate li * knjižicu savetovaništa * knjižicu za zakazivanje pregleda * karticu Zavoda za socijalno i zdravstveno osiguranje * karticu o vakcinaciji * zdravstvenu knjižicu

TERVEYDENHOITO

ZDRAVSTVENA NEGA

PERHESUUNNITTELU- JA  
ÄITIYSNEUVOLASSA

PLANIRANJE PORODICE I  
SAVETOVALIŠTE ZA TRUDNICE

Tuleeko sinulla verta alapäästä kerran kuukaudessa?	Da li krvarite iz rodnice jednom mesečno?
Onko sinulla kuukautiset?	Da li imate menstruaciju?
Kuinka vanha olit, kun kuukautiset alkoivat?	Sa koliko godina su Vam počele menstruacije?
Kuinka pitkä aika on kuukautisten alusta seuraavien kuukautisten alkuun?	Koliko dana prođe od prvog dana menstruacije do početka sledeće?
Kuinka pitkä on kuukautiskierrosi?	Na koliko dana dobijate menstruacije?
Kuinka monta päivää vuoto kestää?	Koliko dana Vam traje menstruacija?
Milloin olivat kuukautiset viimeksi?	Kada ste imali poslednju menstruaciju?
Onko kuukautisvuoto * normaalia * niukka * runsas?	Da li Vam je menstrualno krvarenje * normalano * slabo * obilano?
Ovatko kuukautesi säännölliset?	Da li su Vam menstruacije redovne?
Onko sinulla kuukautiskipuja?	Da li imate bolne menstruacije?
Onko sinulla alavatsakipuja?	Da li imate bolove u donjem delu stomaku?
Käytätkö kalenteria seuratesasi kuukautisiasi?	Da li koristite kalendar za praćenje menstruacija?
Tuleeko kuukautisiesi välillä jotain muuta vuotoa?	Da li imate neki drugi iscedak između menstruacija?
Onko vuoto * veristä * pahanhajuista * paksua, paakkuista, viherävää?	Da li je iscedak * krvav * neprijatnog mirisa * gust, zgrušan, zelenkast?
Onko alapäässä kutinaa, kirvelyä, haavaumia?	Da li imate svrab, peckanje ili ranice na ženskim polnim organima?
Onko aikaisempia * tulehduksia * leikkauksia * keskenmenoja * keskeytyksiä? - montako?	Da li ste imali ranije * upale * operacije * spontane pobačaje * abortuse? - koliko puta?
Onko sinulle tehty ympärileikkaus? Minkä ikäisenä?	Da li ste obrezani? Sa koliko godina?

Onko kirvelyä virtsatessa?	Da li Vas peče pri mokrenju?
Oletko käyttänyt mitään ehkäisyä? * keskeytetty yhdyntä * varmat päivät * pillerit * kierukka * kondomi * pessaari	Da li ste koristili neka sredstva za kontracepciju? * prekid snošaja * sigurne dane * pilule * spiralu * prezervativ * dijafragmu
Milloin sinulle on viimeksi tehty gynekologinen tutkimus?	Kada ste poslednji put bili na ginekološkom pregledu?
Millon sinulta on otettu viimeksi irtosolunäyte (papa)?	Kada Vam je poslednji put rađen Papa-test?
Oletko itse tuntenut kierukan langat?	Da li možete sami da napipate končiće spirale?
Haluatko raskauden ehkäisyä?	Da li želite da sprečavate trudnoću?
Onko sinulle tehty sterilisatio?	Da li ste sterilisani?
Milloin olet viimeksi ollut sukupuoliyhteydessä?	Kada ste poslednji put imali snošaj?
Onko sinulla vakituinen sukupuolipartneri?	Da li imate stalnog seksualnog partnera?
Onko sinulla useita sukupuoli partnereita?	Da li imate više seksualnih partnera?
Oletko ollut aikaisemmin raskaana? - Kuinka monta kertaa?	Da li ste ranije bili trudni? - Koliko puta?
Onko sinulla aikaisempia synnytyksiä? - Kuinka monta?	Da li ste se ranije porađali? - Koliko puta?
Oletko synnyttänyt alateitse? - Kuinka monta kertaa?	Da li ste rodili dete kroz rodnicu? - Koliko puta?
Onko sinulle tehty keisarileikkaus? - Kuinka monta kertaa?	Da li Vam je rađen carski rez? - Koliko puta?
Oletko nyt raskaana? - Kyllä / ei / en tiedä.	Da li ste trudni? - Da / ne / ne znam.
Raskaustesti tehdään aamuvirtsasta laboratoriossa.	Analiza za dokazivanje trudnoće se vrši od jutarnje mokraće u laboratoriji.
Tupakoitko? - Kuinka monta savuketta päivässä?	Da li pušite? - Koliko cigareta na dan?
Käytätkö alkoholia?	Da li pijete alkoholna pića?
Käytätkö säännöllisesti jotakin lääkettä? - Kirjoita lääkkeen nimi, ole hyvä.	Da li redovno uzimate neki lek? - Molim, napišite ime leka.



Kuinka kauan olet ollut raskaana?	Koliko dugo ste već trudni?
Raskaus kestää normaalisti 40 viikkoa.	Normalna trudnoća traje 40 nedelja.
Aluksi käyt äitiysneuvolassa kerran kuukaudessa, raskauden edetessä useammin.	U početku ćete dolaziti u savetovalište jedanput mesečno, a kada trudnoća uznapreduje i češće.
Jokainen raskaana oleva käy vähintään kerran sairaalan äitiyspoliklinikalla.	Svaka trudnica ide na pregled u bolničku polikliniku za trudnice bar jedanput.
Lääkärin tapaat noin neljä kertaa.	Ići ćete kod lekara približno četiri puta.
Äitiyspoliklinikalla seurataan sikiön kehittymistä.	U poliklinici za trudnice se prati razvoj ploda.
Tuleeko lapsen isä mukaan synnytykseen?	Da li će otac deteta prisustvovati porođaju?

**NEUVOLASSA ÄIDILLE TEHTÄVÄT  
TARKASTUKSET**

**PREGLEDI ZA TRUDNICE U  
SAVETOVALIŠTU**

Jätä virtsanäyte tähän purkkiin, ole hyvä.	Molim, ostavite uzorak mokraće u ovu plastičnu posudu.
Otetaan verinäyte * sormenpäältä * kyynärtaipeesta.	Uzeću uzorak krvi * iz prsta * iz vene
Punnitaan. - Mitataan.	Merimo težinu. - Merimo.
Mitataan verenpaineesi.	Merimo Vaš krvni pritisak.
Nousisitko tutkimuspöydälle.	Izvolite, popnite se na ležaj za pregled.
Ottaisitko vatsan paljaaksi.	Molim Vas, razgolitite stomak.
Teen ulkotutkimuksen.	Obaviću spoljni pregled.
Mittaan kohdun korkeuden/vatsan ympäryksen.	Izmeriću visinu materice/obim struka.
Kuuntelen torvella/sydänäänilaitteella sikiön sydänäänit - seuratakseni raskauden edistymistä ja sikiön vointia.	Osluškujem srčane otkucaje ploda slušalicom/aparatom za praćenje srčajnih otkucaja - da utvrdim kako trudnoća napreduje i kako se plod oseća.
Raskaus edistyy normaalisti. Kaikki on hyvin.	Trudnoća normalno napreduje. Sve je u redu.
Tule käymään lääkärin vastaanotolla, ole hyvä.	Molim Vas, dođite na pregled kod lekara.
Tule uudestaan vastaanotolleni, ole hyvä.	Molim Vas, dođite ponovo kod mene na pregled.
Seuraava aika terveydenhoitajan vastaanotolle _____	Sledeći pregled kod medicinske sestre je zakazan za _____
Seuraava aika lääkärille _____	Sledeći pregled kod lekara je zakazan za _____
Täytämme yhdessä seuraavat avustushakemukset:  * äitiysavustushakemus  * äitiys-, isyys- ja vanhempainraha hakemus	Zajedno ćemo da popunimo sledeće obrasce za dobijanje potpore: * molba za potporu za porodilje * molba za novčanu potporu za porodilje, očeve i za roditeljsku negu
Vie tämä paperi * työnantajalle * KELA:n toimistoon * sosiaalitoimistoon * asuntovirastoon * puolison työpaikalle	Odnesite ovaj dokument * poslodavcu * u Zavod za socijalno i penzijsko osiguranje * u ured socijalnog radnika * poslodavcu supruga/supruge
Osoite on _____	Adresa je _____
Liiku säännöllisesti.	Redovno se krećite.

Syö monipuolisesti.	Jedite raznovrsnu hranu.
Vältä rasvaisia, suolaisia ja makeita ruokia.	Izbegavajte masnu i slanu hranu i slatkiše.
Älä tupakoi, älä käytä alkoholia raskauden aikana.	Nemojte da pušite i nemojte da pijete alkoholna pića u toku trudnoće.
Yhdyntä on mahdollinen koko raskauden ajan, ellei lääkäri anna muita ohjeita.	Polni odnosi su dozvoljeni, ukoliko Vam lekar ne da druga uputstva.
Käytä vain lääkärin määräämiä lääkkeitä raskauden aikana.	U toku trudnoće uzimajte samo one lekove koje Vam lekar propiše.
Vältä lääkkeiden käyttöä raskauden aikana.	U toku trudnoće izbegavajte lekove.
Jos sinulla on raskautesi aikana veristä vuotoa, voimakasta kipua tai muita oireita, ota heti yhteyttä neuvolaasi.	Ukoliko se u toku trudnoće pojavi krvaranje, jaka bol ili drugi simptomi, odmah se obratite savetovalištu.
Lapsesi syntyy _____	Dete će se roditi _____
Suomessa isä tai tukihenkilö voi tulla mukaan synnytykseen. Hänen tulee tällöin osallistua synnytyssuunnitelmaan.	U Finskoj porođjaju može pristupovati otac deteta ili neka druga Vama bliza osoba. U tom slučaju on/ona bi trebalo da dođe na pripremu nastavu.
Kun sinulla on säännöllisiä supistuksia ja/tai lapsivettä alkaa valua alapäästä, lähde synnytyssairaalaan.	Kada dobijete redovne trudove i/ili plodova voda počne da curi iz rodnice krenite u porodilište.
Synnytyssairaalan osoite on _____	Adresa porodilišta je _____

#### HENKILÖKOHTAINEN HYGIENIA

#### LIČNA HIGIJENA

Millaista kuukautissuojaa käytät?	Kakve uloške ili tampone koristite?
A. En käytä kuukautissuojaa. B. Käytän * kertakäyttöistä sidettä * itsetehtyä kuukautissuojaa * emättimen sisään laitettavaa tamponia.	A. Ne koristim uloške niti tampone. B. Koristim * uloške za jednokratnu upotrebu * uloške koje sama pravim * vaginalne tampone
Suorita alapesu päivittäin pelkällä vedellä.	Perite ženske polne organe samo vodom svaki dan.
Vaihda kuukautissuoja useita kertoja päivässä.	Promenite uloške/tampone nekoliko puta dnevno.

