pacjent.gov.pl

Przygotuj się do wizyty - poradniki

Wizyta u lekarza to ważna rozmowa o zdrowiu. Często trwa krótko, a w jej trakcie trzeba przekazać wiele informacji: opisać objawy, powiedzieć o przyjmowanych lekach, pokazać wyniki badań i zapytać o dalsze leczenie. Gdy się stresujesz albo źle się czujesz, łatwo o czymś zapomnieć.

Dlatego przygotuj się do wizyty wcześniej. Pomoże Ci w tym **„Poradnik dla pacjentki i pacjenta. Przygotowanie do wizyty z lekarzem i lekarką”**. To prosty i praktyczny materiał, który pokazuje, jak krok po kroku przygotować się do konsultacji w gabinecie albo do teleporady.

O poradniku

Poradnik ma praktyczny, interaktywny charakter. Nie jest tylko tekstem do przeczytania.

Zawiera karty, które można wypełniać przed każdą wizytą — w zależności od tego, z jakim problemem zgłaszasz się do lekarza. Możesz zapisać w nich cel wizyty, najważniejsze pytania, listę przyjmowanych leków, informacje o objawach oraz zalecenia po konsultacji.

Przed wizytą

Dobre przygotowanie pomaga zarówno pacjentowi, jak i lekarzowi. Skuteczne leczenie wymaga współpracy obu stron. Lekarz ma wiedzę medyczną, bada, stawia diagnozę i proponuje dalsze postępowanie. Pacjent najlepiej zna swoje objawy, codzienne samopoczucie, historię zdrowia i przyjmowane leki. Im lepiej opiszesz swój problem, tym łatwiej lekarzowi będzie ocenić sytuację i zaplanować leczenie.

Przed wizytą warto **przygotować** kilka rzeczy:

- aktualną listę leków, także tych bez recepty, suplementów i preparatów stosowanych doraźnie
- wyniki badań i dokumentację medyczną
- krótką informację o objawach: od kiedy trwają, jak często się pojawiają i co je nasila lub łagodzi
- pytania, które chcesz zadać lekarzowi
- informacje potrzebne do teleporady, jeśli konsultacja odbywa się zdalnie.

W trakcie wizyty

> **Pamiętaj, że masz prawo pytać. Jeśli coś jest niejasne, poproś lekarza o wyjaśnienie prostszymi słowami.**

Na koniec wizyty upewnij się, że rozumiesz zalecenia:

- jak stosować leki
- kiedy wykonać badania
- kiedy zgłosić się na kontrolę
- jakie objawy powinny Cię zaniepokoić.

Poradnik może pomóc lepiej wykorzystać czas wizyty, uporządkować najważniejsze informacje i zmniejszyć ryzyko nieporozumień. Warto pobrać go przed kolejną konsultacją, wypełnić karty pomocnicze i zabrać je ze sobą do gabinetu albo wykorzystać podczas teleporady.

Pobierz „Poradnik dla pacjentki i pacjenta. Przygotowanie do wizyty z lekarzem i lekarką”

Pobierz karty przygotowania do wizyty

„Poradnik dla pacjentki i pacjenta. Przygotowanie do wizyty z lekarzem i lekarką” powstał pod patronatami Ministerstwa Zdrowia, Rzecznika Praw Pacjenta, Naczelnej Izby Lekarskiej oraz sieci NIL IN.

Autorami poradnika są członkowie Rady NIL IN – Sieci Lekarzy Innowatorów:

- dr Paweł Kaźmierczyk
- lek. Małgorzata Kiljańska
- Małgorzata Wywrot.

W ramach tej inicjatywy powstał także

„Poradnik prowadzenia wizyt i teleporad dla lekarek i lekarzy".