

如何充分利用看醫生的機會

1. 在拜訪醫生之前，如何提前準備？

- 列出需要討論的問題和疑慮。
- 列出目前使用藥物或帶上藥瓶。包括處方藥，非處方藥（如阿司匹林）和膳食補充劑（如維生素，礦物質或草藥）。
- 列出你見過的其他醫生，並提供聯繫方式。



2. 看醫生時如何提高與醫生的溝通效率？

- 了解您的病史，特別是首次看醫生。
- 注重過去和現在的所有醫療情況，包括各種程序如手術和替代療法如針灸。
- 告訴醫生你是否有任何藥物過敏。
- 帶上您的個人聯繫方式和保險信息。
- 請記得帶上紙和筆做筆記。
- 提出問題。

要點提示：

- 了解您的過敏，病史，和藥品。
- 準備問題以便諮詢個醫生。
- 您有權參與關於您健康的決定。

3. 我應該問醫生什麼問題？

在進行任何測試，治療或程序之前，請問：

- 這個測試，治療或程序的目的是什麼？
- 有什麼好處以及風險？
- 有什麼副作用？
- 我能多快得到結果？
- 誰將與我討論這些結果？
- 有沒有其他選擇，這些選擇是什麼？

4. 作為醫療保健消費者，我有什麼權利？

您有權：

- 以您的語言接收基本健康信息。
- 通過公平程序去解決問題。
- 保護隱私，包括保護您的醫療保健信息。
- 查看並獲取您的健康信息的副本。

了解更多信息：

醫療保健保護消費者網站

<http://publichealth.lacounty.gov/hccp/>

查找醫生的竊門員會

mbc.ca.gov/Consumers/ChooseDoctor.aspx