Vaihda alusvaatteet päivittäin.	Promenite svaki dan donji veš.
Pese kätesi WC:ssä käynnin jälkeen.	Operite ruke posle vršenja nužde u WC-u.

**ÄITIYSNEUVOLASSA**
**SAVETOVALIŠTE ZA TRUDNICE**

Ovatko kuukautiset säännölliset?	Imate li redovne menstruacije?
Onko kuukautiskipuja?	Imate li bolne menstruacije?
Onko valkovuotoa?	Imate li belo branje?
Oletko raskaana?	Da li ste trudni?
Virtsakoe/aamuvirtsa.	Analiza mokraće/jutarnja mokraća
Onko aikaisempia raskauksia? - Kuinka monta?	Da li ste ranje bili trudni? - Koliko puta?
Onko aikaisempia synnytyksiä? - Montako?	Da li ste do sada rađali? - Koliko puta?
Normaalisynnytys tai keisarinleikkaus?	Da li je porođaj bio normalan ili je rađen carski rez?
Imetättekö vielä?	Da li još dojite?
Haluattekö raskaudenehkäisyä?	Da li hoćete da sprećavate trudnoću?
Kuunnellaan sydänäänet.	Slušaćemo otkucaje srca.
Tehdään sisätutkimus.	Izvršićemo ginekološki pregled.
Tehdään ulkotutkimus, mitataan kohdun kasvu.	Izvršićemo spoljni pregled, izmerićemo rast materice.
Tutkitaan hemoglobiini.	Proverićemo hemoglobin.
Mitataan paino, verenpaine.	Izmerićemo težinu, krvni pritisak.
Haluatko äitiysavustuksen pakkauksena vai rahana?	Želite li potporu za porodilje u opremi za dete ili u novcu?
Äitiyspäiväraha, isyysraha.	Novćana potpora za porodilje, novćana potpora za oćeve.
Miten voit?	Kako se osećate?
Onko ollut pahoinvointia, ummetusta, väsymystä?	Da li ste imali mućnine, zatvor, da li ste umorni?
Nukutko hyvin?	Da li dobro spavate?
Liikkuuko sikiövauva?	Da li se osećate micanje plooda?
Onko supistuksia?	Da li imate kontrakcije?
Onko kipuja, missä?	Imate li bolove, gde?

## LASTENNEUVOLASSA

## DEČJE SAVETOVALIŠTE

Voiko vauva hyvin?	Da li se beba dobro oseća?
Saako vauva rintamaitoa? - korviketta?	Da li sisa majčino mleko? - pije zamenu za majčino mleko
Kuinka usein vauva syö vuoro- kaudessa? 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Koliko puta na dan beba jede? 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Herääkö vauva yöllä syömään?	Da li se beba budi noću da jede?
Nyt punnitsemme vauvan.	Sada ćemo da izmerimo težinu bebe.
Nyt mittaamme vauvan.	Sada ćemo da izmerimo dužinu bebe.
Mittaan vauvan päänympäryksen.	Izmerićemo bebin obim glave.
Tutkin vauvan, jotta tiedän, että vauva on kehittynyt hy- vin.	Pregledaću bebu da bih vi- deo/videla da li ona dobro napreduje.
Onko sinulla terveet rinnat?	Da li imate zdrave dojke?
Onko rinnoissa pieniä haavoja?	Da li imate ranice na dojkkama?
Tekeekö imettäminen kipeää?	Da li Vas boli kad dojgite?
Onko koko rinta kipeä?	Da Vas boli cela dojka?
Onko sinulla kuumetta?	Da li imate temperaturu?
Vauvalle annetaan 5 tippaa A- ja D-vitamiinia joka päivä.	Svaki dan dajete bebi po 5 kapi A i D vitamina.
Oletko antanut vauvalle joka päivä A- ja D-vitamiinitippo- ja?	Da li ste davali bebi svaki dan po 5 kapi A i D vitamina?
Onko vauva ollut ulkona?	Da li iznosite bebu napolje?
Hän voi nukkua ulkona myös talvella.	Beba može da spava napolju i zimi.
Miten vauva on puettu, kun hän on ulkona? - aluspaita                      - alushousut - potkuhousut                    - nuttu - villatakki                      - villasukat  - lapaset                         - rukkaset  - myssy                            - pusero - paita                             - makuupussi - mekko                            - vaippa - muovi                            - kaulahuivi - sukkahousut                    - kengät - saappaat	Kako je beba obučena kada je napolju? - potkošulja                      - duge gaće - zeke                              - benkica - vuneni džemper                - vunene čarape - pletene rukavice               - kožne rukavice - kapa                               - bluza - košulja                           - džak - haljina                           - pelena - plastična marama              - šal - hulahop                          - cipele - čizme
Saako vauvan/lapsen rokottaa?	Smemo li da vakcinišemo bebu/dete?

Annan vauvalle/lapselle rokotuksen.	Daću bebi/detetu vaccinu.
Joskus rokotuksesta tulee kuumetta.	Ponekad može da se dobije temperatura zbog vaccine.
Jos kuume kestää 3 päivää, sinun on vietävä vauva/lapsi lääkäriin.	Ako temperatura traje 3 dana treba da dovedete bebu/dete kod lekara.
Jos vauvalla/lapsella on kuumetta * vähennä vaatetta * juota paljon * anna tarvittaessa lääkettä, esim. _____	Ako beba/dete ima temperaturu * raskomotite dete * dajte mu da piije mnogo vode * po potrebi dajte lek na pr. _____
Vauvan/lapsen iho on hyvin kuiva.	Bebina/detetova koža je dosta suva.
Ihoa on rasvattava joka päivä, esim. _____	Kožu treba da mažete svaki dan, na pr. _____
Vauvan päässä on karstaa.	Beba ima ljuspice na glavi.
Laita päähän rasvaa, esim. _____	Namažite glavu pomadom, na pr. _____
Harjaa/rapsuta ja pese pää.	Očetakajte kosu/otresite ljuspice i operite glavu.
Kuinka pitkä lapsen isä on?	Koliko je visok otac deteta?
Kuinka pitkä lapsen äiti on?	Koliko je visoka majka deteta?
Vauva/lapsi kasvaa hyvin.	Beba/dete dobro raste.
Vauva/lapsi kasvaa hitaasti.	Beba/dete raste sporo.
Tämä on lapsen kasvukäyrä.	Ovo je tabela detetovog rasta.
Kirjoitan siihen lapsen pituuden ja painon.	Tu ću da ubeležim visinu i težinu deteta.
Kasvukäyrän avulla näen heti, jos lapsi kasvaa normaalisti.	Uz pomoć tabele rasta mogu odmah da vidim da li dete normalno raste.
Kasvukäyrän avulla voin selvittää, jos lapsella on jokin sairaus.	Uz pomoć tabele za rast mogu da utvrdim da li je dete ima neko oboljenje.
Onko vauva/lapsi tyytyväinen?	Da li je beba zadovoljna/dete zadovoljno?
Tarvitseeko vauva/lapsi lisää ruokaa?	Da li je bebi/detetu potrebno više hrane?
Anna vauvalle rintamaitoa 1/2 - 1 vuoteen.	Dojite bebu dok ne napuni pola godine - godinu.

<p>Kolmen (3) kuukauden iästā vauvalle voi antaa keitettyjä, hienonnettuja vihanneksia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* peruna</li> <li>* porkkana</li> <li>* kukkakaali</li> <li>* maissi</li> </ul>	<p>Kada beba napuni tri (3) mese- ca možete joj dati kuvano i propasirano povrće</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* krompir</li> <li>* šargarepa</li> <li>* karfiol/cvetača</li> <li>* kukuruz</li> <li>(mrkva)</li> </ul>
<p>Viiden (5) kuukauden iästā vauvalle voi antaa puuroa/vel- liä</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* riisi</li> <li>* ohra</li> <li>* mannaryyni</li> <li>* lihaa</li> <li>* kalaa</li> <li>* kaura</li> <li>* ruis</li> <li>* tattari</li> <li>* kanaa</li> <li>* kananmunaa</li> </ul>	<p>Kada beba napuni pet (5) mese- ci možete joj dati kaše od žitarica</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* pirinač (riža)</li> <li>* ječam</li> <li>* griz</li> <li>* meso</li> <li>* riba</li> <li>* zob</li> <li>* raž</li> <li>* heljda</li> <li>* piletina</li> <li>* jaje</li> </ul>
<p>Yksi (1) vuotiaalle voi antaa tavallista maitoa.</p>	<p>Detetu od jedne (1) godine možete da date obično mleko.</p>
<p>Älä opeta lasta suolan/sokerin käyttöön.</p>	<p>Nemojte da navikavate dete na slano i slatko.</p>
<p>Yksi (1) vuotiaana lapsi saa syödä tavallista ruokaa.</p>	<p>Dete od jedne (1) godine može da jede običnu hranu.</p>
<p>Anna lapsen syödä itse.</p>	<p>Dajte detetu da jede samo.</p>
<p>Vauva/lapsi ei enää tarvitse tuttipulloa.</p>	<p>Bebi/detetu više ne treba fla- šca sa dudom.</p>
<p>Vauva/lapsi ei enää tarvitse tuttia.</p>	<p>Bebi/detetu više ne treba du- da.</p>
<p>Minkä ikäisenä lapsi oppi kä- velemään? 1 2 3 4 5</p>	<p>Sa koliko godina je dete pro- hodalo? 1 2 3 4 5</p>
<p>Ymmärtääkö lapsi puhetta?</p>	<p>Da li dete razume govor?</p>
<p>Puhuuko lapsi?</p>	<p>Da li dete govori?</p>
<p>Onko lapsi mielestäsi normaali- sti kehittynyt/kasvanut?</p>	<p>Da li se po Vašem mišljenju dete razvija/raste normalno?</p>
<p>Otan lapselta verikokeen.</p>	<p>Uzeću detetu krv za analizu.</p>
<p>Tuo lapsen pissa tässä purkis- sa, ole hyvä.</p>	<p>Molim Vas, donesite u ovoj čaši detetovu mokraču.</p>
<p>Otan lapselta pissakokeen.</p>	<p>Uzeću uzorak detetove mokraće radi analize.</p>
<p>Pidä lapsi paikoillaan, ole hyvä.</p>	<p>Molim Vas, pridržite dete da se ne pomera.</p>
<p>Näkeekö lapsi hyvin?</p>	<p>Da li dete dobro vidi?</p>
<p>Kuuleeko lapsi hyvin?</p>	<p>Da li dete dobro čuje?</p>
<p>Mene lapsen kanssa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* kuulontutkijalle</li> <li>* hammaslääkärille</li> <li>* hammashoitajalle</li> <li>* lääkärielle.</li> </ul> <p>Osoite on _____</p>	<p>Odvedite dete kod</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* specijaliste za sluh</li> <li>* zubara</li> <li>* zubnog tehničara/sestre</li> <li>* lekara.</li> </ul> <p>Adresa je _____</p>

