Dobre pytania – proste odpowiedzi. Jak przygotować się do wizyty u lekarza?

lek. med. Iwona Witkiewicz

PODZIEL SIĘ



Od kilkudziesięciu lat pracuję jako lekarz i doskonale wiem, że pacjenci różnie odnajdują się w naszym, niezbyt prostym systemie ochrony zdrowia. Osoby chorujące przewlekle, zazwyczaj lepiej radzą sobie z przygotowaniem się do wizyty. Osoby, które zachorowały po raz pierwszy, z trudem rozszyfrowują zawiłości systemu rejestracji do specjalistów oraz przygotowania niezbędnej do tego dokumentacji. Dlatego chciałabym podać kilka wskazówek, dzięki którym wizyta u lekarza nie tylko okaże się prostsza, ale także możliwa do zrealizowania w krótszym czasie.

Po pierwsze na wizytę do poradni specjalistycznej, w przypadku chorych na POChP do poradni chorób płuc, trzeba mieć skierowanie. Skierowanie papierowe lub obecnie częściej stosowane e-skierowanie. W chwili posiadania takiego skierowania trzeba się do poradni zarejestrować. Można to zrobić telefonicznie lub zgłosić się do rejestracji osobiście. Niezależnie od rodzaju skierowania do rejestracji trzeba mieć przygotowany numer PESEL i w przypadku e-skierowania numer skierowania. Jeżeli rejestrujemy się telefoniczne, a skierowanie nadal ma tradycyjną papierową formę, należy w

ciągu dwóch tygodni dostarczyć je do poradni (osobiście lub listownie).

Rejestrowanie się w poradni wydaje się dla większości oczywiste, ale zdarza się, że pacjent po pobycie w szpitalu znajduje w karcie zalecenie „kontrola w przyszpitalnej poradni za 3 tygodnie". Gdy zgłasza się za trzy tygodnie bez dokonania wcześniejszej rejestracji przeżywa pierwsze rozczarowanie, że nie jest zarejestrowany, chorych jest komplet i wizyta się nie odbędzie. Proszę pamiętać, że jeżeli do poradni rejestruje chorego szpital, to na wypisie, obok numeru e-skierowania, znajduje się także dokładna data (czasem także godzina) przyjęcia do poradni. Zalecenie kontroli za dwa lub trzy tygodnie z numerem e-skierowania oznacza, że pacjent musi sam się do poradni zarejestrować, co warto zrobić najlepiej w dniu wypisu ze szpitala.

Kiedy oczekiwana wizyta dochodzi do skutku warto się do niej przygotować. Lekarz na pewno zapyta o powód wizyty, o to jak czuliście się Państwo od ostatniej wizyty, a także o to, czy od ostatniej wizyty wystąpiło zaostrzenie, które spowodowało zmianę leczenia, przyjęcie do szpitala lub wizytę Pogotowia Ratunkowego. Należy pamiętać, że kontrole w poradniach specjalistycznych odbywają się najczęściej w dość dużych odstępach czasu i w chorobach przewlekłych takich jak np. POChP (przewlekła obturacyjna choroba płuc) pacjent nie zawsze w czasie zaostrzenia ma szansę poradzić się swojego specjalisty. Jeśli pacjent z powodu pogorszenia stanu zdrowia korzysta z pomocy lekarza rodzinnego, SOR-u czy Pogotowia Ratunkowego, musi o tym powiedzieć swojemu lekarzowi specjaliście na kolejnej wizycie.

Następne ważne informacje jakie należy przekazać na wizycie u lekarza specjalisty to leki jakie chory aktualnie przyjmuje w związku z leczeniem POChP, ale także wszystkie inne leki, które przyjmuje w związku z innymi chorobami przewlekłymi. Jeżeli wizyta jest pierwszorazowa należy spodziewać się, że lekarz zapyta o pozostałe choroby i też warto mieć je w pamięci. Jeżeli wizyta emocjonuje nas na tyle, że boimy się, że zapomnimy o swoim leczeniu, warto spisać na kartce wszystkie choroby współistniejące i zażywane leki lub zabrać ze sobą karty informacyjne ze szpitali, w których podejmowane było leczenie.

