



# حقق أقصى استفادة من زيارات طبيبك



أنت وطبيبك ومقدمو الرعاية الصحية الآخرون هم فريق يعملون معًا للتأكد من حصولك على أفضل رعاية ممكنة لمرضى السرطان. فيما يلي بعض النصائح لمساعدتك في تحقيق أقصى استفادة من زيارات الطبيب والقيام بدور نشط في رعايتك:

**اكتب قائمة بالأسئلة لطرحها على طبيبك. على سبيل المثال:**

ما نوع السرطان الذي أعانيه؟  
ما هي مرحلة السرطان لدي ، وماذا يعني ذلك؟  
ما هي خيارات العلاج المتاحة لي؟ ما هي مخاطرها وفوائدها؟  
ما هو أفضل وقت ورقم للاتصال إذا كانت لدي أسئلة بين الزيارات؟

**اكتب قائمة بالأدوية التي تتناولها ، بما في ذلك لماذا وكيف تتناولها  
خذهم**

اطلب من أحد أفراد أسرتك أو صديقك الذهاب معك للمساعدة في تذكر ما يقوله الطبيب



**قبل زيارتك:  
الإعداد**

**كن منفتحًا وصريحًا مع طبيبك حتى يتمكن من تقديم الرعاية المناسبة لك. على**

سبيل المثال ، أخبر طبيبك عن مقدار أو بعض الذي تريد معرفته عن السرطان والعلاج.

**اطرح أسئلتك - ابدأ بالأسئلة الأكثر أهمية بالنسبة لك**

تأكد من أنك تفهم ما قاله الطبيب من خلال تكرار المعلومات عليهم بكلماتك الخاصة. تستطيع أن تقول:

"أعتقد أن ما تقوله هو [تكرار المعلومات] ... هل هذا صحيح؟"  
"أريد التأكد من فهمي [تكرار المعلومات] ... هل فهمت ذلك بشكل صحيح؟"  
دون ملاحظات لمساعدتك على تذكر ما قاله الطبيب

**اطلب من طبيبك ملخصًا مكتوبًا لزيارتك وتعليمات الرعاية**



**أثناء زيارتك:  
إعطاء والحصول  
على المعلومات  
الصحية**

**اتبع تعليمات طبيبك. على سبيل المثال ، قد تحتاج إلى:**

- قم بتعبئة وصفة في الصيدلية
- قم بزيارة أخرى للاختبارات أو العمل المخبري أو العلاج
- اتصل بطبيبك إذا كنت:
- لديك آثار جانبية أو أعراض تزداد سوءًا
- لم تحصل على نتائج أي اختبارات أجريتها
- لا تفهم نتائج اختبارك
- تشعر بالغثيان كثيرا من الذهاب إلى الزيارة
- غير متأكد من خطة الرعاية الخاصة بك



**بعد زيارتك:  
اتب تعليمات  
طبيبك**

لتحديد موعد زيارة في مركز روبرت إي هاردي للسرطان ، اتصل بالرقم 615-341-4383