Synnytyksen jälkitarkastus on äitiysneuvolassa _____	Pregled posle porođaja je u savetovalištu _____
Näytän kuinka lapsen näkö otetaan.	Pokazaću Vam kako se proverava detetov vid.
Kerro lapselle, että hän tekee samalla tavalla.	Recite detetu da i ono ovako uradi.
Pyydä lasta piirtämään mallin mukaan.	Recite detetu da nacрта prema ovom primeru.
Pyydä lasta leikkaamaan tämä kuva.	Recite detetu da izreže ovu sliku.
Osaako lapsi hyppiä tasajalkaa?	Da li dete ume da skače na dve noge?
Osaako lapsi hyppiä yhdellä jalalla?	Da li dete ume da skače na jednoj nozi?
Osaako lapsi ajaa polkupyörää?	Da li dete ume da vozi bicikl?
Onko lapsella kavereita?	Da li dete ima drugove/drugarice?
Onko lapsi päiväkodissa? - Kotona?	Da li je dete u obdaništu? - Kod kuće?
Nukkuuko lapsi hyvin?	Da li dete dobro spava?
Onko lapsi allerginen * jollekin ruualle * lääkkeelle?	Da li je dete alergično? * na neku hranu * na lekove?
Onko lapsella ollut usein korvatulehduksia?	Da li dete ima često upale uha?
Onko lapsi päivisin kuiva?	Da je dete suvo preko dana?
Onko lapsi kokonaan kuiva?	Da li je dete suvo i preko dana i preko noći?
Teillä on terve, reipas poika/tyttö.	Imate zdravog i živahnog sina/zdravu i živahnu ćerku.
Seuraava neuvolatarkastus on _____	Sledeći pregled u savetovalištu je _____
Seuraava lääkärintarkastus on _____	Sledeći pregled kod lekara je _____
Suosittelien psykologin luona käyntiä.	Preporučujem vam da posetite psihologa.
Suosittelien puheterapeutin luona käyntiä.	Preporučujem vam da posetite logopeda (stručnjaka za poremećaje govora).
Varaanko ajan?	Da li da Vam zakažem termin?



## KOULUTERVEYDENHUOLTO

## ŠKOLSKA ZDRAVSTVENA ZAŠTITA

Riisuudu pikkuhoususillesi, ole hyvä.	Izvoli, skini se u donji veš.
Katsotaan painosi.	Izmerićemo tvoju težinu.
Mitataan pituutesi.	Izmerićemo visinu.
Ota sukat jalastasi.	Skini čarape.
Ota paita päältäsi.	Skini košulju.
Seiso selkâ suorana. - Katson ryhtisi.	Stoj uspravno. - Pogledaću kako se držiš.
Taivuta vartalo eteenpäin.	Pogni leđa unapred.
Nouse nyt hitaasti ylöspäin.	Sad se polako uspravi.
Katso minua, näytän mallia.	Pogledaj šta ja radim, pa onda i ti tako uradi.
Tarkistan näkösi E-taululla.	Proveriću tvoj vid uz pomoć table sa slovom E.
Peitä oikea / vasen silmä.	Prekri desno / levo oko.
Osoita kädelläsi mihin suuntaan E-kirjaimen sakarat osoittavat - oikealle                      - vasemmalle - alas                              - ylös	Pokaži rukom na koju stranu je okrenuto slovo E - desno                              - levo - dole                                - gore
Onko sinulla silmälasit?	Da li imaš naočare?
Näetkö luokassa hyvin taululle?	Da li dobro vidiš tablu u učionici?
Näetkö lukea?	Da li možeš da čitaš?
Kuuletko hyvin?	Da li dobro čuješ?
Otan verinäytteen sormenpäästäsi.	Uzeću uzorak krvi iz prsta.
Onko sinulla nyt kuukautiset?	Da li imaš sad menstruaciju?
Tule kahden viikon kuluttua verikokeeseen.	Dođi za analizu krvi za dve nedelje.
Veriarvosi on hyvä.	Tvoja krvna slika je dobra.
Veriarvosi on alhainen.	Tvoja krvna slika je slaba.
Ulkoile riittävästi.	Kreći se dosta na čistom vazduhu.
Anna virtsanäyte purkkiin * heti * aamulla vastaanotolla.	Donesi uzorak mokraće u plastičnoj posudi * odmah * ujutro na prijemni šalter
Vie ulostenäyte laboratorioon tässä purkissa.	Odnesi uzorak stolice u ovoj plastičnoj čaši u laboratoriju.

Virtsanäyte on normaali.	Nalaz mokrače je normalan.
Virtsanäytteen vuoksi mene lääkäriin. Aika _____ Osoite _____	Treba da odeš kod lekara zbog nalaza mokrače. Vreme _____ Adresa _____
Mittaan verenpaineesi.	Izmeriću tvoj krvni pritisak.
Verenpaineesi on normaali.	Tvoj krvni pritisak je normalan.
Verenpaineesi on hieman kohonnut.	Tvoj krvni pritisak je nešto povišen.
Tule uusintamittaukseen.	Dođi na kontrolno merenje.
Istu 10 minuuttia rauhassa ennen verenpaineen mittausta.	Sedi smireno 10 minuta pre merenja krvnog pritiska.
Älä tupakoi 2 tuntiin ennen mittausta.	Nemoj da pušiš 2 sata pre merenja.
Onko sinulla * päänsärkyä * vatsakipuja * unettomuutta * väsymystä * kuukautiskipuja * raajasärkyä * korvakipua * hammaskipua * yskää * nuhaa * ripulia * ummetusta * kuukautishäiriöitä?	Imaš li * glavobolju * bolove u stomaku * nesanicu * umor * menstrualne bolove * bolove u rukama i nogama * bolove u ušima * zubobolju * kašalj * kijavicu * proliv * zatvor * neredovne menstruacije?
Pystytkö keskittymään opiskeluihisi?	Možeš li da se skoncentrišeš na učenje?
Onko sinulla ystäviä koulussa?	Da li imaš drugove/drugarice u školi?
Jännitätkö luokassa?	Da li imaš tremu u razredu?
Kiusataanko sinua koulussa?	Da li te zadirkuju u školi?
Onko sinulle tarjottu huumeita?	Da li ti je neko ponudio drogu?
Käytätkö huumeita?	Da li se drogiraš?
Tupakoitko?	Da li pušiš?
Käytätkö alkoholia?	Da li piješ alkoholna pića?
Oletko masentunut?	Da li si neraspoložen / neraspoložena?
Oletko yksinäinen?	Da li si usamljen / usamljena?
Syötkö riittävästi koulussa / kotona?	Da li dovoljno jedeš u školi / kod kuće?
Onko sinulla harrastuksia?	Da li imaš hobije?

Moneltako menet nukkumaan?	U koliko sati ideš na spavanje?
Moneltako heräät aamulla?	U koliko sati se budiš?
Harrastatko liikuntaa? - Kuinka usein? - Päivittäin? - Kuinka monta kertaa viikossa?	Da li se krećeš? - Koliko često? - Svakodnevno? - Koliko puta u nedelji?
Haluan keskustella vanhempiesi/huoltajiesi kanssa.	Htela/hteo bih da razgovaram sa tvojim roditeljima/starateljima.
Annan sinulle rokotuksen.	Daću ti vakcinu.
Sinulla on kuumetta.	Imaš temperaturu.
Koska tulit sairaaksi?	Kada si se razboleo/razbolela?
Voit lähteä kotiin, minä ilmoitan opettajallesi.	Možeš da ideš kući, a ja ću da obavestim tvog nastavnika/tvoju nastavnicu.

## SUUN TERVEYDENHUOLTO

## HIGIJENA USTA

Avatkaa suunne, olkaa hyvä.	Molim Vas, otvorite usta.
Näyttäkää sormellanne mikä hammas on kipeä.	Pokažite prstom koji zub Vas boli.
Hampaan sisällä on tulehdus.	Zub je upaljen.
Hoito vaatii useita käyntejä.	Treba da dođete nekoliko puta na popravku.
Voitte sulkea suunne.	Možete da zatvorite usta.
Oletko * pakolainen * turvapaikanhakija * paluumuuttaja * avioliitossa suomalaisen kanssa * tilapäisellä vierailulla?	Da li ste * izbeglica * azilant * povratnik * u braku sa Fincem/Finkinjom  * u privremenog poseti?
Mikä on virallinen kotikuntasi?	Koje je Vaše zvanično mesto boravka?
Missä asut?	Gde živite?
Harjatkaa hampaanne aamuin illoin.	Perite zube svako jutro i svako veče.
Käyttäkää fluoripitoista hammasahnaa.	Koristite pastu za zube sa fluorom.
Osaatteko käyttää * hammasharjaa * hammaslankaa * hammastikkua? - Minä näytän.	Da li umete da koristite * četkicu za zube * konac za zube * čačkalicu? - Pokazaću Vam.
Pureskele ruuan jälkeen xylitol-purukumia.	Žvačite xylitol žvakaću gumu (=sa brezovim šećerom) posle jela.
Vältä sokeripitoisia ruoka-aineita.	Izbegavajte šećer.
Valitse makeisista xylitol-vaihtoehto.	Umesto slatkiša sa običnim šećerom jedite one zaslađene xylitolom (brezovim šećerom).
Älä syö jatkuvasti.	Nemojte stalno da jedete.
* juuri * ydin * kruunu * etuhammas * poskihammas * kulmahammas * maitohammas * pysyvä hammas	* kiille * hermot * hammasluu  * koren * glavni živac * krunica * sekutić * kutnjak * očnjak * mlečni zub * stalni zub
Hoituhuone ja -välineet on suojattu näin tartunnan leviämisen ehkäisemiseksi.	Ordinacija i instrumenti su ovako zaštićeni radi sprečavanja širenja zaraze.
Istukaa tuoliin, olkaa hyvä.	Izvolite sedite na stolicu.