Karty informacyjne ze szpitala to kolejna istotna część wywiadu z pacjentem. Część z chorych sądzi, że lekarz ma dostęp do wszystkich informacji o zdrowiu pacjenta. Niestety tak nie jest. Dostęp do dokumentacji pacjent może udostępnić lekarzowi na Internetowym Koncie Pacjenta wskazując zakres dokumentacji i konkretnego lekarza specjalistę, któremu dokumentację chce udostępnić. Ponadto, choć to przykre, często komputery w poradniach są tak powolne, że odszukanie wszystkich danych nawet w tej samej jednostce pochłania cały czas wizyty ze szkodą dla chorego. Mając ten fakt na uwadze, należy zabrać ze sobą na wizytę ostatnią dokumentację z prowadzonego leczenia.

W poradniach chorób płuc równie ważna jak dokumentacja papierowa jest dokumentacja z obrazami RTG (klisze, płyty). Bywa ona zdecydowanie ważniejsza niż opisy, zwłaszcza, gdy w najnowszym opisie pojawia się coś nowego i niepokojącego.

Wówczas lekarz porówna oba obrazy (nie opisy) i postawi na tej podstawie diagnozę. Dlatego ważne jest, aby zabrać ze sobą stare obrazy bez względu na ich wiek.

Im szybciej lekarz upora się z dostarczonymi przez pacjenta danymi, tym więcej czasu pozostanie na zadanie ważnych dla pacjenta pytań. Pamiętajmy, że nie ma głupich pytań zwłaszcza, jeżeli chodzi o zdrowie. Nie wstydźcie się Państwo i spisujcie swoje pytania na kartce. W innym przypadku często rozmowa zmienia bieg i część pytań pozostaje bez odpowiedzi.

Pytania warto pogrupować tematycznie, np.:

- Pytania o leki (np. czy można je przyjmować razem z lekami kardiologicznymi? Czy przepisane podczas zaostrzenia leki nie są takimi samymi jakie przyjmujecie na stałe, ale maja inną nazwę? Które leki można zastąpić innymi? Czy nowe objawy choroby nie są przypadkiem konsekwencją zmiany terapii? Itp.)
- Pytania o dietę (czego warto w określonej chorobie unikać? Czy w Państwa chorobie istnieją jakiekolwiek ograniczenia dietetyczne?)
- Pytania o podejmowany wysiłek fizyczny (czy zalecany? Czy każdy wysiłek da podobny efekt? Itp.)

i oczywiście pytania o wszystko, co Państwa niepokoi.

Podsumowując, przed wizytą u lekarza specjalisty warto się przygotować:

- Upewnij się czy jesteś prawidłowo zarejestrowany
- Zabierz na wizytę dokumentację medyczną, a zwłaszcza wszystkie te dokumenty dotyczące przebiegu leczenia (wypisy ze szpitala, informacje dla lekarza kierującego, wyniki wykonanych badań), które dotyczą zdarzeń z okresu pomiędzy wizytami u specjalisty
- Przygotuj listę leków, które aktualnie przyjmujesz na stałe w leczeniu innych niż POChP chorób
- Spisz leki, które dostałeś jednorazowo w okresie od ostatniej wizyty u specjalisty (zwłaszcza antybiotyki)
- Weź ze sobą kartkę z nazwami leków, na które jesteś uczulony (kartkę taką dobrze jest mieć ze sobą na stałe)
- Zapisz sobie pytania, które chciałbyś zadać swojemu lekarzowi
- Pamiętaj nie ma głupich pytań, każde warto zadać, by mieć pewność, że nasze leczenie przebiega prawidłowo.

PODZIEL SIĘ

Materiał wewnętrzny Chiesi

Ostatnia aktualizacja strony 17 lipca 2025

Właściciel serwisu


Chiesi
TOTYLKOASTMA.PL