

Orientação para ir a uma consulta médica

Como aproveitar melhor o tempo da consulta



Durante uma consulta médica, é freqüente que os pacientes ou o próprio médico desviem do assunto em questão e discutam pontos não tão importantes para o esclarecimento da doença.

Por isso preparamos algumas orientações para que você, paciente, possa aproveitar melhor o tempo que passam com os médicos.

O que é uma consulta médica?

- Consultar um médico significa obter informações e orientação a respeito de algum problema de saúde. Você será questionado sobre uma série de coisas e deve dar as respostas bem objetivas e sinceras sobre o problema em questão.

Horário

- Nunca chegue atrasado. Você certamente estará atrapalhando outras pessoas. Da mesma forma chegar muito adiantado também poderá causar transtorno nas acomodações e horários de funcionamento do consultório. Programe-se para chegar 10 minutos antes da hora marcada.

Acompanhantes

- O acompanhante só é necessário se puder dar informações úteis sobre o paciente. Caso contrário, pode haver até um certo constrangimento na presença de acompanhantes não familiarizados com o problema.

Cronologia

- Procure fazer um resumo do seu problema antes da consulta. Coloque os fatos em ordem cronológica, consultas e exames realizados do início do quadro até o dia da consulta.
Fundamental que escreva, para não esquecer. Levar este resumo.
Não tenha receio de errar as palavras.
Importante anotar cirurgias anteriores, onde fez e quando.

Medicação

- Anote todos os medicamentos que você toma no dia em seus horários. Na lista colocar mesmo os que não tenham relação com o quadro. Se possível, leve as receitas destes medicamentos.

Exames

- Leve todos os exames relacionados à sua doença atual. Nunca jogue fora exames antigos, mesmo os normais. É muito importante saber que, naquela época, você estava bem. Assim, o médico pode ter uma idéia aproximada da época de instalação da doença.

Dúvidas

- Esclareça todas as suas dúvidas na consulta. Se precisar, anote o que o médico lhe disse, para evitar telefonar e perguntar o que já foi discutido.

Lembre-se

- O resultado do tratamento depende de você, de suas informações, de sua dedicação em tomar a medicação e dos cuidados recomendados.