Säädämme tuolin asennon. Ette putoa.	Podesiću stolicu. Nećete da padnete.
Haluan katsoa suuhun.	Hoću da pogledam u usta.
Avatkaa suu. - Sulkekaa suu.	Otvorite usta. - Zatvorite usta.
Onko ollut särkyä? - Missä? - Miten kauan?	Imate li bolove? - Gde? - Koliko već dugo?
Koskeeko purressa? - Onko hammas puruarka?	Da li Vas boli kad ugriz? - Da li je zub osetljiv na zagrižaj?
Tekeekö kuuma / kylmä / makea kipeää?	Da li Vas boli na vruće / hladno / slatko?
Hampaassa on reikä.	Zub je pokvaren.
Hammas märkii.	Zub je zagojen.
Hampaat ovat ehjät, ei ole reikiä.	Zubi su zdravi, nema rupa.
Teillä on hammaskiveä.	Imate zubni kamenac.
Poistamme hammaskiven.	Očistićemo zubni kamenac.
Paikkaamme hampaan.	Plombiraćemo zub.
Laitamme väliaikaisen paikan.	Stavićemo privremenu plombu.
Poistamme väliaikaisen paikan.	Izvadićemo privremenu plombu.
Otamme röntgenkuvan.	Uradićemo rendgenski snimak.
Haluatteko puudutuksen toimenpidekivun lievittämiseksi?	Da li želite da Vam damo injekciju za utrnjavanje da Vas ne boli dok radimo?
Laitamme hampaan sisälle lääketä.	Stavićemo lek u zub.
Ostakaa apteekista tätä lääketä.	Kupite ovaj lek u apoteci.
Lääkekuuri on syötävä loppuun, jotta se auttaa.	Kuru leka treba da potrošite do kraja da bi delovala.
Tuntuuko paikka korkealta?	Da li je plomba previsoka?
Purkaa hampaat yhteen.	Zagrizite.
Napsutelkaa hampaita vastakkain.	Protrljajte zube o zube.
Ette saa syödä _____ tuntiin.	Ne smete da jedete _____ sata.
Ette saa juoda _____ tuntiin.	Ne smete da pijete _____ sata.
Älkää imaisko poistohaavasta verta pois.	Nemojte da sisate krv iz rane.
Ette saa sylkeä.	Nemojte da pljujete.

Älkää syökö / juoko kuumaa, ettei haava ala vuotaa.	Nemojte da jedete / pijete vruće da rana ne bi prokrvarila.
Soittakaa tänne tai tulkaa käymään, jos on kipua tai haava vuotaa.	Pozovite telefonom ili dođite ovde ako Vas boli ili rana krvari.
Varatkaa uusi aika toimistosta, olkaa hyvä.	Izvolite, zakažite vreme za sledeću posetu na prijemnom šalteru.
Tulkaa seuraavan kerran _____ kello _____	Sledeći put dođite _____ h
Muistakaa peruuttaa aika ajoissa, jos ette pääse tulemaan. Peruuttamattomasta ajasta seuraa sakko.	Nemojte da zaboravite da otkazete zakazani termin, ukoliko ste sprečeni da dođete. Ako ne otkazete platićete kaznu.

TERVEYSASEMAN ILTA- JA  
VIIKONLOPPUPÄIVYSTYS

DEŽURNA SLUŽBA  
ZDRAVSTVENE STANICE

Onko Teillä * KELA/sairausvakuutuskortti?  * passi * henkilöllisyydistodistus?	Imate li * karticu Zavoda za socijalno i zdravstveno osiguranje * pasoš * ličnu kartu
Nimenne?	Vaše ime i prezime:
Syntymäaikanne?	Datum rođenja:
Missä asutte? - Osoite?	Gde živite? - Adresa:
Kirjoittaisitteko ne?	Možete li da napišete?
Onko Teillä tuttava, joka pu- huu suomea?	Imate li poznanika/poznanicu koji govori finski?
Voiko hän nyt tulkata puheli- mitse?	Moželi sad on/ona da Vam pre- vodi preko telefona?
Voitteko soittaa hänelle?	Možete li sad da mu/joj tele- fonirate?
Haluatteko soittaa?	Želite li da telefonirate?
Tarvitsetteko taksin?	Da li Vam je potreban taksij?
Varaan Teille uuden ajan.	Zakazaću Vam novi termin.
Odottakaa, olkaa hyvä.	Molim Vas, sačekajte.

KYLLÄ	DA
EI	NE
EN TIEDÄ	NE ZNAM
EN YMMÄRRÄ	NE RAZUMEM
YMMÄRRÄN	RAZUMEM
SOPII	U REDU

Mikä Teitä vaivaa? - Näyttäkää.	Na šta se žalite? - Pokažite.
Koska tulitte sairaaksi? * eilen * yhtäkkiä * kello * vähitellen * olen ollut pitkään sairas	Kada ste se razboleli? * juče * iznenada * u koliko sati * postepeno * već dugo sam bolestan/boles- na
Onko samaa vaivaa hoidettu aikaisemmin? - Koska? * tällä viikolla * tässä kuussa * aikaisemmin	Da li ste zbog ove iste tegobe ranije lečeni? - Kad? * ove nedelje * ovog meseca * ranije

Missä? * Suomessa * muualla * sairaalassa * terveystieteissä	Gde? * u Finskoj * na drugom mestu * u bolnici * u domu zdravlja
Onko kuumetta ollut pitkään? 1 2 3 4 5 6 7 8 9 päivää.	Koliko dugo već imate temperatura? 1 2 3 4 5 6 7 8 9 dana.
Onko kipua? * kyllä * ei * vähän * paljon	Imate li bolove? * da * ne * malo * mnogo
Missä? Näyttäkää, olkaa hyvä.	Gde? Molim, pokažite.
Huimaako?	Da li imate vrtoglavicu?
Oksettaako? - Oletteko oksentanut?	Da li Vam se povraća? - Da li ste povraćali?
Onko ripulia?	Imate li proliv?
Minä tutkin.	Pregledaću Vas.
Hengittäkää syvään.	Duboko udahnite.
Minä hoidan / annan lääkettä.	Previću / daću lek.
Odottakaa hetki, olkaa hyvä.	Izvolite, sačekajte.
Otamme röntgenkuvan.	Napravićemo rendgenski snimak.
Otamme * verinäytteen * virtsanäytteen * näytteen	Uzećemo * uzorak krvi * uzorak mokraće * uzorak
Teitä tarkkaillaan täällä.	Ovde ćemo da pratimo Vaše stanje.
Lääkäri kertoo milloin pääsette kotiin.	Lekar će da Vas obavesti kada možete da idete kući.
Teidät siirretään sairaalaan.	Prebacićemo Vas u bolnicu.
Ambulanssi vie Teidät.	Vas ćemo odvesti ambulantom kolima.
Tässä on resepti.	Ovde je recept.
Voitte hakea lääkkeen apteekista tänään / huomenna.	Lek možete danas / sutra da podignete u apoteci.
Syökää lääkekuuri loppuun, jotta siitä olisi apua.	Da bi Vam lek pomogao morate da uzimate kuru do kraja.
Ottakaa lääkettä * tarvittaessa * korkeintaan 1 2 3 4 kertaa päivässä * aamulla * päivällä * illalla	Uzмите lek * po potrebi * najviše 1 2 3 4 puta dnevno * ujutro * u toku dana * uveče



Oletteko ymmärtäneet? * Kyllä                      * Ei	Da li ste razumeli? * Da                              * Ne
Tehdään lisätutkimuksia.	Izvršičemo još neke preglede.

TERVE	ZDRAV
SAIRAS	BOLESTAN
HYVÄ	DOBRO
EI NIIN HYVÄ	NIJE BAŠ DOBRO
HUONO	LOŠE

Varataan Teille uusi aika.	Zakazaću Vam novi termin.
Seuraava aika on _____	Sledeći termin je _____
Ottakaa ystävää mukaan tulkkamaan.	Povedite prijatelja/prijateljicu da Vam prevodi.
Varataan Teille tulkki. - Sopiiko?	Pozvaću tumača za Vas. - Da li se slažete?

## SAIRAALAHOITO

## BOLNIČKA NEGA

## Tulohaastattelu:

## Prijem:

Onko Teitä aiemmin leikattu / nukutettu?	Da li ste ranije operisani / uspavljivani?
Onko Teillä vakituista lääkitystä?	Da li redovno uzimate neke lekove?
Onko Teillä todettu allergioita (ruoka / lääkeaine)?	Da li Vam je utvrđeno da ste alergični na neku hranu ili lek?
Tupakoittekko?	Da li pušite?
Onko Teillä hammasproteesit?	Da li imate zubnu protezu?
Pituus / paino?	Visina / težina

## Leikkausvalmistelut:

## Pripreme za operaciju:

Teille annetaan peräruiske illalla / aamulla.	Ispraznićemo Vam debelo crevo večeras / ujutro.
Te ette saa syödä ettekä juoda klo 24.00 jälkeen.	Nemojte ništa da jedete i pijete noćas posle 12 sati.
Teidän täytyy käydä suihkussa tänä iltana ja huomen aamuna.	Treba da se istuširate večeras i sutra ujutro.
Annan Teille esilääkkeen.	Daću Vam pripremni lek.
Enää ette saa nousta sängystä.	Više ne smete da ustajete iz kreveta.

## Leikkauksen jälkeen:

## Posle operacije:

Onko Teillä kipuja?	Boli li Vas?
Haluatteko kipulääkettä?	Hoćete li lek protiv bolova?
Teidän tulee olla vuoteessa tämä ilta.	Večeras treba da ležite u krevetu.
Onko Teillä pahoinvointia?	Da li Vam je muka?
Soittakaa kelloa, kun tarvitsette apua.	Pozvonite, ako Vam treba pomoć.
Onko Teillä virtsaamisen tarvetta?	Da li hoćete da se pomokrite?
Yksin ette saa nousta ylös.	Ne smete da sami ustajete iz kreveta.
Huimaako Teitä?	Da li imate vrtoglavicu?
Onko vointi hyvä?	Da li se dobro osećate?

Lonkkaa / polvea saa / ei saa taivuttaa.	Ne smete / smete da savijate kuk / koleno.
Vasen / oikea.	Levo / desno.
Selkää ei saa taivuttaa / kiertää.	Ne smete da savijate / izvijate leđa.
Haavaa ei saa kastella ennen kuin ompeleet on poistettu.	Ne smete da kvasite ranu pre nego što izvadimo konce.
Haavan saa suihkuttaa.	Ranu smete da tuširate.
Ompeleet saatte poistattaa terveystakeskuksessa.	Konci mogu da Vam se odstrane u domu zdravlja.
Tuntuuko kipsi hyvältä?	Da li Vam gips dobro stoji?
Saatteko liikuttettua varpaita?	Možete li da pomerate prste?
Onko tunto varpaissa normaali?	Da li osećate prstima normalno?
Painaako kipsi jostakin kohtaa?	Da li Vas pritiska gips na nekom mestu?
Kipsiä ei saa kastella.	Ne smete da kvasite gips.
Te ette saa laittaa painoa kipeälle jalalle.	Ne smete da se oslanjate na povredenu nogu.

