

Lista di controllo per la visita medica per PCOS

Porta i fatti che contano, scrivi le tue priorità e parti con un chiaro passo successivo.

Utilizzo gratuito: nessuna e-mail o modulo di dati sanitari

Prima dell'appuntamento

- ☐ Scrivi i principali motivi della visita, da uno a tre.
- ☐ Annota le date di inizio del ciclo mestruale, l'intervallo recente più lungo e qualsiasi sanguinamento insolito.
- ☐ Elenca i sintomi che ti colpiscono maggiormente, quando sono iniziati e cosa è cambiato.
- ☐ Portare medicinali e integratori attuali, inclusa la dose e la data di inizio.
- ☐ Porta con te i rapporti di laboratorio pertinenti con date, unità e intervalli di laboratorio.
- ☐ Aggiungi diagnosi, allergie, storia familiare e piani di gravidanza che potrebbero influenzare la conversazione.

Domande che potresti voler porre

- ☐ Cosa stiamo cercando di capire o escludere?
- ☐ Quali test sono rilevanti per me e cosa cambierà ciascun risultato?
- ☐ A quali sintomi dovremmo dare priorità adesso?
- ☐ Di quali opzioni potremmo discutere e quali sono i vantaggi, i limiti e gli effetti collaterali?
- ☐ Cosa devo monitorare prima del follow-up?
- ☐ Quando dovrei tornare e cosa dovrebbe indurre a fissare un appuntamento anticipato?

Durante la visita

- ☐ Di' il tuo obiettivo principale all'inizio della conversazione.
- ☐ Chiedere che termini o risultati non familiari vengano spiegati in un linguaggio semplice.
- ☐ Annotare i passaggi successivi concordati, i test, le prescrizioni e i tempi di follow-up.
- ☐ Conferma chi contattare se hai domande o se i sintomi cambiano.

Note e passaggi successivi concordati
