

Λίστα ελέγχου επίσκεψης γιατρού PCOS

Φέρτε τα γεγονότα που έχουν σημασία, γράψτε τις προτεραιότητές σας και φύγετε με ένα ξεκάθαρο επόμενο βήμα.

Δωρεάν χρήση - χωρίς email ή φόρμα δεδομένων υγείας

Πριν το ραντεβού

- ☐ Γράψτε τους κορυφαίους έναν έως τρεις λόγους για την επίσκεψη.
- ☐ Σημειώστε τις ημερομηνίες έναρξης της περιόδου, το μεγαλύτερο πρόσφατο κενό και οποιαδήποτε ασυνήθιστη αιμορραγία.
- ☐ Καταγράψτε τα συμπτώματα που σας επηρεάζουν περισσότερο, πότε ξεκίνησαν και τι άλλαξε.
- ☐ Φέρτε τα τρέχοντα φάρμακα και συμπληρώματα, συμπεριλαμβανομένης της δόσης και της ημερομηνίας έναρξης.
- ☐ Φέρτε σχετικές εργαστηριακές αναφορές με ημερομηνίες, μονάδες και εύρος εργαστηρίων.
- ☐ Προσθέστε διαγνώσεις, αλλεργίες, οικογενειακό ιστορικό και σχέδια εγκυμοσύνης που μπορεί να επηρεάσουν τη συνομιλία.

Ερωτήσεις που μπορεί να θέλετε να κάνετε

- ☐ Τι προσπαθούμε να καταλάβουμε ή να αποκλείσουμε;
- ☐ Ποιες δοκιμές είναι σχετικές για εμένα και τι θα αλλάξει το κάθε αποτέλεσμα;
- ☐ Ποια συμπτώματα πρέπει να δώσουμε προτεραιότητα τώρα;
- ☐ Ποιες επιλογές θα μπορούσαμε να συζητήσουμε και ποια είναι τα οφέλη, τα όρια και οι παρενέργειες;
- ☐ Τι πρέπει να παρακολουθώ πριν από την παρακολούθηση;
- ☐ Πότε πρέπει να επιστρέψω και τι θα πρέπει να οδηγήσει σε ένα νωρίτερο ραντεβού;

Κατά την επίσκεψη

- ☐ Πείτε τον κύριο στόχο σας κοντά στην αρχή της συνομιλίας.
- ☐ Ζητήστε άγνωστους όρους ή αποτελέσματα να εξηγηθούν σε απλή γλώσσα.
- ☐ Καταγράψτε τα συμφωνημένα επόμενα βήματα, τις εξετάσεις, τις συνταγές και το χρόνο παρακολούθησης.
- ☐ Επιβεβαιώστε με ποιον να επικοινωνήσετε εάν έχετε ερωτήσεις ή αλλάζουν συμπτώματα.

Σημειώσεις και συμφωνημένα επόμενα βήματα