# TERVEYSVAIN

## OHJEET 1 - 19:

- (1) Kuumeen mittaaminen
- (2) Kuumeen hoito
- (3) Flunssan hoito-ohjeita
- (4) Päätäin hoito
- (5) Syyhypunkin hoito
- (6) Suolistolaiset
- (7) Salmonellosis ja shigellosis
- (8) Ummetuksen hoito
- (9) Ripulin hoito
- (10) B-hepatiitin kantajalle
- (11) Tuberkuloosin hoito
- (12) Virtsa- ja ulostenäyte
- (13) Kondomin käyttö
- (14) Rokotukset
- (15) Neuvolarokotukset
- (16) Lasten rokotusohjelma
- (17) Tuberkuloosirokotus
- (18) Polio- ja tetanusrokotukset
- (19) Potilaan oikeudet

# TERVEYSÄVAIN

## Merenje temperature

Toplomer možete da kupite u apoteci. Upotreba novih digitalnih toplomera je brza i laka. Oni koštaju od 50 do 100 maraka i rade na baterije. Običan toplomer sa živom košta oko 20 maraka.

Roditelji često osete da dete ima temperaturu, kada rukom dodirnu detetovu glavu i čelo.

Odrasloj osobi se obično meri temperatura u ustima ili ispod pazduha. Detetu je bolje meriti temperatura meri u čmaru ili ispod pazuha. Kada merimo temperaturu deteta u čmaru, prvo se vrh toplomera namaže običnom pomadom, a zatim se toplomer pažljivo stavi u čmar. Temperaturu merite uvek na istom mestu, da bi rezultate merenja mogli da upoređujete.

### Digitalni toplomer

Prvo proverite da je toplomer spreman za upotrebu i da brojčanik radi.

#### Kada merite temperaturu:

- u ustima; držite usta zatvorena 5 minuta, namestite vrh toplomera ispod jezika i zatvorite usta. Držite toplomer u ustima do god ne zapišti i pogledajte brojčanik.
- ispod pazuha; Držite nadlakticu pritisnutu iz bok oko 5 minuta. Posle toga namestite vrh toplomera ispod pazuha i pristonite nadlakticu uz telo. Držite toplomer ispod pazuha do god ne zapišti i pogledajte brojčanik.
- u čmaru; pažljivo gurnite toplomer kroz otvor debelog creva. Sačekajte da toplomer zapišti i pogledajte brojčanik.

### Stakleni toplomer

Pre nego što počnete da merite, proverite da je živa skale ispod 36 °C. Živa se spusti kada snažno pro-tresete toplomer.

- Odraslim osobama se namesti uži kraj toplomera ispod suvog pazuha.
- Izbegavajte nepotrebno kretanje za vreme merenja temperature da se toplomer ne bi polomio.
- Toplomer može da se izvadi posle 10 minuta i zatim se pogleda brojčanik. Toplomer možete da izvadite iz detetovog čmara posle 4 minuta i zatim pogledajte brojčanik.

---

35 - 37 °C	= normalna temperatura
37 - 38 °C	= blago povišena temperatura
38 - 39 °C	= povišena temperatura
39 °C ili više	= visoka temperatura

---

Za dodatna uputstva obratite se medicinskoj sestri!

# TERVEYSVAIN

## Povišena temperatura

### ODRASLA OSOBA

- Odrasla osoba ne mora odmah da se obrati lekaru.
- Ukoliko se temperatura povisi preko 38 °C, možete da uzmete neki lek koji se može nabaviti u apoteci (na pr. lek koji sadrži paracetamol, acetisalicidnu kiselinu); u apoteci ima nekoliko različitih proizvoda
- Pijte mnogo tečnosti (vode, čaja) i odmarajte se

### Obratite se lekaru:

- ako visoka temperatura traje više od tri dana
- ako primetite druge simptome, na pr. bol u uhu, jak kašalj, jaku glavobolju

### DETE

- Za dete koje je mlađe od godinu i po dana čak i temperatura od 37,5 - 38,5 °C može da bude normalna.
- Normalna temperatura za veće dete je 36 - 38 °C.

### Odvedite dete sa povišenom temperaturom kod lekara,

- ako se temperatura povisi preko 40 °C i jasno primetite da se dete loše oseća
- ako je dete mlađe od tri meseca
- ako detetu traje povišena temperatura više od tri dana
- ako se dete slabo oseća, ako je klonulo, ako je bolešljivo ili bez apetita
- ako dete ima bolove u stomak ili teškoće pri mokranju
- ako se dete grči

Roditelji obično razlikuju da li je dete toplije nego obično od igranja i dnevnih aktivnosti, ili se razbolelo.

### Kućna nega deteta sa povišenom temperaturom

- Raskomotite dete i otkrite sa njega višak pokrivača, dajte mu da pije mnogo tečnosti, kao na pr. vodu
- Provetrite sobu da bi se detetovo telo rashladilo.
- Pobrinite se da dete može na miru da se odmara.
- Ukoliko dete ima temperaturu preko 38,5 °C stavite detetu u čmar lek protiv povišene temperature. Strogo poštujujte uputstvo za doziranje leka.

# TERVEYSVAIN

## Grip

Grip je obično oboljenje izazvano virusom i često naglo počinje upalom. Grip može da traje i do jedne nedelje. Simptomi se brzo pojavljuju:

- temperatura obično do 38,5 °C
- umor, slabost
- bol u mišićima
- glavobolja
- kijavica i kašalj

### Lečenje:

- odmor i provetravanje sobe
- pijte mnogo tečnosti (vodu, čaj) naročito ako imate povišenu temperaturu
- po potrebi uzmite lek protiv povišene temperature i bolova
- za ublažavanje kašlja po potrebi možete da pijete sirup protiv kašlja
- udisanje vodene pare deci uspešno ublažava kašalj
- lekove možete da nabavite u apoteci bez recepta
- detetu dajte lek protiv kašlja samo onda kada je kašalj suv i trajao duže vreme

**Za dodatna uputstva obratite se medicinskoj sestri!**

# TERVEYSVAIN

## Vaške (Uši)

Vaške se gnezde u kosi. One se razvijaju iz malih, okruglih jajašca, tj. gnjida, koje se pirjanjaju uz koren dlake. Iz gnjida, jajašaca vaški, za par nedelja se razviju nove veške.

Vaške se prenose direktno od druge osobe, preko ličnih stvari (na pr. češljeva) i odeće (na pr. kapa).

### Simptomi:

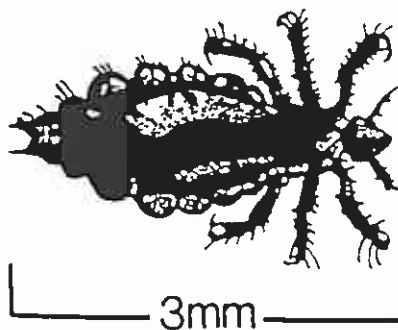
Neprestani svrab, ponekad osip na koži glave i gnjide u kosi. Vaške mogu najčešće da se pronađu na vratu i iza uha.

### Lečenje:

Vaške možete odstraniti pomoću šampona koji sadrži heksisidin i piretrin. Trljajte dobro kosu šamponom protiv vašaka bar četiri minuta, dobro isperite i pažljivo se očešljajte čistim, gustim češljem, da biste sigurno otklonili sve gnjide. Po potrebi, ponovite postupak za nedelju dana. Nedelju dana nakon tretmana otiđite na kontrolu kod medicinske sestre.

Dezinfikujte češljeve, četke i druge predmete na kojima bi moglo biti ima vašaka ili gnjida šamponom protiv vašaka. Operite odeću, peškire i posteljinu i ispegajte ih vrućom peglom.

Kada jedan član porodice ima vaške najverovatnije će ih dobiti i ostali, jer se vaške brzo prenose. Zbog toga, cela porodica treba da se leči istovremeno.





# TERVEYSVAIN

## Šuga (Svrab)

Šugu izaziva parazit, koji polaže jajašca u kožu. Prvi simptom je svrabež. Na koži često mogu da se opaze kanali, koje je parazit napravio i različite bubuljice.

Istuširajte se pre početka tretmana. Pažljivo operite kožu sapunom, ali izbegavajte snažno trljanje. Posle toga brižljivo se obrišite.

Lek, koji sadrži heksidin, ravnomerno nanesite na čitavu površinu kože od vrata do prstiju na nogama. Jedino lice i kožu glave nemojte da mažete. Tako se utroši oko 200 ml leka za odraslu osobu i oko 100 ml za školsko dete.

Naročito je važno da utrljate lek na ruke i zglobove ruku, jer se tu naseljava najveći broj parazita.

**Lek ne sme da se stavlja na lice!** Muškarci treba da budu pažljivi kada nanose lek na kažu mošnji, jer se ona lako nadražuje od jakih sastojaka leka.

Da se lek ne bi obrisao, obucite potkošulju sa dugačkim rukavima, a na noge na pr. dugačke gaće. Za vreme tretmana na nogama treba da su pamučne čarape, a na rukama pamučne rukavice. Ako povremeno morate da skinete rukavice, lek treba ponovo da namažete na ruke.

Kada je lek delovao na koži 24 časa (kod dece mlađe od 3 godine 6 časova) skinite zaštitnu odeću i pažljivo sperite lek sa kože.

I pored toga što je samo jedan član porodice dobio šugu uvek treba da se leče svi članovi porodice istovremeno. To je zbog toga, što je poznato, da se parazit skriva kod svakoga u koži. O tretmanu dece koja su mlađa od tri godine uvek treba da se konsultujete sa lekarom.

Treba da uništite sve parazite koji su u posteljini i odeći. Dovoljno je da operete donji veš, čaršave i jastučnice. Za vreme tretmana stavite na krevet čistu posteljinu, koju narednog dana ponovo promenite. Dušeke, jastuke, pokrivače, i ostalu tekstilnu robu i odeću dobro provetrite napolju.

# TERVEYSVAIN

## Gliste

U čovečijem telu mogu da žive različite gliste, jajašca glisti i mikroorganizmi. Nosioc parazita često nema nikakvih simptoma. Takođe, gliste mogu da izazovu bolove u stomaku, mučninu, opštu slabost organizma i malokrvnost. Gliste se prenose preko izmeta, loše opranog povrća i nedovoljno kuvanog mesa i ribe.

Lekar će Vam dati kuru leka da se oslobodite glisti. Po potrebi, uspešnost lečenja se proverava na osnovu novog uzorka stolice, a to zavisi od toga, koje gliste su izazvale simptome. Na taj način možemo da proverimo da li je lek pomogao. Možda ćete morati da uzmete još jednu kuru lekova i da još jednom date uzorak stolice. U nekim slučajevima su potrebni toliko jaki lekovi zbog kojih morate da budete u bolnici par dana. Trudnice obično dobijaju lekove protiv glisti tek posle porođaja.

# TERVEYSÄVAIN

## Zarazne bolesti

### SALMONELOZA I ŠIGELOZA

Salmoneloza i šigeloza su bakterijska crevna oboljenja.

#### Simptomi:

- povišena temperatura, proliv, glavobolja, mučnina. U slučaju šigeloze u stolici može da bude krvi.

Bolest je vrlo zarazna. Bolest se prenosi izmetom. Uzorci stolice se ispituju jednom nedeljno i tako se prati odstranjivanje uzročnika bolesti iz organizma.

