

Чек лист пациента для снижения медицинских ошибок во время консультаций у врача.

Адаптирован с чек листа

National Patient Safety Foundation and the Society to Improve Diagnosis in Medicine.

Инструкция

Расскажите историю Вашей болезни подробно:

- будьте понятными, полными и точными, когда Вы рассказываете своему врачу о болезни,
- будьте понятными - найдите время до консультации, чтобы подумать о том, когда ваши симптомы начались, что сделало ваши симптомы лучше или хуже, связаны ли симптомы с приемом лекарств, пищи, упражнениями или с определенным временем суток,
- будьте полными - постарайтесь запомнить всю важную информацию о вашей болезни, делайте заметки и приносите их с собой,
- будьте точными - иногда Вы можете увидеть несколько докторов во время медицинского приема. Ваши врачи должны услышать одну и ту же историю вашей болезни.

Будьте хорошим историком своей болезни:

- помните, какие процедуры вы проходили в прошлом, помогли ли они, и какие, если таковые имеются, побочные эффекты Вы испытали,
- вспомните о том, как прогрессировала Ваша болезнь, через какое время,
- вспомните медицинскую историю вашей семьи, можете ли вы подвергнуться риску подобных заболеваний.

Ведите самостоятельно записи о своей болезни:

- храните свои собственные записи результатов исследований, осмотров врачей и госпитализаций,
- имейте при себе точный список ваших лекарств,

- возьмите с собой свой список лекарств, когда вы обращаетесь к врачу или фармацевту.

Будьте информированным участником процесса лечения:

- узнайте максимально все о своей болезни из надежных источников в интернете или посетите местную библиотеку,
- узнайте об исследованиях или процедурах, которые Вам сделали,
- знайте все о Ваших лекарственных препаратах: названия лекарств (оба родовые и торговые марки), для чего лекарство, количество (дозу), которую нужно принять, сколько времени вам нужно взять во время день, побочные эффекты, чтобы следить и сообщить вашему врачу, знайте, взаимодействует ли лекарство с какой-либо пищей или другими препаратами,
- при встрече с вашим врачом используйте правильно структурированные вопросы:
 - Что может быть причиной моей проблемы?
 - Что еще это может быть?
 - Когда я получу результаты анализов и что я должен сделать, чтобы следить за динамикой?
- если у вас более одного врача, убедитесь, что каждый врач знает планы другого и поддерживает данный вид лечения,
- убедитесь, что каждый врач ознакомлен с вашими анализами, результатами исследований, лекарствами или другими методами лечения,

Динамическое наблюдение:

- уточните план вашего наблюдения у доктора,
- спросите, когда вам нужно назначить еще одну встречу с вашим врачом, если вы только начали процесс лечения,
- спросите, какие результаты ожидать от лечения,
- спросите, что вам нужно сделать, если у вас появятся новые симптомы или начнете чувствовать себя хуже.

Убедитесь еще раз, что выставлен правильный диагноз:

- иногда ваш диагноз является наиболее «вероятным», но он может быть "неправильным",
- не бойтесь спрашивать: «Что еще это может быть?»,
- поощряйте ваших врачей думать о других возможных причинах вашей болезни.

В конце вашего визита:

- убедитесь, что вы понимаете, что вам нужно делать дальше,
- повторите ваш план лечения и информацию, которую вы получили от своего врача,
- если вы не понимаете, попросите вашего врача объяснить какие-либо слова или идеи, которые не понятны,
- поговорите о том, что, по вашему мнению, может помешать вам следовать плану лечения,
- поговорите о других планах лечения или вариантах.

Запишите вашу медицинскую информацию и следите за своим прогрессом

Слушать. Вы являетесь важной частью команды, чья цель – улучшение состояния Вашего здоровья. Вы должны внимательно слушать и слышать специалиста.

Говорить. Если Вас беспокоят какие-либо вопросы или проблемы, в ходе беседы Вы должны их озвучить.

Если Вам что-то непонятно – спросите. Если медицинские сестры или врачи употребляют какие-либо термины или говорят о чем-то, чего Вы не понимаете, не стесняйтесь просить их объяснить.

Чек лист

	Этапы	Да	Нет	Остались вопросы
В период подготовки к консультации врача				
1	Я подготовил/а амбулаторную карту или другой документ			
2	Собраны все предыдущие анализы и исследования			
3	Я подготовил/а все необходимые документы (медицинский полис, паспорт)			
4	Я составил/а список вопросов для доктора			
5	Я знаю все лекарственные препараты, которые принимаю			
6	Я знаю название всех препаратов, которые вызывают у меня аллергию			
Во время беседы с доктором				
1	Я представил/а полную историю моего заболевания			
2	Я рассказал/а об остальных сопутствующих заболеваниях			
3	Доктор и медицинская сестра информированы об аллергических реакциях			
4	Доктор и медицинская сестра информированы о всех лекарственных препаратах, которые принимаю			
5	Доктор подробно рассказал о моем диагнозе и мне все понятно			
6	Доктор подробно обсудил со мной план обследований и мне понятна каждая диагностическая процедура			
7	Доктор подробно рассказал о лекарственной терапии и мне все понятно			
8	Я задал/а все необходимые вопросы доктору			