

Lista de verificação de consulta médica com SOP

Traga os fatos importantes, anote suas prioridades e saia com um próximo passo claro.

Uso gratuito - sem e-mail ou formulário de dados de saúde

Antes da consulta

- ☐ Escreva um a três principais motivos para a visita.
- ☐ Observe as datas de início do período menstrual, o intervalo recente mais longo e qualquer sangramento incomum.
- ☐ Liste os sintomas que mais o afetam, quando começaram e o que mudou.
- ☐ Traga medicamentos e suplementos atualizados, incluindo dose e data de início.
- ☐ Traga relatórios de laboratório relevantes com datas, unidades e intervalos de laboratório.
- ☐ Adicione diagnósticos, alergias, histórico familiar e planos de gravidez que possam afetar a conversa.

Perguntas que você pode querer fazer

- ☐ O que estamos tentando entender ou descartar?
- ☐ Quais testes são relevantes para mim e o que cada resultado mudará?
- ☐ Quais sintomas devemos priorizar agora?
- ☐ Que opções poderíamos discutir e quais são os benefícios, limites e efeitos colaterais?
- ☐ O que devo acompanhar antes do acompanhamento?
- ☐ Quando devo retornar e o que deve levar a uma consulta mais cedo?

Durante a visita

- ☐ Diga seu objetivo principal próximo ao início da conversa.
- ☐ Peça que termos ou resultados desconhecidos sejam explicados em linguagem simples.
- ☐ Anote as próximas etapas acordadas, testes, prescrições e cronograma de acompanhamento.
- ☐ Confirme com quem entrar em contato caso tenha dúvidas ou alteração dos sintomas.

Notas e próximos passos acordados