Osobe koje imaju u stolici bakterije salmonele i/ili šigele moraju strogo da se pridržavaju uputstva.

Cela porodica treba da učestvuje u održavanju čistoće.

#### Sprečavanje zaraze

Ruke treba veoma dobro prati posle svake nužde i pre dodira sa životnim namirnicama. Dasku školjke treba prati detrdžentom za dezinfekciju.

Hranu treba dobro kuvati, da bi se uništili uzoročnici bolesti. Preostala hrana treba da se čuva dobro pokri-vena u hladnjaku (na temperaturi nižoj od + 8 °C) ili na nekom drugom hladnom mestu. Bakterije se ne razmno-žavaju na hladnoći. Voće i povrće treba veoma dobro oprati pre upotrebe.

#### Druge mere

Poslodavac i odgovorni službenici za zdravstvenu zaštitu treba da budu obavešteni koje sve osobe u svojoj stolici imaju bakterije koje izazivaju salmonelu ili šingelozu. Takva osoba ne sme da učestvuje u radu sa životnim namirnicama. Odgovorni službenici odlučuju o odlasku na posao u vezi svakog slučaja posebno. Deca mogu da idu u obdanište kada prestanu simptomi. O nji-hovoj higijeni se strogo vodi briga.

Za dodatna uputstva obratite se medicinskoj sestri ili lekaru.

# TERVEYSÄVAIN

## Tvrda stolica (Zatvor)

Jedite redovno i za to obezbedite dovoljno vremena. Takođe je važno da pijete dovoljno tečnosti i da se mnogo krećete.

- Jedite hranu koja sadrži obilje neprobavljivih vlakana, kao na primer, integralne žitarice, povrće, voće, bobičasto voće i orahe.
- Sledeće povrće se preporučuje: kupus, paradajz, krastavac, zelena salata, krompir, pasulj, grašak i šargarepa(mrkva).
- Od mlečnih proizvoda preporučuje se jogurt, pavlaka, kefir i kiselo mleko.
- Od proizvoda od žitarica preporučuje se crni hleb, palenta od integralnih žitarica, integralni pirinač, tamne makarone i musli.
- Takođe je dobro da jedete meso i ribu sa malo masnoće i iznutrice, jaja i kobasice.
- Između obroka pijte par čaša vode ili razvodnjenog soka.
- Izbegavajte prženi krompir i pomfri, čips, svetle makarone, glazirani pirinač, beli hleb, krofne sa mesom, pogačice od lisnatog testa, meso prženo na masnoći, slatke kolače, čaj, šećer i čokoladu.
- Hodajte, trčite, penjite uz stepenice i vežbajte gimnastiku svaki dan. Bavite se sportom bar par puta nedeljno.

Ukoliko i pored gore navedenih uputstava patite zbog tvrde stolice, obratite se medicinskoj sestri ili lekaru. Oni mogu da Vam po potrebi prepisu lek protiv tvrde stolice.

# TERVEYSÄVAIN

## Zarazne bolesti

### PROLIV

Akutni proliv najčešće izaziva bakterija ili virus, a simptomi mogu da budu povraćanje i povišena temperatura. Najbolji lek za proliv je tečnost. Pošto se za vreme proliva gubi mnogo tečnosti, treba dovoljno da pijete da biste je nadoknadili.

Proliv se lako prenosi preko izmeta i izbljuvka i zato treba često i dobro prati ruke.

#### Odrasle osobe

Pijte mnogo tečnosti, ali ne morate da postite. Ako proliv traje duže od dva dana, obratite se za savet u domu zdravlja.

#### Predškolska i školska deca

Detetu treba dati mnogo tečnosti, na primer, vode, soka, zaleđenog soka, itd. Dete može jesti onu hranu koja mu prija. Proizvodi od zakiseljenog mleka umiruju stomak. U apoteci možete da kupite za dete Osmosal lek protiv proliva. Ako proliv traje duže od dva dana, obratite se za savet u domu zdravlja.

#### Bebe

Kada beba ima proliv, stanje je ozbiljno. Bebama je potrebno naročito mnogo tečnosti. Bebi dajte majčino mleko ili zamenu za majčino mleko kao i obično, a uz to i vode.

Brižljivo pratite kao se beba oseća. Obratite se medicinskoj sestri kada beba ima proliv. Ako je dete klo-nulo i slabo, odvedite ga kod lekara.

# TERVEYSVAIN

## Zarazne bolesti

### UPUTSTVO ZA OSOBE ZARAŽENE ŽUTICOM

Žutica je virusna upala jetre, koja se prenosi preko krvi i sperme. Najčešće osobe koje dobile virus žutice nikad ne saznaju da su bile zaražene. Mali broj (oko 5 %) obolelih ostaju trajni nosioci virusa kojeg mogu da ga prenesu na druge ljude.

Analizom je utvrđeno da se u Vašoj krvi nalazi virus žutice. Vaša krv može da prenese žuticu na drugu osobu. Ako i mala količina Vaše krvi dođe u dodir sa otvorenom ranom, oštećenom kožom ili sluzokožom neke osobe ona može da oboli od žutice. Žutica se ne prenosi preko zdrave kože.

#### Ovako postupite da se žutica ne bi širila:

- Kažite da ste nosioci virusa žutice kada idete na pregled kod lekara, zubara, medicinske sestre ili u laboratoriju.
- I male rane očistite i previjte zavojem ili gazom. Brižljivo uklonite okrvavljene zavoje ili gaze i upakujte ih posebno u plastične vrećice pre nego što ih stavite u kantu za otpatke.
- Nemojte da pozajmljujete drugima svoju četkicu za zube i pribor za brijanje.
- Pošto se zaraza lako prenosi polnim odnosom, uvek upotrebljavajte prezervativ, ako Vaš partner/partnerka nije zaražen/zaražena žuticom. Ukoliko je Vaš partner/partnerka već zaražen/zaražena, prezervativ ne morate da koristite zbog žutice.
- Nemojte da dajete krv.

#### Ovako postupite kod kuće:

- Okrvavljeni veš perite u mašini koristeći program za beli veš na +90 °C ili ga potopite u sredstvo za dezinfekciju koje sadrži hlor.
- Dobro perite posude običnim deterdžentom.

Dogovorite se sa lekarom i medicinskom sestrom koliko često treba da dolazite na pregledu u dom zdravlja zbog žutice.

Osobe kod kojih je veliki rizik da se dobiju žuticu, mogu da se vakcinišu.

# TERVEYSÄVAIN

## Zarazne bolesti

### TUBERKULOZA

Tuberkuloza je zarazna bolest koju izaziva mikroorganizam. U Finskoj je tuberkuloza ranije bila česta bolest u narodu, ali sada se broj obolelih smanjio i oboleli se oporavljaju. Najčešći oblik ove bolesti je plućna tuberkuloza. Tuberkuloza drugih organa je mnogo ređa.

#### Utvrđivanje tuberkuloze

Najveći broj bolesnika sazna da je obolelo od tuberkuloze na zdravstvenom pregledu ili na rendgenskom snimanju. U prvoj fazi bolesti često nema jasnih simptoma: kašlja, ispljuvaka, povišene temperature, noćnog znojenja i slabljenja opšteg zdravstvenog stanja. Da bi se tuberkuloza utvrdila i izdvojila od drugih bolesti obično su potrebni bolnički pregledi. Tuberkuloza se najčešće utvrđuje sa sigurnošću analizom ispljuvka ili drugih izlučevina organizma.

#### Zaraza i rizik od zaraze

Zarazu šire bolesnici u čijim ispljuvcima ima tuberkuloznih bacila iz pluća, koja su žarišta bolesti. Svi bolesnici ne prenose zarazu. Tuberkuloza se ne može dobiti preko knjiga ili drugih predmeta. Od različitih oblika bolesti jedino plućna tuberkuloza može da bude zarazna, dok se tuberkuloza na drugim organima se vrlo retko prenosi.

#### Zaraza i izbegavanje zaraze

Uvek kada kijate i kašljete držite ispred usta papirnu maramicu! Nikad nemojte da kašljete okrenuti prema drugim osobama! Ispljuvke zatvorite u posude sa poklopcem koje se posle upotrebe mogu uništiti zajedno sa sadržajem.

#### Rizik da se članovi porodice i prijatelji zaraze

Kada se utvrdi bolest, trebalo bi da kažete sa kojim osobama provodite mnogo vremena. Mogli ste od tih osoba da se zarazite ili ste Vi njima mogli da prenesete bolest. Važno je da se svi, koji su možda zaraženi, pregledaju i leče.

#### Uspešno lečenje

Tuberkuloza se leči kemoterapijom. Lečenje je uspešno, ako postupate prema datim uputstvima i saradujete sa medicinskim osobljem koje se brine o Vama.

#### Lekovi

Tuberkuloza se leči jedino dugotrajnom kurom lekova. U Finskoj se obično praktikuje kura lekova koja se uzima od 9 do 12 meseci. Ovi lekovi ne mogu da Vam pomognu, ako ih uzimate jednu ili dve nedelje, kao što su to nekad možda mogli antibiotici. Svi oblici tuberkuloze se, u osnovi, leče na isti način - dugotrajnom kurom lekova.

# TERVEYSÄVÄIN

## Zarazne bolesti

**TUBERKULOZA, nastavak...**

### **Tegobe izazvane lekovima**

Savremeni lekovi protiv tuberkuloze prouzrokuju relativno malo tegoba. Ukoliko sumnjate da Vam lekovi izazivaju tegobe, obavestite o tome medicinsko osoblje. Treba da se obrati pažnja ako uzimate lekove protiv tuberkuloze istovremeno sa nekim drugim lekovima. Važno je da lekar zna koje sve lekove uzimate (lekove za šećernu bolest, lekove protiv tromboze, pilule za kontracepciju, itd.).

### **Uzimanje lekova**

Jedino lekovi uništavaju bacile koji izazivaju tuberkulozu. Sigurno ćete da ozdravite, ako uzimate lekove prema datim uputstvima. Nemojte da sami menjate ili prekidate lečenje.

Vrlo je važno da redovno uzimate lekove i zbog toga da ne biste zarazili druge osobe. Obično posle dve ili tri nedelje uzimanja lekova ne možete da prenesete bolest.

### **Duvan i alkohol**

Pušenje je uvek opasno za zdravlje, a naročito je opasno onda kada su pluća bolesna. Izbegavajte alkoholna pića kada uzimate lekove.

---

Uzimajte lekove redovno jednom dnevno u ono vreme koje Vam najviše odgovara!  
Naučite napamet imena lekova koje koristite! Idite na kontrolu u dogovoreno vreme!  
Ako ste sprečeni da dođete, obavestite o tome dom zdravlja!

Vaša marljivost će biti nagrađena - trajno ćete se izlečiti od tuberkuloze.



