

Беседа с врачом



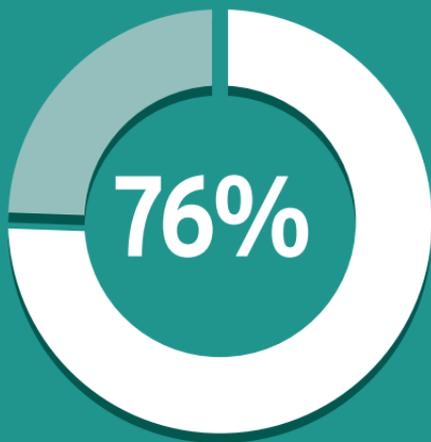
Бюллетень «Здоровье»

Посетите веб-сайт nyc.gov/health, чтобы просмотреть все бюллетени «Здоровье». Позвоните по номеру **311**, чтобы заказать бесплатные копии.



Установите прочные отношения со своим врачом

Наличие отношений, основанных на уважении, общении и доверии, имеет важное значение для вашего здоровья.



В исследовании Consumer Reports врачи отмечали, что установление долгосрочных отношений с лечащим врачом является наиболее важным из того, что может сделать пациент, чтобы получить более качественную медицинскую помощь, и **76 процентов** опрошенных ответили, что это «очень» помогло бы.

Источник: «О чем должны знать пациенты, по мнению врачей» (What Doctors Wish Their Patients Knew), март 2011 г., отчет, выполненный Consumer Reports для членов Национальной рабочей группы по вопросам здравоохранения (National Business Group on Health)

Старайтесь принимать активное участие

- Некоторые люди нервничают при посещении врача. Даже если вы нервничаете, попробуйте быть активнее во время приема, превратив его в диалог с вашим доктором.
- Задавайте вопросы, если вы не понимаете, что вы слышите или видите. Попросите копии письменных материалов, которые вы могли бы забрать домой.
- Повторяйте услышанное своими словами: «Значит, вы сказали, что... Я вас правильно понимаю?»

Превратите посещение в диалог

Вы делитесь своими проблемами со здоровьем

Врач задает вопросы

Вы отвечаете

Врач вас осматривает, дает советы и рекомендует анализы и лечение

Вы задаете вопросы

Врач отвечает

Вы вместе составляете план последующего наблюдения и заботы о вашем здоровье

Подготовьтесь к приему

Возьмите с собой как можно больше из указанных ниже предметов:



Лекарства, которые вы принимаете в настоящее время, в том числе приобретенные по рецепту и без рецепта, растительные препараты и пищевые добавки



Карточки страхования



Заранее составленные вопросы по текущим проблемам со здоровьем



Бумага или смартфон для записей



Заранее позвоните или предупредите в регистратуре сразу по приезду, если вам нужны услуги устного перевода. Вы можете получить бесплатные языковые услуги во всех городских больницах и клиниках.

Будьте откровенны в описании своих симптомов и беспокойств

- Помните, что ваше здоровье стоит времени вашего врача.
- Расскажите о любых беспокойствах по поводу своего эмоционального благополучия. Оно влияет на ваше физическое здоровье и столь же важно, как и любая другая проблема со здоровьем.
- Если у вас проблемы с чтением и пониманием чисел, стоит сказать об этом своему врачу, чтобы он или она смог(ла) обеспечить наилучшее лечение.
- Скажите своему врачу, если вас беспокоит стоимость ваших лекарств. Могут существовать более дешевые лекарства или программы.

Подходящий вам врач будет действовать следующим образом:



Сделает так, чтобы вы чувствовали себя комфортно



Окажет вам одинаковое внимание независимо от того, какие сведения вы сообщите



Отреагирует на ваши беспокойства

Если вы чувствуете себя неуютно с вашим врачом или думаете, что ваш врач игнорирует ваши беспокойства, подумайте о поиске другого специалиста.

Куда обращаться?

Подключайтесь



@nychealthy



nychealth



@nychealthy

Получите помощь в
оформлении бесплатной
или недорогой страховки

Посетите веб-сайт **nyc.gov/health**
и в строке поиска введите **Insurance**
(страхование)

Оформить подписку

Оформить бесплатную электронную подписку
можно по адресу **nyc.gov/health/pubs**



Посетите веб-сайт **nyc.gov/health**, чтобы найти данный бюллетень «Здоровье» и прочие материалы по вопросам здравоохранения, переведенные на другие языки. Вы имеете право на получение услуг на вашем языке. Эти услуги оказываются бесплатно во всех учреждениях и клиниках Управления здравоохранения города Нью-Йорка (New York City Health Department).