

Communicating With Your Doctor

ОБЩЕНИЕ С ВАШИМ ВРАЧОМ

Отношения с врачом носят личный характер и должны строиться на взаимном общении и доверии. При выборе врача между Вами должно установиться взаимопонимание. Вы должны быть в состоянии верить своему врачу, доверять ему и рассказывать ему обо всех своих проблемах и симптомах, связанных со здоровьем.

Ваш врач, в свою очередь, должен выслушивать Вас, предоставлять Вам выбор лечения, оповещать о результатах, и делать всё для вашего блага. Мы дадим Вам несколько советов, которые помогут Вам выстроить наиболее эффективные отношения с Вашим врачом.

Будьте организованы

Врачи - очень занятые люди, поэтому Вам следует знать как наиболее эффективно использовать то ограниченное время, которое у врача отведено на Вас. Это означает, что Вы должны быть сосредоточены на основных проблемах, которые Вы хотели бы обсудить с доктором.

Заранее обдумайте вопросы, на которые Вы бы хотели получить ответы. Напишите их и расставьте в порядке важности, выделив 3-4 проблемы, которые Вы хотите оговорить с доктором. Пошлите список вопросов врачу заранее, если Вы считаете что это может быть полезным.

Ведите аккуратно свои записи

Обеспечьте врача точной информацией, о ваших симптомах и лекарствах, что даст ему возможность поставить правильный диагноз и прописать соответствующее лечение. Ведите список лекарств и лекарственных витаминных препаратов, которые Вы принимаете, составьте описание симптомов и дни когда они проявлялись, также списки исследований, которые Вы проходили и имена врачей, у которых Вы лечитесь. Это все может оказаться полезной информацией для Вашего врача. Чем лучше Вы сможете объяснить врачу, что Вас беспокоит, тем лучше будет обратная связь с ним/ней.

Задайте тон

Дайте знать Вашему врачу насколько глубоко или поверхностно Вы хотите быть вовлечены в процесс принятия решений, хотите ли Вы получать детальную или общую информацию обо всех возможных

видах лечения. Также, расскажите врачу о Ваших социальных убеждениях, которые могут повлиять на выбор лечения.

Будьте настойчивы

Нет ничего более важного, чем Ваше здоровье. Так же, как Вы не станете покупать машину не задавая вопросов, Вы не должны бояться задавать вопросы врачу. Если Ваши проблемы не нашли удовлетворяющего Вас решения, Вы должны проявить настойчивость. Скажите Вашему врачу что у Вас всё ещё есть вопросы и попросите его назначить дополнительную встречу, либо договоритесь о более длительном визите с ним или с кем-то из сотрудников клиники, кто сможет ответить на Ваши вопросы.

Старайтесь понять

Важно сочетать настойчивость с уважением и пониманием. Хотя и важно доводить до сведения Вашего врача Ваши нужды или выражать неудовлетворённость Вашим с ним общением, в равной степени необходимо выражать удовлетворение положительными аспектами Вашего общения и лечения. Также, имейте в виду, что на многие Ваши вопросы Вы можете получить ответ у медсестры, социального работника или сотрудника Информационного Онкологического Центра.

Узнайте, как контактировать с врачом

В конце визита, перед уходом, узнайте, как лучше всего контактировать с врачом между Вашими визитами: через медсестру, с помощью электронной почты или оставляя записки для врача в регистратуре.

Перед визитом

- Возьмите с собой список вопросов, на которые Вы хотите получить ответы во время визита. Наиболее важные вопросы должны стоять первыми.
- Ознакомьтесь со своей историей болезни, так чтобы Вы могли свободно общаться с врачом. Составленное Вами краткое описание истории болезни может помочь и экономит время, когда Вы идёте к новому врачу.
- Записывайте Ваши симптомы и Ваши опасения. Подробно опишите их Вашему врачу.

- Составьте список лекарств, соответствующих дозировок, и всегда сообщайте врачу об изменениях.
- Заранее дайте знать Вашему онкологу или регистратору, что Вам понадобится более длительный визит, поскольку у вас еще есть вопросы. Это позволит им соответственно спланировать свое время.

Во время визита

- Запишите Ваш визит на магнитофон или принесите ручку и блокнот для конспектирования. Вы можете также придти с другом или родственником, который будет все записывать для Вас.
- Концентрируйтесь на основной причине посещения врача, задавайте вопросы и обсуждайте важные проблемы, и симптомы, объясняя как это отражается на Вашей каждодневной жизни.
- Попросите разъяснения, если не поняли, что Вам было сказано или у Вас ещё есть вопросы.
- Попросите объяснения целей лечения и его побочных эффектов.
- Многие онкологи тесно сотрудничают с другими врачами. Спросите стоит ли Вам показаться ещё кому-то.
- Если Вы посещаете других врачей, сообщите об этом Вашему онкологу ,
- Сообщите обо всех исследованиях, которые Вы проходили в последнее время.
- Дайте знать Вашему врачу насколько подробную информацию Вы хотите получать и есть ли у Вас какие-то социальные или религиозные убеждения, которые будут влиять на лечение
- Настаивайте на своём или пусть Ваш друг или член семьи выступит в Вашу защиту если к Вашим проблемам относятся с недостаточным вниманием.
- Сочетайте настойчивость с доброжелательностью и пониманием.

Если Вы хотите получить дополнительную информацию, приходите в Информационный Онкологический Центр по адресу: 1600 Divisadero 1ый этаж или звоните по телефону:415-885-3693.

Информация в данной публикации дана только в целях обучения и не предполагает заменить советы врача или другого медицинского работника, т.к. обстоятельства у каждого пациента индивидуальны. Все возникающие у Вас вопросы и проблемы мы советуем Вам обсуждать с Вашим врачом.