# TERVEYSÄVAIN

## Uzorak mokračé i stolice

### UZORAK MOKRAČÉ

#### Muškarci

Pre uzimanja uzorka nemojte da mokrite bar četiri sata. Prvo operite ruke. Zatim, dobro operite glavić. Pomokrite se prvo u WC šolju, posle toga u posudu za uzorak i na kraju ponovo u WC šolju. Pitajte za rezultate kao što Vas je lekar uputio.

#### Žene

Pre uzimanja uzorka nemojte da mokrite bar četiri sata. Prvo operite ruke. Zatim, operite ženske polne organe. Pomokrite se prvo u WC šolju, posle toga u posudu za uzorak i na kraju ponovo u WC šolju. Pitajte za rezultate kao što Vas je lekar uputio.

### UZORAK STOLICE

- Izvršite nuždu u kartonsku posudu u koju ste stavili presavijen WC papir.
- Zahvatite stolicu 3 - 4 puta kašikom, koja se nalazi u poklopcu posude za uzorke.
- Uzetu stolicu pomešajte sa desetoprocentnim rastvorom formalina, koji se nalazi u posudi.
- Proverite da je na posudi Vaše ime i tačan datum.
- Pažljivo stavite poklopac i spakujte posudu u vrećicu.
- Brižljivo operite ruke.
- Odnosite uzorak u laboratoriju: \_\_\_\_\_
- Pitajte za rezultate kao što Vas je lekar uputio.

Pazite da deca ne diraju posudu za uzorak, jer je formalin u posudi otrovan.

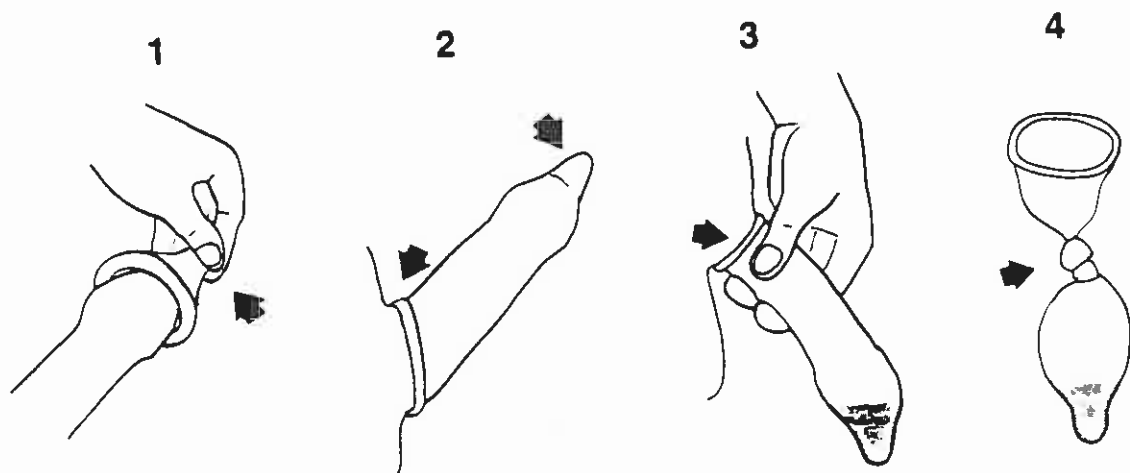
# TERVEYSÄVAIN

## Upotreba prezervativa (kondoma)

Pogledajte poslednji datum upotrebe naznačen na pakovanju. Nemojte da koristite prezervativ kome je već prošao rok upotrebe. Jedan prezervativ koristite samo jednom. Zastareo ili upotrebljen prezervativ Vas ne štiti od polnih bolesti i trudnoće.

Prezervative možete slobodno da kupite u samouslugama, kioscima, apotekama, na benzinskim stanicama, itd. U Finskoj se prodaju različita pakovanja prezervativa.

1. Uхватite vrh prezervativa. Potisnite vazduh iz njega i namestite prezervativ sa obe ruke na penis.
2. Navucite prezervativ na penis do kraja. Ostavite za spermu malo prostora na vrhu.
3. Posle ejakulacije, kada počnete da gubite erekciju, uhvatite prezervativ pri otvoru i pažljivo ga smaknite.
4. Vežite čvor i stavite prezervativ u kantu za otpatke. Nemojte da bacate prezervativ u WC šolju da se kanalizaciona cev ne bi zapušila.



# TERVEYSÄVAIN

## Vakcinacije

### ZAŠTO SE VAKCINIŠEMO?

Vakcinacije deteta i njegove porodice svima koriste, jer se njima sprečavaju epidemije u narodu. U najboljem slučaju, vakcinacijama se može potpuno iskoreniti neka bolest u celom svetu. Tako je bilo sa velikim boginjama.

### ŠTA JE VAKCINISANJE?

Vakcinisanje je, u osnovi, jednostavno i prirodno. Vakcinisanjem organizam dolazi u dodir sa istim izazivačima bolesti kao kod infektivnih bolesti, ali na bezopasan način. Vakcina štiti ljudski organizam tako što on sam stvara imunitet.

### VAKCINACIJE SU DOBROVOLJNE

U Finskoj sve vakcinacije koje se daju u savetovalištu su dobrovoljne i besplatne.

### ZAŠTO JE POTREBNA VAKCINACIJA?

U Finskoj je dobra higijena i ozbiljno obolila osoba može da bude brzo primljena kod lekara. Finci i stranci, koji žive u Finskoj, su u bliskom dodiru sa ljudima koji žive u drugim zemljama. Putovanja u inostranstvo i posete rodbine povećavaju mogućnosti zaraze. Nevakcinisano dete ili odrasla osoba mogu da se razbole od infektivne bolesti protiv koje nemaju imunitet.

### KADA SE VAKCINA NE DAJE?

Dete koje ima povišenu temperaturu može da dobije vakcinu tek pošto temperatura opadne. Prehlada i kijavica ili uzimanje lekova nisu prepreka za davanje vakcine. Ako je osoba preosetljiva na neki sastojak vakcine, njoj se vakcina ne daje. Vakcina se ne daje ako je jako oslabljena odbrambena moć organizma (kao na primer kod obolelih od leukemije). Razgovarajte o ovome uvek unapred sa lekarom ili medicinskom sestrom.

# TERVEYSÄVAIN

## Vakcinacije

### VAKcinACIJE U SAVETOVALIŠTU ŠTITE OD 10 BOLESTI

#### 1. Tuberkuloza

U Finskoj se i dalje pojavljuje tuberkuloza koja može da se prenese i na decu i na odrasle osobe. Tuberkuloza se polako širi i može da ošteti više organa. Tuberkuloza najčešće napada pluća. BCG vakcina štiti od tuberkuloze.

#### 2. Veliki kašalj

je bolest disajnih organa. Odlika ove bolesti su napadi kašlja koji se često završavaju povraćajem. Veliki kašalj je naročito opasan kod male dece. Za ovu bolest nema lekova. D-T-Per (PDT) vakcina štiti dete od velikog kašlja sve do školskog uzrasta.

#### 3. Difterija

je jaka upala grla sa visokom temperaturom. D-T-Per (PDT) vakcina štiti od difterije.

#### 4. Tetanus

Zaraza može da se dobije ako bakterija koja živi u tlu prodre u organizam, recimo, preko neoprane rane. D-T-Per (PDT) vakcina štiti od tetanusa.

#### 5. Dečja paraliza

je i dalje uobičajena bolest u zemljama u razvoju. U Finskoj je ova bolest iskorenjena zahvaljujući vakcinaciji. Vakcina protiv dečje paralize (polio) uspešno štiti od bolesti.

#### 6. Bolesti uzrokovane hemofilusom

Bakterija hemofilus izaziva ozbiljne upale: upalu moždane opne, upalu ždrela i tešku upalu pluća. Vakcina Hib štiti od ovih bolesti.

#### 7. Male boginje (vodene ospice)

se lako prenose i mogu da izazovu prateće bolesti kao, na primer, upalu pluća i upalu moždane opne. Vakcina MPR štiti od malih boginja.

#### 8. Zauške

su obično blago virusno oboljenje. Kod muškaraca ovo oboljenje može da se proširi na testise i u nekim slučajevima izazove neplodnost. Zauške mogu da izazovu i upalu mozga ili moždane opne. Vakcina Hib štiti od zauški.

#### 9. Rubeole (rubele)

su blago virusno oboljenje. Ako trudnica dobije rubeole, virus može da ugrozi nerođeno dete. Vakcina Hib štiti od rubeola.

#### 10. Žutica

je upala jetre koju izaziva virus. Vakcina i lekovi, koji se daju čim postoji rizik od zaraze, mogu da spreče prenošenje bolesti. Od žutice se ne može potpuno izlečiti.

# TERVEYSÄVAIN

## Vakcinacije

### REDOSLED DEČJIH VACINACIJA

Novorođenče je dobro zaštićeno od infektivnih bolesti. Ono je dobilo od majke u toku trudnoće zaštitna antitela. Ona ga, zajedno sa sastojcima iz majčinog mleka, štite od onih bolesti na koje je majka otporna. Ta zaštita dobijena od majke traje nekoliko meseci.

Vakcine počinju da se daju čim detetov organizam može sam da stvara antitela. Najbolja zaštita od zaraznih bolesti se postiže, ako se tačno prati redosled vakcinisanja u savetovalištu.

### REDOSLED DEČJIH VACINACIJA

<u>Uzrast deteta</u>	<u>Vakcina</u>
< 1 nedelja	BCG
3 meseca	PDT I (D-T-Per)
4 meseca	PDT II (D-T-Per) i Hib I
5 meseci	PDT III (D-T-Per)
6 meseci	Polio I (dečja paraliza) i Hib II
12 meseci	Polio II (dečja paraliza)
14-18 meseci	MPR I i Hib III
20-24 meseci	PDT III (D-T-Per) i Polio III (dečja paraliza)
6 godina	MPR II i Polio IV (dečja paraliza)
0, 1, 6 meseci	HBV*

\* Vakcina se daje bebama čije majke imaju virus žutice.

# TERVEYSVAIVAIN

## Vakcinacije

### DEČJA BCG VAKCINA

Vaše dete je dobilo BCG vakcinu koja ga štiti od tuberkuloze. Reakcija na vakcinu je najverovatnije ovakva: dve-tri nedelje posle vakcinacije na mestu gde je bila ubodena igla stvori se kvrga. Ona se postepeno pretvara u prišt i vlaži. Vlažni prišt treba prekriti suvom presavijenom gazom.

Posle oko nedelju dana na mestu prišta pojaviće se krasta, koja će sama da otpadne za 5 do 6 nedelja od vakcinacije. Ranica, velika 5 do 10 milimetara, koja ostane kada krasta otpadne, obično zaraste za 10 do 13 nedelja. Posle toga će ostati mali okrugli ožiljak.

Ako reakcija na vakcinu traje duže nego obično ili dete ima druge simptome, obratite se medicinskoj sestri u savetovalištu.

