

Danh sách kiểm tra thăm khám bác sĩ PCOS

Đưa ra những sự thật quan trọng, viết ra những ưu tiên của bạn và ra đi với bước tiếp theo rõ ràng.

Sử dụng miễn phí - không cần email hoặc biểu mẫu dữ liệu sức khỏe

Trước cuộc hẹn

- ☐ Viết từ một đến ba lý do hàng đầu của bạn cho chuyến thăm.
- ☐ Lưu ý ngày bắt đầu có kinh, khoảng thời gian gần nhất dài nhất và bất kỳ hiện tượng chảy máu bất thường nào.
- ☐ Liệt kê các triệu chứng ảnh hưởng đến bạn nhiều nhất, thời điểm chúng bắt đầu và những gì đã thay đổi.
- ☐ Mang theo các loại thuốc và chất bổ sung hiện tại, bao gồm cả liều lượng và ngày bắt đầu.
- ☐ Mang theo các báo cáo phòng thí nghiệm có liên quan với ngày tháng, đơn vị và phạm vi phòng thí nghiệm.
- ☐ Thêm các chẩn đoán, dị ứng, tiền sử gia đình và kế hoạch mang thai có thể ảnh hưởng đến cuộc trò chuyện.

Những câu hỏi bạn có thể muốn hỏi

- ☐ Chúng ta đang cố gắng hiểu hoặc loại trừ điều gì?
- ☐ Những bài kiểm tra nào phù hợp với tôi và mỗi kết quả sẽ thay đổi điều gì?
- ☐ Những triệu chứng nào chúng ta nên ưu tiên bây giờ?
- ☐ Chúng ta có thể thảo luận những lựa chọn nào và lợi ích, giới hạn và tác dụng phụ là gì?
- ☐ Tôi nên theo dõi những gì trước khi theo dõi?
- ☐ Khi nào tôi nên quay lại và điều gì sẽ khiến tôi phải hẹn gặp sớm hơn?

Trong chuyến thăm

- ☐ Nói mục tiêu chính của bạn khi bắt đầu cuộc trò chuyện.
- ☐ Yêu cầu giải thích các thuật ngữ hoặc kết quả không quen thuộc bằng ngôn ngữ dễ hiểu.
- ☐ Viết ra các bước tiếp theo đã được thống nhất, các xét nghiệm, đơn thuốc và thời gian theo dõi.
- ☐ Xác nhận người cần liên hệ nếu bạn có thắc mắc hoặc triệu chứng thay đổi.

Ghi chú và thống nhất các bước tiếp theo
