

자신의 건강을 위하여 의견을 말하세요



의사와 다른 의료진은 여러분의 건강을 유지하기 위해 최선을 다합니다. 하지만 서로 이해하는 데 어려움이 있다면 그렇게 느껴지지 않을 수도 있습니다. 진료 일정을 잡기 전에 자신에게 무엇이 중요한지 말씀할 준비를 하세요. 바로 시작하려면 아래 내용을 읽어보세요.

예약 전 목록 작성하기

의료진을 방문하기 전에 스스로에게 몇 가지 질문을 해보세요:

- 내 건강 목표는 무엇인가?
- 의료진에게 말하고 싶은 증상은 무엇인가?
- 다른 문제점이나 우려 사항이 있는가?

이 안내문 반대편에 귀하의 질문을 적으세요.

최근에 진료받은 의료기관 및 전문의 목록을 하나 더 작성하세요. 앞으로 진료를 받고 싶은 의료진도 포함하세요. 이 목록을 의료 서비스 제공자에게 알려주세요. 그러면 해당 의료진이 다른 의료진과 귀하의 진료를 조율할 것입니다.

방문 목적 결정하기

다음으로, 방문을 통해 얻고자 하는 것이 무엇인지 생각해 보세요. 의료 서비스 제공자에게 기대하는 바를 바로 말하세요. 의사에게 무엇을 기대하는지 물어보세요. 이는 의료 서비스에 적극적으로 참여하기 위한 중요한 첫걸음입니다.

방문에 얼마나 많은 시간이 필요한지 의료진에게 알려주세요. 모든 질문을 하기 위해 시간이 더 필요하다면 다시 예약해도 괜찮습니다.

들은 내용 따라하기

서비스 제공자가 말하는 내용을 기억하기 어려울 수 있습니다. 특히 몸이 아프거나 불안할 때는 더욱 그렇습니다. "알려 주셔서 감사합니다. 이제 제가 이해했는지 볼게요. 선생님은 이렇게 말씀하셨죠..." 라고 말하며 다시 한번 확인하세요. 서비스 제공자의 말을 반복해 달라고 요청하는 것도 괜찮습니다.

노트를 작성하세요. 진료가 끝난 후에는 메모를 읽고 파악한 내용을 검토하세요.

끝→

질병 또는 질환에 관한 질문:

- 나한테 특정 질병이나 질환에 걸릴 위험이 있나요? 어떤 질병인가요?
- 더 건강해지려면 어떻게 해야 하나요? 내가 실천할 수 있는 간단한 조치에는 어떤 것이 있나요?
- 건강에 좋은 음식을 먹으면 달라질 수 있나요? 운동은 어때요? 제가 시작할 수 있는 간단한 실천 방법에 대해 알려주세요.

내 진단에 관한 질문:

- 이 질환을 일으킨 원인은 무엇인가요?
- 이 질환은 영구적인 것인가요?
- 저의 진료의가 이 질환을 치료하거나 관리하는 데 어떻게 도움을 줄 수 있나요?
- 이 질환이 제 생활 방식에 장기적인 영향을 미치나요? 그렇다면 어떤 영향을 미칠 수 있나요?

약물에 관한 질문:

- 일반적인 부작용은 무엇인가요?
- 이 약이 다른 약과 상호작용을 일으키나요?
- 약효는 언제부터 시작되나요?
- 복용 시간을 놓치면 어떻게 해야 하나요?

의료 검사에 관한 질문:

- 이 검사를 하는 이유는 무엇인가요?
- 어떻게 준비해야 하나요?
- 결과는 언제 받을 수 있나요?

치료에 관한 질문:

- 제가 선택할 수 있는 것은 무엇인가요?
- 제가 선택한 치료의 장단점은 무엇인가요?
- 제가 검토할 다른 치료법이 있나요?

서비스 제공자에게 문의하고 싶은 사항은 무엇인가요?

1. _____
2. _____
3. _____

어떻게 하면 건강을 개선할 수 있나요?

1. _____
2. _____
3. _____

다음 방문을 어떻게 준비하면 되나요?

1. _____
2. _____
3. _____

ODS 커뮤니티 치과