# TERVEYSÄVAIN

## Vakcinacije

### VAKCINA PROTIV DEČJE PARALIZE

Vakcina protiv dečje paralize (polio) štiti od bolesti kod koje dolazi do oduzetosti delova tela. U Finskoj je vakcinacijom i odraslih i dece ova bolest iskorenjena.

### VAKCINA PROTIV TETANUSA

Vakcina protiv tetanusa (Td) se daje zajedno sa vakcinom protiv difterije.

U Finskoj se deca vakcinišu po utvrđenom redosledu prema uzrastu: učenici u školskoj zdravstvenoj stanici, a manja deca u savetovalištu.

Redosled vakcinisanja odraslih je sledeći:

Polio I (dečja paraliza)	odmah
Td (tetanus i difterija)	
Polio II (dečja paraliza)	posle dva meseca
Td (tetanus i difterija)	
Polio III (dečja paraliza)	posle godinu dana
Td (tetanus i difterija)	

Važno je da se vakcinišete sva tri puta da biste dobili dovoljnu zaštitu, koja traje 10 godina.

Ove vakcinacije su dobrovoljne i besplatne.

# TERVEYSÄVÄIN

## Prava pacijenta

Zakon o pravima i statusu pacijenta poboljšava pravnu zaštitu pacijenta i olakšava njegovu saradnju sa zdravstvenim radnicima. Zakon se odnosi na sve zdravstvene usluge koje pružaju zdravstvene i socijalne ustanove.

To znači sledeće:

- Pacijent sam želi da se leči.
- Pacijentu se objašnjava kakvo je njegovo zdravstveno stanje, šta sve obuhvata njegovo lečenje, kakvi su rizici i koji su mogući načini lečenja.
- Pacijentu, koji je u redu za lečenje, se saopštava zbog čega i koliko dugo treba da čeka.
- Pacijent, koji nije zadovoljan lečenjem, može da žali zdravstvenoj ustanovi.
- Zdravstvena ustanova zapošljava savetnika za pacijente.

Sva lica koja žive u Finskoj imaju pravo na zdravstvenu zaštitu prema svom zdravstvenom stanju i u granicama raspoloživog kapaciteta.

Pacijent ima pravo na dobro lečenje i pristojno postupanje. Lečenje treba da bude sprovedeno tako da ne vređa intimu, lična ubeđenja i čast pacijenta. Prema mogućnostima, uzima se u obzir maternji jezik, lične potrebe i kultura pacijenta. Kada je dete u pitanju, obraća se pažnja i na potrebe drugih članova porodice.

### SAGLASNOST I UZAJAMNO RAZUMEVANJE

Novim zakonom se ne smanjuje odgovornost medicinskih radnika u vezi izbora načina lečenja. I pored toga, odluka o načinu lečenja treba da se donese uz saglasnost pacijenta i sa uzajamnim razumevanjem. Ako pacijent ne pristane na neko lečenje ili neki medicinski zahvat, teži se tome da se postigne dogovor o nekom drugom metodu lečenja.

Kada je reč o manjim intervencijama, može se smatrati da je saglasnost za lečenje već samo obraćenje pacijenta za pomoć. Po pravilu, ipak, u razgovoru sa pacijentom treba da se razjasni i pitanje o saglasnosti na lečenje. Zbog toga je važno, da se pacijentu objasni kakvo je njegovo zdravstveno stanje, šta sve lečenje obuhvata i kakav je njegov uticaj, kakvi su rizici i koji su načini lečenja mogući.

Zakon obavezuje zdravstvene radnike da pre početka i za vreme lečenja daju pacijentima dovoljna i jasna objašnjenja. Ukoliko pacijent i medicinsko osoblje ne govore istim jezikom treba da se pozove tumač. Tumač može da bude potreban i kada se razgovara sa nemim ili gluvim osobama.

Medicinsko osoblje, koje razmatra činjenice u vezi lečenja, vodi brigu o tome da podaci o pacijentu ne dođu na znanje stranim osobama. Podaci o pacijentu se ne daju na raspolaganje drugim osobama bez dozvole pacijenta.

Neophodna medicinska pomoć se pruža i bez saglasnosti, ako je pacijentu u nesvesnom stanju u opasnosti život ili zdravlje. Ukoliko se zna, kakve su bile želje pacijenta u vezi lečenja pre nego što je zapao u nesvesno stanje, postupa se prema njima.



# TERVEYSÄVÄIN

## Prava pacijenta

Ako pacijent ne može zbog, na primer, mentalne zaostalosti ili staračke slabosti, da odluči o svom lečenju, pre donošenja važnih odluka medicinski radnici pokušavaju da saznaju od pacijentovih bliskih osoba kakvo je njegovo mišljenje o lečenju.

### LEČENJE MALOLETNIKA

Kada se leče deca uzima se u obzir i njihovo mišljenje. U nekim slučajevima mlada osoba može da bude dovoljno zrela da sama odluči o svom lečenju. Tada mlada osoba ima i pravo da zabrani da se podaci o njenom zdravstvenom stanju i lečenju daju starateljima i drugim bliskim osobama. Za procenu zrelosti mlade osobe su odgovorni lekari ili drugi stručnjaci.

Zakon štiti maloletnike tako što staratelji nemaju pravo da onemogućće lečenje, kojim se spašava život maloletnika ili se sprečava da se njegovo zdravstveno stanje ozbiljno ugroži.

### ČEKANJE NA LEČENJE

Ako pacijent privremeno ili nikad ne može da bude primljen na lečenje, on treba da dobije obrazloženje. Ako je pacijent došao na lečenje u pogrešnu ustanovu, njega treba uputiti u odgovarajuću ustanovu. Pacijenta koji čeka na lečenje treba obavestiti kada će doći na red.

### PODACI O PACIJENTU

Pacijent ima pravo da proveri šta je zapisano u njegov zdravstveni karton i da po potrebi napravi ispravke.

Podaci u zdravstvenom kartonu su tajni. Medicinsko osoblje njih ne sme da daje stranim osobama bez pismenog odobrenja pacijenta. Stranim osobama se smatraju svi drugi izuzev medicinskog osoblja koji učestvuje u lečenju pacijenta na određenom odeljenju. Pacijentove najbliži rođaci ili članovi porodice se smatraju stranim osobama.

U slučaju da pacijent ne može da odluči o lečenju, najbližim rođacima ili članovima porodice se daje potrebno obaveštenje kako bi se saznalo koje je rešnje najbolje za pacijenta. U slučaju da je pacijent primljen u zdravstvenu ustanovu u nesvesnom stanju, o tome se obaveštava najbliži rođak, član porodice ili neka druga bliska osoba, ako se predpostavlja da pacijent nije protiv toga.

U nekim retkim i izuzetnim slučajevima pravo pacijenta da dobije podatke iz svog zdravstvenog kartona može da se ograniči, ako se smatra da bi to dovelo pacijenta u životnu opasnost ili bi ozbiljno ugrozilo njegovo zdravlje.

### SAVETNIK ZA PACIJENTE

Savetnik za pacijente obaveštava pacijenta o njegovim pravima i pomaže mu da napiše primedbu, žalbu ili zahtev za novčanu nadoknadu. Ako pacijent nije zadovoljan lečenjem ili postupanjem prema njemu, on može da se zbog toga žali načelniku odeljenja. Pisanjem primedbe pacijent ima priliku da na jednostavan način iskaže svoje mišljenje osoblju odeljenja. Istovremeno, na osnovu primedbi odeljenje može brzo da ispravi pogreške.

# TERVEYSÄVAIN

## Prava pacijenta

Ako pri obradi primedbe dođe u pitanje novčana odšteta pacijentu ili disciplinska mera, savetnik pomaže pacijentu da stavi slučaj na dalje razmatranje. Davanje pismene primedbe ne ograničava pravo pacijenta da se žali zbog lošeg lečenja ili postupanja prema njemu službi koja je odgovorna za kontrolisanje rada zdravstvenih ustanova.

- 1993: 1 Perhetukitoimikunnan välimietintö.  
2 Yksinhuoltajat ja elatusvelvolliset - taloudellinen asema ja tukivaihtoehdot.  
3 Päivi Hakola. Auta äitiä, suojele tytärtä! Naisten ympäri-  
leikkaus - uusi terveystasvatuksellinen haaste Suomessa.  
4 Markku Pekurinen. Kilpailun esteitä Suomen terveydenhuol-  
lossa.  
5 Euroopan neuvosto. Vammaispoliittinen kokonaisuohjelma.  
Pariisi, marraskuu 1991.  
6 Pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden infektio-ongelmien  
ehkäisy.  
7 Kertomus romaniasiain neuvottelukunnan toiminnasta 1990-  
1992.  
8 Veteraanikuntoutuksen suuntaviivat 1990-luvulle. 1.-2.12.  
1992 Peurungan kuntoutumis- ja liikuntakeskuksessa pidetyn  
seminaarin alustukset.  
9 Arto Koho. Sosiaaliturva ja aikuiskoulutus.  
10 Kustannukset. Pakolaisten ja turvapaikanhakijoiden vastaan-  
oton kustannusten korvaaminen.  
11 Perhetukitoimikunnan mietintö. Lapsikorotusjärjestelmien  
vaihtoehdot.  
12 Pirjo Marjamäki. Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmak-  
sut kunnissa.  
13 Rakennusalan työterveyshuoltojaoksen muistio.  
14 Terhikki Mäkelä. Pakolaisperheiden ja päivähoidon kohtaami-  
nen.  
15 Turvapaikanhakijoiden toimeentulotuki. Pakolaistoimiston  
ohjeita ja sovellutuksia vastaanottoasemien ja -keskusten  
työntekijöille.  
16 Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisut vuonna 1992.  
17 Sosiaali- ja terveysministeriön taloussääntö 1.6.1993.  
18 Yhteenvedo sosiaali- ja terveydenhuollon kertomuksesta 1992  
: koko maa.  
19 Veteraaniprojekti 1992.  
20 Anne Kauhanen-Simanainen. Sosiaali- ja terveysministeriön  
hallinnonalan kirjastot ja tietopalvelut muutostilanteessa  
- mahdollisuudet ja uhat.  
21 Maatalousyrittäjien lomituspalvelut. Tilastoja vuodelta  
1992.  
22 Terveysvanasto. Terveysvan - Hälsönyckel suomi - ruotsi.  
23 Terveysvanasto. Terveysvan englantia.  
24 Terveysvanasto. Terveysvan venäjä.  
25 Terveysvanasto. Terveysvan serbokroatia.  
26 Terveysvanasto. Terveysvan vietnam.  
27 Terveysvanasto. Terveysvan arabia.  
28 Terveysvanasto. Terveysvan somali.  
29 Terveysvanasto. Terveysvan ranska.  
30 Terveysvanasto. Terveysvan persia.  
31 Vammaisneuvosto ja vaikuttaminen. Seminaariraportti.  
32 Terveysvanasto. Terveysvan albania.