

Kontrolní seznam návštěv lékaře PCOS

Uveďte fakta, na kterých záleží, запиšte si své priority a odejděte s jasným dalším krokem.

Zdarma k použití – žádný e-mail nebo formulář zdravotních údajů

Před schůzkou

- ☐ Napište svůj hlavní jeden až tři důvody pro návštěvu.
- ☐ Poznamenejte si data začátku menstruace, nejdelší nedávný interval a jakékoli neobvyklé krvácení.
- ☐ Uveďte příznaky, které vás nejvíce ovlivňují, kdy začaly a co se změnilo.
- ☐ Přineste aktuální léky a doplňky, včetně dávky a data zahájení.
- ☐ Přineste příslušné laboratorní zprávy s daty, jednotkami a laboratorními rozsahy.
- ☐ Přidejte diagnózy, alergie, rodinnou anamnézu a těhotenské plány, které mohou rozhovor ovlivnit.

Otázky, které si možná budete chtít položit

- ☐ Co se snažíme pochopit nebo vyloučit?
- ☐ Které testy jsou pro mě relevantní a co jednotlivé výsledky změní?
- ☐ Které příznaky bychom nyní měli upřednostnit?
- ☐ O jakých možnostech bychom mohli diskutovat a jaké jsou výhody, limity a vedlejší účinky?
- ☐ Co bych měl sledovat před následným sledováním?
- ☐ Kdy se mám vrátit a co by mělo vést k dřívější schůzce?

Během návštěvy

- ☐ Řekněte svůj hlavní cíl na začátku konverzace.
- ☐ Požádejte o vysvětlení neznámých výrazů nebo výsledků srozumitelným jazykem.
- ☐ Zapište si dohodnuté další kroky, testy, recepty a následné načasování.
- ☐ Potvrďte, na koho se obrátit, pokud máte dotazy nebo se změní příznaky.

Poznámky a dohodnutý další postup
